



ЧИТАЙТЕ В СЕРИИ PRO ЗДОРОВЬЕ

PRO ЗДОРОВЬЕ



СЕРГЕЙ АГАПКИН
Доктор медицинских наук, профессор кафедры ортопедии и травматологии, доктор наук

ДОМАШНИЙ СПРАВОЧНИК САМЫХ ВАЖНЫХ СОВЕТОВ ДЛЯ ВАШЕГО ЗДОРОВЬЯ

- Лекарства и процедуры при отравлении в домашних условиях
- Более 1000 практических советов по лечению и профилактике заболеваний
- Простые и эффективные способы борьбы со стрессом

1 800 400 0000
8 800 400 0000
8 800 400 0000
8 800 400 0000

PRO ЗДОРОВЬЕ



СЕРГЕЙ АГАПКИН
Доктор медицинских наук, профессор кафедры ортопедии и травматологии, доктор наук

САМОЕ ГЛАВНОЕ О ХРОНИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ

- Как выявить и предотвратить те самые хронические заболевания
- Как выявить и предотвратить хроническое заболевание
- Как избежать стресса и забыть о стрессе

1 800 400 0000
8 800 400 0000
8 800 400 0000
8 800 400 0000

PRO ЗДОРОВЬЕ



ДМИТРИЙ НАУМОВ
Профессор кафедры фармакологии, доктор наук

ЛЕЧЕНИЕ БЕЗ ТАБЛЕТК ПО МЕТОДИКАМ БОЛОТОВА-НАУМОВА

- Лечение и профилактика гипертонии, болезни Альцгеймера, мигрени, остеоартроза, гонимы, полиомиелита, рассеянного склероза и др.
- Основы психического здоровья, стресс, профилактика стресса

PRO ЗДОРОВЬЕ



СЕРГЕЙ БУБНОВСКИЙ
Доктор медицинских наук, профессор

ЗДОРОВЫЕ СОСУДЫ, ИЛИ ЗАЧЕМ ЧЕЛОВЕКУ МЫШЦЫ?

- Секреты здорового сосудистого здоровья
- Упражнения для нормализации давления
- Гимнастика для сердца и сосудов

1 800 400 0000
8 800 400 0000
8 800 400 0000
8 800 400 0000

PRO ЗДОРОВЬЕ



СЕРГЕЙ БУБНОВСКИЙ
Доктор медицинских наук, профессор

БОЛЯТ КОЛЕНИ ЧТО ДЕЛАТЬ?

- Причины заболеваний, связанных с деформацией колена
- Новые подходы к лечению дегенеративных заболеваний
- Как избежать травмы и отсрочить операцию для лечения колена в больнице

1 800 400 0000
8 800 400 0000
8 800 400 0000
8 800 400 0000

PRO ЗДОРОВЬЕ



СЕРГЕЙ БУБНОВСКИЙ
Доктор медицинских наук, профессор

ГРЫЖА ПОЗВОНОЧНИКА- НЕ ПРИГОВОРИ!

- Причины возникновения грыжи позвоночника
- Авторская методика лечения грыжи без операции
- Как избавиться от боли в спине без лекарств и что делать при операции

1 800 400 0000
8 800 400 0000
8 800 400 0000
8 800 400 0000

PRO ЗДОРОВЬЕ



СЕРГЕЙ БУБНОВСКИЙ
Доктор медицинских наук, профессор

ОСТЕОХОНДРОЗ- НЕ ПРИГОВОРИ!

- Рецепты и упражнения для лечения остеохондроза
- Как повороты скрутки при болях в спине
- Типичные ошибки и заблуждения

1 800 400 0000
8 800 400 0000
8 800 400 0000
8 800 400 0000

PRO ЗДОРОВЬЕ



АЛЕКСЕЙ МОСКАЛОВ
Доктор медицинских наук, профессор кафедры ортопедии и травматологии, доктор наук

120 ЛЕТ ЖИЗНИ - ТОЛЬКО НАЧАЛО КАК ПОБЕДИТЬ СТАРЕНИЕ?

- Как вернуть молодость и здоровье в наш постиндустриальный мир
- Как избежать стресса и забыть о стрессе
- Что и как есть, чтобы не стареть быстрее

1 800 400 0000
8 800 400 0000
8 800 400 0000
8 800 400 0000

PRO ЗДОРОВЬЕ



НИКОЛАЙ МЕСНИК
Доктор медицинских наук, профессор кафедры фармакологии, доктор наук

ПРОСТУДА КАК ЗАЩИТИТЬ ИММУНИТЕТ?

