Úspešnosť odvykacej liečby
a
kvalita života v abstinencii

Krakow, 2011

Mária Martinove
Mária Martinove ml.
Oleg Martinove
Petra Glücknerová

Odborný liečebný ústav psychiatrický, n.o., Predná Hora

Obsah:

- Faktory a zmeny ovplyvňujúce úspešnosť odvykacej liečby
- Vyhodnotenie dotazníkov od pacientov, ktorí ukončili liečenie v OLÚP, n. o., Predná Hora v sledovanom období

Faktory
ovplyvňujúce úspešnosť odvykacej liečby

1. Droga a jej účinky

- ✓ stimuluje (zdanlivé zvýš. výkonu)
- ✓ utlmuje (uvoľnenie, zabudnutie)
- ✓ zmení vnímanie (únik zo všednej reality)
- ✓ odmeňuje (eufória)

2. Závislý jedinec (poruchy osobnosti)

- ✓ Emočne nezrelý, neistý
- ✓ So zníženou frustračnou toleranciou
- ✓ S nízkou sebadisciplínou
- ✓ Nezdržanlivý, impulzívny
- ✓ Uprednostňuje ľahko získané pôžitky, manipulátor
- ✓ Podceňujúci riziko
- ✓ Vôľovo slabý v smere abstinencie
- ✓ S nezodpovednými postojmi voči životu

3. Terapeut

(krátkodobá, dlhodobá spolupráca, odborná zdatnosť, prax v odbore...)

- pozor na protiprenos (riešime veci za pacienta, naviaže sa na terapeuta, manipuluje)
- viesť pacienta k nezávislosti od terapeuta, k aktívnemu a tvorivému prístupu,

  k odvahe preberať za seba zodpovednosť a mať z nej aj dobrý pocit

4. Rodina a peristáza (kodependencia)

- oboznámiť rodinu s problematikou kodependencie (čo kodependencia je, ako sa prejavuje v praxi, ako sa odráža vo vzťahoch v rodine, v skupine)
- zbaviť sa kodependentnosti („detoxifikácia“, vzdelávacie programy o spoluzávislosti, individuálna psychoterapia...)
- viesť každého člena takejto dysfunkčnej rodiny k samostatnosti, zodpovednosti za seba
- zbaviť sa tzv. „syndrómu spasiteľa“
- uvedomiť si právo na svoj život

Medzi faktormi 1.- 4:

dôraz na:

- craving
- vzájomnú komunikáciu (partner, priatelia...)
- kodependenciu
- krízové situácie
- na samotnú recidívu – tu problém nekončí, ani nezačína, on pokračuje

Nezabúdať, že:

Závislý má tendenciu vidieť sa v lepšom svetle,

čo vyplýva z jeho silných obranných mechanizmov (racionalizácia, popieranie, projekcia, bagatelizácia)

Liečba závislosti nekončí ústavnou 3-mesačnou liečbou, žiada si zmenu osobnosti,

ktorá je dlhodobým procesom

a liečbou sa iba začína.

Abstinencia vyžaduje o. i. najmä **úpravu osobnosti** (na to zameraná napr. ambulantná psychoterapia 1-3 roky), nestačí vrátiť sa k spôsobu života pred liečením a ani pred vznikom závislosti

Zmeny
ovplyvňujúce úspešnosť odvykacej liečby

1. Zmena postojov (voči droge, sebe, okoliu, liečeniu)
2. Zmena záujmov (nech abstinencia je aj príjemná)
3. Zmena hodnôt (hodnota abstinencie, zdravia, práce, peňazí, spokojnosť v rodine,priateľstvo...)
4. Zmena v prežívaní (najskôr sa zorientovať v sebe)
5. Zmena myslenia (prevziať zodpovednosť za svoje správanie a za seba)
6. Zmena správania (sebadisciplína, zodpovednosť, plánovanie aktivít
7. Zmena životného štýlu (abstinent, ktorý sa postupne **vyrovná** s minulosťou, žije v prítomnosti, plánuje si budúcnosť a **nehanbí** sa za abstinenciu)

Heller, J., Pecinovská, O., 1996, Kolibáš, E., Novotný, V., 2007
Nešpor, K. 2002

Vyhodnotenie dotazníkov od pacientov, ktorí ukončili liečenie v OLÚP, n. o., Predná Hora v sledovanom období

Obdobie sledovania:

