



РЕГИОНАЛЬНАЯ ОБЩЕСТВЕННАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
**АССОЦИАЦИЯ ГАСТРОЭНТЕРОЛОГОВ
ТЮМЕНСКОЙ ОБЛАСТИ**

ул. Мельникайте, д.117, г.Тюмень, 625000,
Тел./факс: (3452) 209900/500787
e-mail: gkdc@bk.ru

ИНН/КПП 7203255110/720301001



**ДЕПАРТАМЕНТ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
ТЮМЕНСКОЙ ОБЛАСТИ**
ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ ТЮМЕНСКОЙ ОБЛАСТИ
КОНСУЛЬТАТИВНО-ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ ЦЕНТР

ул. Мельникайте, д.117, г.Тюмень, 625000,
Тел./факс: (3452) 209900/500787
e-mail :gkdc@bk.ru

ОГРН 1027200809536 ОКПО 57420354
ИНН/КПП 7203116229/720301001

Информация для врача - АЛКОГОЛЬ – мотивирование к отказу от употребления

По данным официальной статистики, алкоголь входит в число ведущих факторов смерти в российской популяции (11,9%). Внутренние болезни служат причиной смертельного исхода почти у половины (47,7%) пациентов, несчастные случаи – у одной пятой (21,7%), 35% больных алкоголизмом умирает в наиболее эффективном для различных видов деятельности возрасте 20–50 лет.

Гепатотоксичными принято считать дозы алкоголя 40–80 г/сут. в пересчете на чистый этанол, что составляет 100–200 мл водки (крепость 40%), 400–800 мл сухого вина (крепость 10%), 800–1600 мл пива (крепость 5%). Указанные дозы относятся преимущественно к мужчинам, для женщин безопасной считается доза не более 20 г этанола в сутки. Если употреблять «опасные» дозы алкоголя в течение 10 и более лет, то это становится серьезным фактором риска развития цирроза печени.

Алкоголизм – это тяжелое заболевание, а не дурная привычка. Ультимативное требование бросить пить также невыполнимо, как требование о прекращении кашля, обращаемое к больному бронхитом. Итогом служит отсутствие доверия между врачом и пациентом, что всегда будет мешать достижению положительного результата лечения.

Целесообразно мотивировать пациента к уменьшению дозы спиртного либо за счет сокращения объема принимаемых алкогольных напитков, либо уменьшения их крепости – оптимально и того, и другого. Правильная мотивация пациента чрезвычайно актуальна для тех, кто принимает алкоголь в рискованных для нанесения вреда здоровью дозах, а также для тех, кто выпивает слишком много и слишком быстро, повторяя это от раза к разу (например, подростки на вечеринках).

Для этих целей существуют специально разработанные методики – мотивационные интервью, в частности методика кратких интервенций (brief intervention), суть которой заключается в мотивации к изменению поведения, связанного с употреблением алкоголя. Например, сокращение частоты выпивок, уменьшение объема спиртных напитков, более безопасное поведение, обращение за специализированным наркологическим лечением.

В мотивационном интервью используются определенные приемы: эмпатия (осознанное сопереживание текущему эмоциональному состоянию другого человека), рефлексивное слушание (ведение тематически направленного диалога между врачом и пациентом для получения сведений от последнего), следование за сопротивлением, учет актуальной готовности к изменениям и актуальных потребностей, постановка конкретных задач с определением конкретных действий. В основе методики кратких мотивационных интервенций или мотивационных интервью лежит исследование и разрешение амбивалентности, что присуще каждому человеку.

Мотивационное интервью включает три ключевых положения: 1) особый вид беседы об имеющихся изменениях (консультирование относительно лечения, определение способа коммуникации); 2) беседа всегда совместная и лично-ориентированная, означающая партнерство, а не взаимоотношения эксперта и получателя информации; 3) она должна побуждать к воспоминаниям, стремление вызвать желание изменить обстоятельства, себя, свою жизнь и т. д. Мотивационные интервью помогают справиться с алкогольной проблемой на любой ее стадии, дают возможность мотивировать пациента, в том числе к приему лекарственных препаратов.

ОПРОСНИК «CAGE»

ДЛЯ СКРИНИНГА ХРОНИЧЕСКОЙ АЛКОГОЛЬНОЙ ИНТОКСИКАЦИИ

Ответьте на поставленные вопросы таким образом, как Вы их понимаете.

При утвердительном ответе обведите кружком «Да», при отрицательном ответе обведите кружком «Нет».

Если Вам трудно ответить на вопрос, то не обводите ничего.

1. Возникало ли у Вас ощущение, что Вам следует сократить употребление спиртных напитков?

Да Нет

2. Вызывало ли у Вас раздражение, если кто-то из окружающих (друзья, родственники) говорил Вам о необходимости сократить употребление спиртных напитков?

Да Нет

3. Испытывали ли Вы чувство вины, связанное с употреблением спиртных напитков?

Да Нет

4. Возникало ли у Вас желание принять спиртное, как только Вы просыпались после имевшего место употребления алкогольных напитков?

Да Нет

- Положительные ответы на три вопроса позволяют предполагать систематическое употребление алкоголя
- Положительные ответы на два вопроса свидетельствуют об употреблении спиртных напитков
- Положительные ответы на все четыре вопроса указывают на систематическое употребление алкоголя, приближающееся к состоянию зависимости
- Отрицательный ответ на все четыре вопроса либо предполагают отсутствие факта употребления алкоголя, либо нежелание пациента дать искренние ответы