

Co vlastně znamená kontrolovaná konzumace alkoholu ? Pro koho je tento druh terapie přínosný, kdo je kontraindikován a jak terapie probíhá?

Kontrolovaná konzumace alkoholu
je moderní terapeutický přístup, který tvoří v Západní Evropě nedílnou součást psychosociální pomoci závislým již déle, než dvacet let. V ČR patří tzv. non-abstinentní léčba k poměrně novým metodám, do Národního akčního plánu pro boj se závislostí byla zařazena v roce 2013.

Protože se jedná o novinku v oblasti adiktologické péče, bývá pojem Kontrolovaná konzumace často mylně chápán či dokonce dezinterpretován. Bude tedy užitečné odpovědět na nejčastější dotazy, které nám v praxi pacienti kladou.
Je kontrolovaná konzumace plnohodnotnou náhradou či konkurencí tradiční abstinentní léčby? Toto je jeden z nejčastějších omylů a je třeba jej uvést na pravou míru. Trvalá abstinence představuje nejbezpečnější způsob zacházení s návykovou látkou. Kontrolovaná konzumace je alternativou pro ty, jejichž problém ještě nevygradoval. Je ji tedy třeba chápat nikoliv jako náhradu tradiční léčby, nýbrž jako její rozšíření a doplnění pro určité cílové skupiny pacientů. Nezřídka se také stává, že je kontrolovaná konzumace cestou k pozdější abstinenci .

Znamená pít kontrolovaně pouze „pít méně“?

„Už jsem mockrát zkoušel pít kontrolovaně, ale vždycky se to vrátilo do původních kolejí“. Tuto větu slýcháme často a jedná se o dalších z omylů a nepochopení podstaty této terapie. Kontrolovanou konzumaci nelze zaměňovat s prostým asistovaným či svépomocným snižováním dávek alkoholu. Zjednodušeně lze říci, že primárně nejde o to, kolik toho člověk vypije, nýbrž za jakých okolností, kde a především v jakém duševním rozpoložení alkohol konzumuje. Je třeba přerušit určité bludné kruhy a odstranit ze života zejména neuvědomované psychické spouštěče cravingu (nezvladatelné touhy se napít). Kontrolovaná konzumace je náročná terapie, která je založena na prvcích motivační psychologie, kognitivně-behaviorální terapie a průběžném posilování kontrolních mechanismů.

Pro koho je Kontrolovaná konzumace vhodná a pro koho ne?

Před zahájením terapie Kontrolované konzumace alkoholu je třeba absolvovat diagnostické vyšetření míry závislosti , a to včetně vyšetření tělesných poškození, ke kterým mohlo v důsledku nadměrného pití dojít. Kontrolovaná konzumace je indikována pro ty, kterým alkohol ještě nepoškodil tělesné zdraví. Dále pro osoby s nerozvinutými formami závislosti, či rizikové a škodlivé pijáky.
Jak terapie probíhá?
Kontrolovaná konzumace alkoholu je intenzivní psychoterapeutický program, který probíhá ambulantní formou. Podobně jako jako jiné KBT programy zahrnuje zhruba patnáct schůzek, ideálně v pravidelném intervalu jednou za týden.

AdiCare
Centrum psychologické a psychiatrické péče

Kde hledat pomoc?

V Praze je možnost obrátit se na Centrum psychologické a psychiatrické péče AdiCare , které má akreditaci nabízet program Kontrolované konzumace podle německého adiktologického programu
prof. Joachima Körkela
.

Zdroj: Mgr. Marie Funke, www.adicare.cz


AdiCare