- tri roky (r. 2007 až 2009)

Cieľ práce:

- vyhodnotiť **návratnosť** dotazníkov
- vyhodnotiť **úspešnosť** liečby (abstinenciu) z navrátených dotazníkov a **kvalitu života** v abstinencii

Cieľová skupina:

- závislí liečení v OLÚP, n. o., P. Hora, s min. dĺžkou liečby 21 dní, maximálnou 3 mesiace
- monitorovanie nasledujúce 3 roky po ukončení ich ústavnej liečby

Postup práce:

Počas ústavnej odvykacej liečby 1x mesačne edukácia o dotazníkoch:

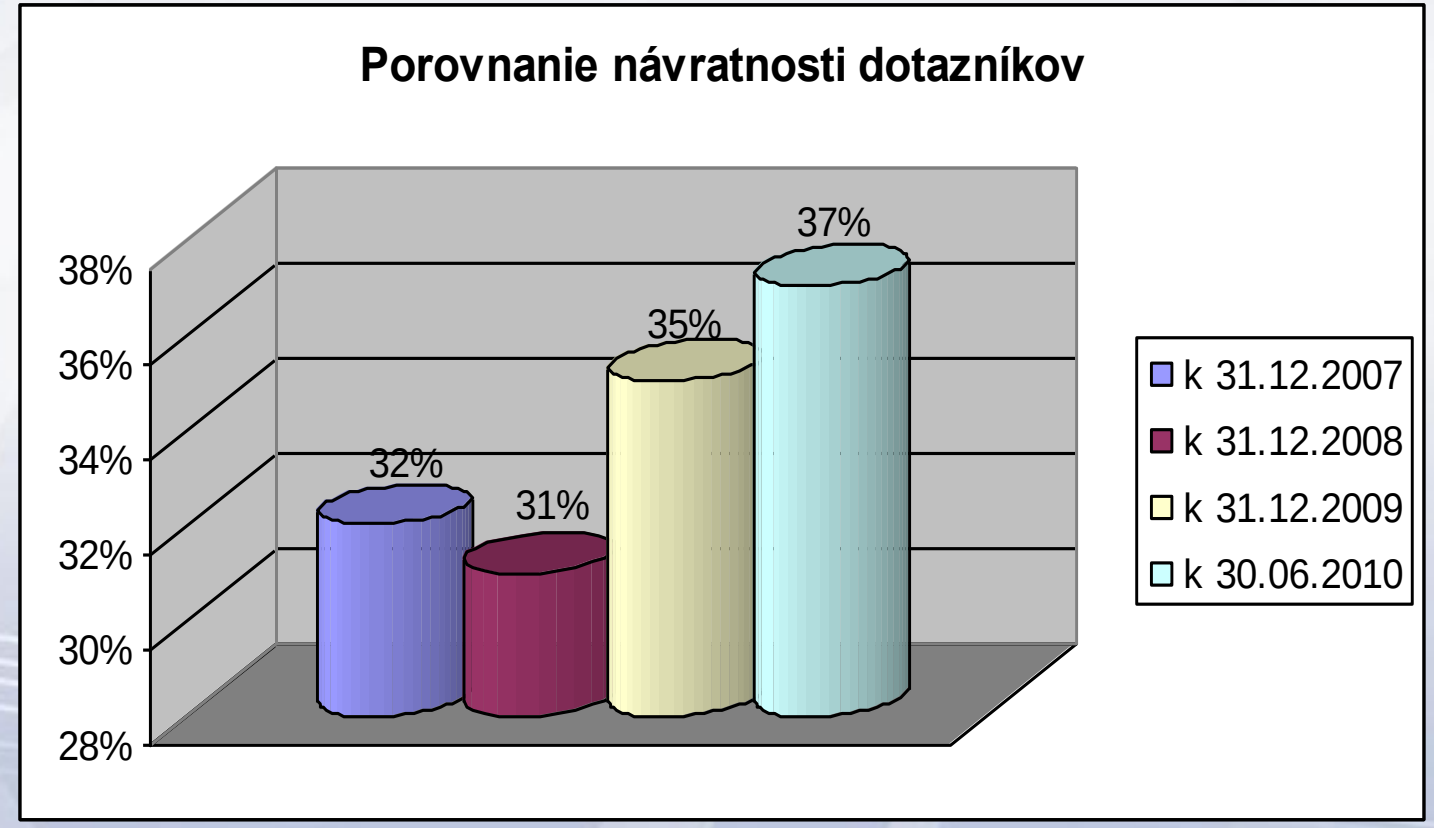
- anonymné, dobrovoľné
- odosielané poštou, priložená spiatočná obálka
- pri návrate dotazníka (adresát neznámy, zomrel), ukončujeme hodnotenie
- 6 druhov dotazníkov, každý s inými otázkami (životný štýl, kvalita života, vzťahy, zmeny...), v každom sa vyskytuje základná otázka: **abstinuje od ukončenia liečby?**

v 1. roku po ukončení liečby = 4 dotazníky (každý štvrťrok)

