

ЛЕЧЕНИЕ: В Силламяэском реабилитационном центре наркоманы вновь становятся людьми

Надежда умирает последней

■ Когда Артур (имя изменено) во второй раз покинул Силламяэский реабилитационный центр для наркозависимых, он уходил на обеих ногах. Вернулся же на костылях и на одной. И с надеждой стать, наконец, "чистым".

Сирле СОММЕР-КАЛДА
sirle@pohjarannik.ee

Если бесстрастно привести хронологию падения росшего в удручающем сопляском окружении, но в обычной семье Артура, то выглядеть она будет так: в 15 лет - первое знакомство с алкоголем, в 16 - с коноплей, в 17 - с тюрьмой, в 18 - с инъекцией наркотика.

- Когда вышел из тюрьмы, был конец лета. Увидел, что парни ходят по соседским садам. Заинтересовался, что же они там делают? Увидел, как они потом варят маковую жидкость. Предложили мне - я подумал: почему бы и не попробовать? После того как попробовал, первыми моими словами было: завтра пойду с вами. Стал употреблять ежедневно. И так 20 лет.

В конце 2003 года Артур стал ходить на метадонное лечение. "Несмотря на это, продолжал употреблять. Я не видел, чтобы метадонное лечение что-то изменило". Единственным КПД метадонного лечения Артур считает то, что тамошний социальный работник посоветовал ему обратиться в реабилитационный центр для наркозависимых.

В Силламяэ он уже в четвертый раз. В первый раз выдержал здесь два дня, во второй - шесть. "В этом году приходил и в третий раз, в промежутке потерял ногу, которую ампутировали. Поскольку так много колосил, произошла закупорка вен - и другого выхода не было".

Артур уходил и после третьей попытки "очиститься". "Причем идти мне было некуда, даже денег на дорогу не было. Когда уже мерз на автобусной остановке, то так злился на себя!".

В четвертый раз Артур выдержал рекордные четыре месяца. "Я очень благодарен директору центра, что меня приняли обратно. Благодаря этому я еще трезв. Честно говоря, веры в выздоровление у меня очень мало, но и употреблять тоже не особо хочется. Я просто настолько устал от жизни".

Подвальная жизнь показала страшнее

Если случай Артура относится к таким, когда надежда умирает последней, то Александр Обухов из Коктла-Ярве является настоящим успехом центра. Сейчас ничто во внешнем виде пышущего здоровьем 32-летнего мужчины не указывает на то, что он когда-то вел жизнь асоциала. Однако предоставим слово ему самому.

"У меня дома тили постоянно. Сам впервые попробовал алкоголь в 8 лет - не особо понравилось, так как вызывало чувство бесконтрольности. Нухал всевозможные

клеи, бензин. Потом попробовал коноплю. Это понравилось, поскольку создавало ощущение любви ко всем, хотя в действительности я чувствовал только ненависть. Но, ненавидя всех, жить трудно.

Потом стал стремиться к тому, чтобы такое состояние было постоянно. А для этого нужны были деньги, мне же было всего 11 лет. Поэтому стал воровать. Долго делать это безнаказанно не удалось. В 15 лет меня посадили. В тюрьме научился тому, что надо быть злым и беспощадным, чтобы выжить. И что есть еще другие наркотики, которые лучше марихуаны.

Из-за употребления амфетамина впал в серьезную депрессию, после чего один парень предложил мне героин. Когда снова сел, то употреблял и в тюрьме. Там понял, что совершать надо такие преступления, за которые трудно наказывать. Все это для того, чтобы мог спокойно употреблять. Вот и занимался кражами металла и мелким воровством.

К тому времени ничего святого для меня уже не было. В Коктла-Ярве не было человека, которому бы я не задолжал или кого не обманул. Уже и на улице не мог выйти - со мной хотели свести счеты. Прятался дома, но так как уколиться ведь тоже хотелось, то начал тащить все из дома. Мать с братом меня выгнали. Единственным местом, куда я мог пойти, был подвал. Там прожил три месяца. Даже от наркотиков легче уже не становилось, все время чувствовал себя плохо.

В подвале температура постоянно была 8 градусов. Мне казалось, будто меня заморозили, спал по 16 часов в сутки. Думал, что хорошо бы умереть, это стало бы выходом, однако был трусом и боялся броситься под машину.

В какой-то момент вышел из подвала - и выяснилось, что есть человек, которому было не все равно. Один друг привел меня домой, они с матерью накормили меня, но от приличной еды я получил отравление, у меня начался жар. Они месяц ухаживали за мной, и я понял одну простую вещь: я не могу справиться со своей жизнью и мне нужна помощь. И когда понял это, то вокруг меня тут же появились люди, предложившие помощь.

Знакомые наркоманы привели меня в турусский социальный центр "Allium", откуда меня направили в Силламяэ. Приехал сюда 13 апреля 2010 года. Прошел 13-месячный курс реабилитации. Первые семь трезвых дней оказались тяжелыми. Но возвращение в подвал казалось еще страшнее.

Честно говоря, не было такого момента, чтобы стало новилось мегатяжко. Тяжело было в подвале, ведь я всю жизнь бежал от самого себя, а в подвале опять столкнулся сам с собой - и это мне совсем не понравилось. Получалось, что я - 28-летний человек, который ничего не может, даже зубы почистить. Полный регресс.

Я уже четыре года чист. Я - считавший себя безнадежным наркоманом. Не курю и



Художественная терапия - одно из занятий, входящих в насыщенное расписание дня реабилитационного центра для наркозависимых. Матти КЯМЯРЯ

даже кофе не пью. Теперь верю, что в каждом человеке есть ресурс, позволяющий поднимать себе настроение и без кофе, сигареты или наркотиков. Раньше постоянно находился в состоянии повышенной агрессивности, теперь этого нет.