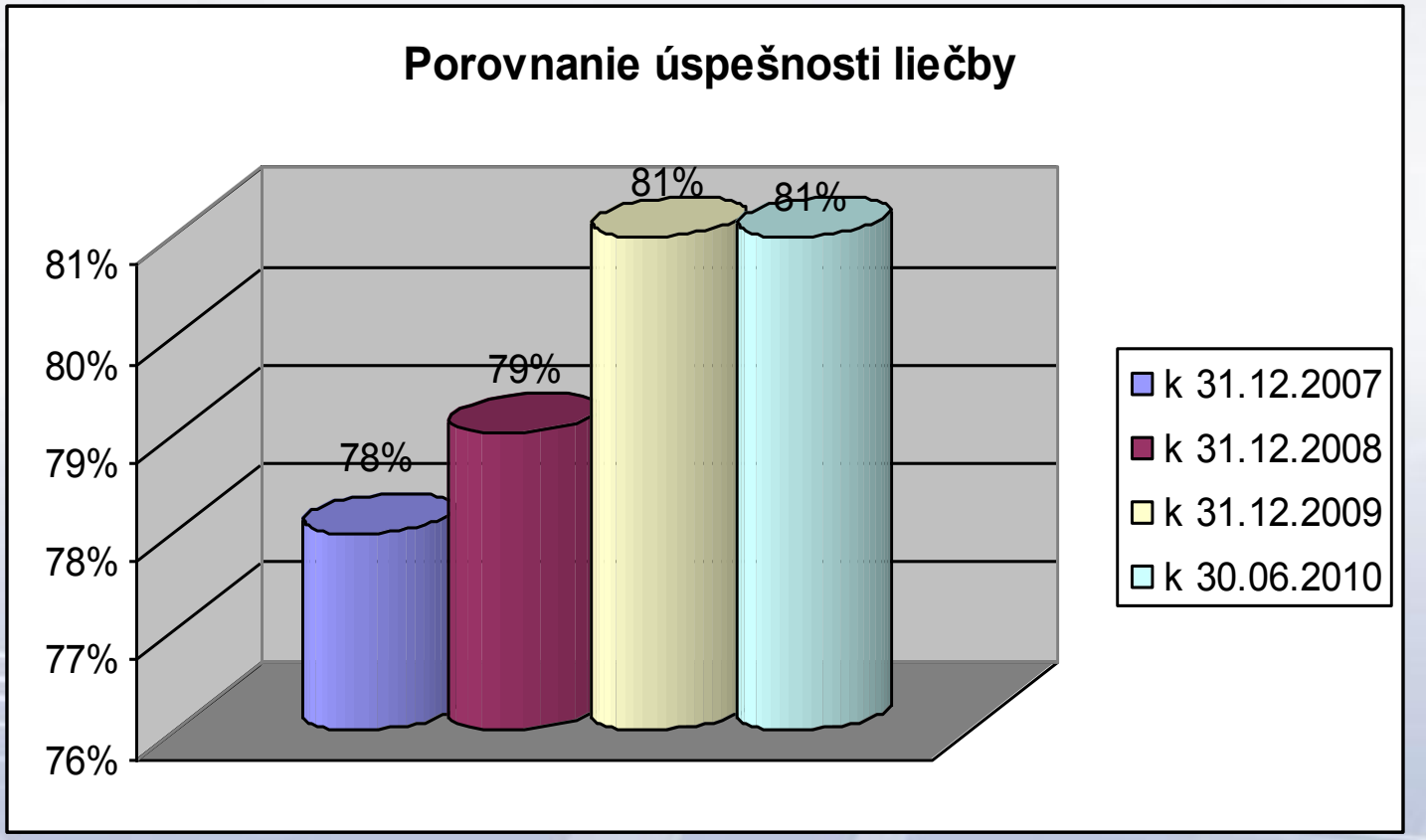
v 2. roku po ukončení liečby = 1 dotazník

v 3. roku po ukončení liečby = 1 dotazník

Výsledky:
1. Návratnosť dotazníkov k 30.06.2010



Výsledky:
2. Úspešnosť liečby k 30.06.2010



V číselnom vyjadrení (k 30.06.2010):