В центре научился разговаривать, видеть свои проблемы и решать их, работать над своими чувствами и понимать их. Научился всему тому, чего раньше не умел. Влюбился в медсестру центра - и теперь мы в браке. Мы работаем вместе, я являюсь здесь консультантом на основе опыта.

Интересно, что когда я принял решение оставаться чистым, то все остальное разрешилось само собой. Даже долги. Представьте себе: меня вызвали в полицию и сказали, что на месте происшествия обнаружен мой ДНК. Я признался, сказал, что вернулся новую страницу в своей жизни и готов нести ответственность. После этого меня вызвали в прокуратуру, где сказали, что из-за отсутствия общественного интереса уголовное дело прекращают. Объяснили тем, что я прошел реабилитацию, выплачиваю долги и в меня верят. Представьте себе: в подобном случае мне наркомана со стажем и судимостями!"

Не чудо, а реальность

Психолог Николай Литвиненко работает в реабилитационном центре шесть лет, и для него выздоровление Александра - не чудо, а реальность.

- Недавно по случаю 8-й годовщины нашего центра состоялся день открытых дверей для наших выпускников. Многие из них очень хорошо обустроили свою жизнь, начали собственный бизнес или работают в строительстве, женились и завели детей. Когда говорю кому-нибудь, что ра-



ЛАГЛЕ АРМ:
- Много зависит от готовности человека...

ботают с наркоманами, то спрашивают, почему я это делаю - неужели их можно вылечить? У людей сложился стереотип, что наркоманы - безнадежные люди.

В центре развивают как тело, так и дух клиентов. С одной стороны, важное место занимают трудотерапия и спорт, с другой, проводятся психологические и психиатрические консультации, а также учат элементарным навыкам того, как справляться в жизни.

- Мы работаем с личностями, которые не сформировались вследствие зависимости. В тридцать лет они по своему психологическому возрасту 14-летние, ведь все то время, пока употребляли наркотики, они не развивались как личности. Мы даем им возможность научиться нести ответственность как за свою жизнь, так и за свои деяния, понять свою болезнь, которая прогрессирует, которая хроническая и смертельная, а также даем шанс оставаться трезвыми, - пояснил психолог.

По словам Литвиненко, в центр попадают те, у кого есть мотивация для выздоровления. Это люди, дошедшие до определенной черты и потерявшие все, что можно потерять: здоровье, близких, имущество.

* Силламяэский реабилитационный центр для наркозависимых - один из двух финансируемых государством центров в Эстонии, второй находится в Вильянди. Клиенты силламяэского центра - мужчины.
* В центре 29 койко-мест, 26 из них финансирует Институт развития здоровья, три - Министерство юстиции. Последние держат на случай, если клиента направляют сюда по решению суда, то есть ему приходится выбирать между тюрьмой и лечением.
* Сейчас восстановительную помощь получают 22 клиента, большинство которых - из Таллинна и Ида-Вирумаа. Приезжают к тому же из Тарту, Пылва, Валга. Помощь можно получить как на эстонском, так и на русском языке.
* За восемь лет в центре побывало 565 клиентов, среди них и те, кто находился здесь повторно.

"Возникает мотивационный кризис, когда остается либо умереть, либо изменить что-то".

Обычная схема попадания на восстановительную помощь такова: человек звонит в центр, его ставят в очередь и приглашают на беседу, на которой решают, можно ли ему помочь. "Многое зависит от готовности человека, которая у всех разная. Первые месяцы мы помогаем найти мотивацию, чтобы клиенты сами работали над собой и стали "чистыми", - сказала руководитель центра Лагле Арм.

План трезвости

Когда клиент после 1-2 лет реабилитации возвращается в обычную жизнь, его план трезвости содержит ряд правил, которые надо соблюдать. И есть опорное лицо. "Если соблюдать эти правила, то вероятность того, что что-то пойдет наперекосяк, мала. После двух лет трезвости - год здесь и год вне центра - наступает стабильность в психике, и они начинают ценить трезвость", - сказал психолог.

Режим в реабилитационном центре такой, что вначале клиент живет только на территории центра. Если адаптация прошла успешно, то можно получить разрешение на выход в город, а также на работу за пределами центра. Например, у центра есть договор с АО "МЕКЕ" на выполнение работ

по благоустройству в силламяэском городке здоровья. "Помогаем также детсадам, школам, Дому культуры, когда там нужно таскать мебель. Благодаря этому у нас хорошая репутация в городе, - отметила старший руководитель по деятельности Ольга Глухих. - В соответствии с нашей концепцией, надо работать четыре часа в день, сюда входит также самообслуживание - уборка, помощь в столовой. У нас большая территория, которую надо убирать, есть теплицы и грядки".

По словам Арм, тут стараются предлагать разный трудовой опыт, который помог бы клиентам позднее на рынке труда. Поскольку большинство обитателей центра когда-то работали на строительстве, то их звали на завершившемся недавно ремонте одного крыла центра. На сегодня все здание прошло изнутри курс обновления и своей очереди ждет фасад.

Официальной статистики, сколько клиентов остаются чистыми и через два года после получения реабилитационной помощи, у центра нет. "Многие уходящие от нас поддерживают контакт с нами, но не все. У нас имеется контакт с 43 клиентами, покинувшими центр три года назад или еще раньше, - и до сегодняшнего дня они чисты", - сказала Лагле Арм.