- počet ***odoslaných*** dotazníkov spolu: n = **6547 ks**
- počet ***navrátených*** dotazníkov: n = **2430 ks** = **37 % návratnosť** (vzostup o 2 % v porovnaní s návratnosťou do 31.12.2009)
- z uvedeného počtu (37 %) vrátených dotazníkov ***abstinuje***:

  n = 1978 osôb = **81 %**

Dĺžka abstinencie v jednotlivých obdobiach po ukončení liečby

*počet abstinujúcich z **n=1978** v jednotlivých obdobiach:*

- **1. štvrťrok** 34 % (681 osôb)
- **1. polrok** 24 % (476 osôb)
- **trištvrte roka** 17 % (330 osôb)
- **1. rok** 14% (270 os.)

  po prvom roku abstinuje v priemere **22,25 % (439 osôb)**
- **2. rok** 6 % (120 osôb)
- po druhom roku abstinuje v priemere **19,00 % (375 osôb)**
- **3. rok** 5 % (101 osôb)
- po treťom roku abstinuje v priemere **16,66 % (330 osôb)**

K dotazníkom:

Predpokladané dôvody nezaslania späť dotazníka:

- abstinujú, ale nie sú v dosahu (zahraničie)
- nemajú záujem (abstinujú, ale chcú zabudnúť na liečenie, hanbia sa, abnormne štr. osobnosti)
- iné dôvody (subnormný intelekt, organické poškodenie, dôchodcovia, ID, doliečujúci sa v resococh ...)
- prekáža adresa a pečiatka P. H. na obálke – ***opatrenie:*** **P. O. box v pláne**

Prehodnotenie dotazníkov:

- prísna anonymita značne komplikuje vyhodnocovanie tak veľkého počtu dotazníkov **– *opatrenie:* prepracovať a získať viac údajov o pacientoch (dg závislosti, pohlavie, vzdelanie, stav, vek...), určiť si cieľovú skupinu, údaje na vyhodnotenie...**

Kvalita života v abstinencii

Vyhodnotenie kvality života

východiskový bod:
bio – psycho - sociálny model závislosti

- ***Formulácia dotazníkov na:***
  - kvalitu života v abstinencii: zmeny vo vzťahoch, sociálne zlepšenia (zamestnanie) a doliečovanie

- ***Porovnali sme tri rôzne dotazníky:***
  - po prvom roku abstinencie
  - po dvoch rokoch abstinencie
  - po troch rokoch abstinencie

Vyhodnotenie jednotlivých položiek dotazníka zasielaného po 1. roku abstinencie (od 270 abstinujúcich osôb):

Otázky:	áno	nie	neviem
1. Abstinujete v súčasnosti?	90%	10%	0%
2. Darí sa Vám v abstinencii lepšie riešiť problémy?	90%	7%	3%
3. Pomohla Vám abstinencia vrátiť dôveru Vašich blízkych?	84%	3%	13%
4. Zlepšila sa kvalita Vášho života v abstinencii?	87%	3%	10%
5. Stala sa abstinencia súčasťou Vášho životného štýlu?	81%	3%	16%
6. Ste spokojný/á s tým, že ste sa rozhodol/la absolvovať protialkoholickú liečbu?	87%	3%	10%
7. Absolvoval/a ste posilňovaciu liečbu od ukončenia pobytu?	32%	68%	0%
8. Navštevujete kluby abstinentov?	29%	65%	6%
9. Pomohla Vám abstinencia nájsť si zamestnanie?	48%	29%	23%
10. Ak by ste opäť potrebovali/a pomoc, podstúpil/a by ste liečbu ešte raz v našom zariadení?	84%	3%	13%
11. Udržiavate kontakt s našim liečebným zariadením?	58%	29%	13%

Po prvom roku abstinencie:

- V súčasnosti abstinuje 90 %
- U 80-90 % abstinujúcich sa zlepšili vzťahy a kvalita života
- Takmer polovica si našla zamestnanie (urč. časť bola zamestnaná aj počas liečby)
- Nízke percento sa však doliečuje, dve tretiny nechodia do klubov a neboli na posilňovacom pobyte

Vyhodnotenie jednotlivých položiek dotazníka zasielaného po 2. roku abstinencie (od 120 abstinujúcich osôb):

Otázky:	áno	nie	neviem
1. Pomáha Vám posilň. (opak.) liečba udržiavať abstinenciu?	91%	9%	0%
2. Je podľa Vás posilň. (opak.) liečba prevenciou recidívy pitia?	85%	5%	10%
3. Považujete dobu trvania posilň. (opak.) liečby za dostatočne dlhú?	83%	2%	15%
4. Pomohla Vám posilň. (opak.) liečba pri riešení nejakých aktuálnych problémov?	52%	46%	2%
5. Abstinovalo by sa Vám ťažšie, ak by ste nemali možnosť posilň. (opak.) liečby?	79%	5%	16%
6. Bol/a by ste ochotný/á absolvovať posilň. (opak.) liečbu aj na vlastné náklady?	8%	45%	47%
7. Zlepšila abstinencia Váš zdravotný stav?	73%	12%	15%
8. Pomohla Vám abstinencia nájsť zamestnanie?	22%	75%	3%
9. Je podľa Vás posilň, (opak.) liečba potrebná?	80%	16%	4%
10. Pomohla Vám posilň. (opak.) liečba odvrátiť recidívu pitia?	84%	14%	2%
11. Posilnila opakovacia liečba Vaše presvedčenie zotrvať v abstinencii?	81%	2%	17%

Po druhom roku abstinencie:

- V súčasnosti abstinuje 91 %
- Posilňovacia liečba u viac ako u 80 % abstinujúcich pomáhala predísť recidíve, riešiť problémy a je hodnotená ako potrebná
- U vyše 2/3 sa vďaka abstinencii zlepšil zdravotný stav
- 75 % abstinujúcich si však nenašlo zamestnanie (kríza?)
- Iba 8 % by si bolo ochotných hradiť si posilňovaciu liečbu

Vyhodnotenie jednotlivých položiek dotazníka zasielaného po 3. roku abstinencie (od 101 abstinujúcich osôb):

Otázky:	áno	nie	neviem
1. Abstinujete v súčasnosti?	76%	24%	0%
2. Mal/a ste recidívu pitia od ukončenia liečby?	23%	75%	2%
3. Považujete doliečovanie za dôležité aj po rokoch abstinencie?	82%	5%	13%
4. Absolvoval/a ste posilňovaciu liečbu od ukončenia liečby?	48%	52%	0%
5. Zlepšila sa kvalita Vášho života v abstinencii?	84%	6%	10%
6. Ste spokojný/á so životom v abstinencii?	74%	18%	8%
7. Navštevujete kluby abstinentov?	35%	65%	0%
8. Podporuje Vás Vaše okolie v abstinencii?	81%	14%	5%
9. Udržiavate kontakt s našim liečebným zariadením?	72%	28%	0%
10. Abstinovalo by sa Vám ťažšie bez možnosti posilň. a opak. liečby?	80%	10%	10%
11. Posilňuje opakovacia a posilňovacia liečba Vaše presvedčenie zotrvať v abstinencii?	83%	4%	13%

Po treťom roku abstinencie:

- V súčasnosti abstinuje 76 %
- 23 % prekonalo recidívu
- Vyše 80 % oceňuje kvalitu života v abstinencii, má podporu okolia, doliečuje sa a oceňuje posilňovacie pobyty
- Iba 35 % navštevuje kluby abstinentov

Interpretácia súhrnne

(bio – psycho - sociálny model závislosti)

Pozitíva:

- U 2/3 abstinentov zlepšenie zdravotného stavu
- Posilňovacie liečby sú hodnotené ako prínos pre zotrvanie v abstinencii a predídenie recidíve
- Abstinencia zlepšuje kvalitu života, vzťahy

Negatívum

- Nedostatočne sa doliečujú (kluby, posilňovacie liečby, ambulantné formy doliečovania...) a zrejme aj preto recidivujú

Dlhodobé sledovanie abstinencie
sa ukázalo ako komplikované a náročné
a vyžadovalo by si komplexnú podporu
aj na úrovni vedeckých inštitúcií

Ďakujem za pozornosť