- Причины и симптомы простудных заболеваний
- Уникальный лечебно-профилактический комплекс
- Эффективные способы повышения иммунитета



РУСЛАН ИСАЕВ

ВРАЧ-ПСИХИАТР-НАРКОЛОГ. КАНДИДАТ МЕДИЦИНСКИХ НАУК

**ЛЕЧЕНИЕ
НАРКОМАНИИ**

**ПРАКТИЧЕСКОЕ РУКОВОДСТВО
К ВЫЗДОРОВЛЕНИЮ**



Москва
2015

УДК 616.89
ББК 56.14
И85

Художественное оформление *П. Петрова*

Исаев, Руслан Николаевич.

И85 Лечение наркомании. Практическое руководство к
выздоровлению / Руслан Исаев. — Москва : Издатель-
ство «Э», 2015. — 288 с. — (PRO здоровье).

ISBN 978-5-699-82399-4

В книге известного врача-нарколога Руслана Николаевича Исаева собрана, структурирована и подробно разобрана вся информация, необходимая тем, кто столкнулся с наркозависимостью у близкого человека. Автор впервые детально раскрывает современные принципы и технологию реабилитации наркозависимых — основного метода помощи, приводящего к полному отказу от употребления наркотиков. Подобно путеводителю, книга ведет читателя по этапам заболевания — от момента знакомства с наркотическими веществами до момента выздоровления от зависимости. Читатель может обратиться к той главе книги, которая соответствует его жизненной ситуации.

Прочитав книгу, вы узнаете: какие бывают наркотические вещества и как они действуют на организм, почему и как люди начинают употреблять наркотики, как общаться с наркозависимым, что делать, если наркоман отказывается лечиться, как выбрать клинику и реабилитационный центр, в чем заключается работа специалистов при лечении наркомании.

УДК 616.89
ББК 56.14

ISBN 978-5-699-82399-4

© Исаев Р. Н., 2015
© Оформление. ООО «Издательство «Э», 2015

СОДЕРЖАНИЕ

.....

ВВЕДЕНИЕ	10
ЧТО ТАКОЕ НАРКОМАНИЯ	13
КАКИЕ БЫВАЮТ ПСИХОАКТИВНЫЕ ВЕЩЕСТВА	16
Опиаты и опиоиды	17
Кокаин	21
Другие психостимуляторы	25
Каннабиноиды	28
Галлюциногены	32
Спайсы	35
Снотворные и седативные препараты	40
Летучие растворители	44
Другие психоактивные вещества	46
КАК НАЧИНАЮТ УПОТРЕБЛЯТЬ НАРКОТИКИ	56
Точки контакта	56
Приемы вовлечения	58
Внешние изменения	67
Предметы, которые могут находиться у зависимого человека	73
Тесты	74
ЗАВИСИМОСТЬ — РАСПУЩЕННОСТЬ ИЛИ БОЛЕЗНЬ?	81
КАК НАРКОМАНИЯ МЕНЯЕТ ЧЕЛОВЕКА	86
Физические изменения	87
Психические изменения	94
Социальные изменения	97
Духовные изменения	99

СОЗАВИСИМОСТЬ	103
Финансовые последствия	103
Психологические последствия	106
Цепная реакция	108
Иллюзии и самообман	109
Выжидание	111
ПРОЧТИТЕ, ПРЕЖДЕ ЧЕМ НАЧИНАТЬ ЛЕЧЕНИЕ	120
Шесть советов близким	120
Куда обращаться	128
Как выбрать клинику или реабилитационный центр	133
Кому нельзя доверять	139
КАК УГОВОРИТЬ ЛЕЧИТЬСЯ	142
Выберите время и место	142
Продемонстрируйте потери	144
Установите границы	147
Оцените искренность согласия	148
Привлеките специалистов-мотиваторов	151
НАЧАЛО ПУТИ: ДЕТОКСИКАЦИЯ	159
Методы, применяемые на первом этапе лечения	162
Какие препараты используются в лечении	166
Мифы о детоксикации	169
Опасные методы детоксикации	172
Шарлатаны от наркологии	174
МЕДИЦИНСКИЙ ПОДХОД — ДОСТАТОЧНО ЛИ?	183
Какие специалисты работают в наркологии	184
Реабилитация как продолжение лечения	185
Кто работает в реабилитационном центре	187

ПРОДОЛЖЕНИЕ ПУТИ: РЕАБИЛИТАЦИЯ	191
История реабилитации наркозависимых	191
Современные модели реабилитации	199
Психологические методы реабилитации	214
Как устроен реабилитационный центр	219
Примерный распорядок реабилитационного центра	220
СЕКТЫ И ЦЕНТРЫ РЕАБИЛИТАЦИИ	227
Чем опасны секты	227
11 признаков секты	230
СЛОЖНОСТИ ДВОЙНОГО ДИАГНОЗА	240
КАК ЛЕЧАТ НАРКОМАНИЮ ЗА РУБЕЖОМ.	247
Детоксикация	247
Реабилитация	248
Метадоновая терапия	257
ПОСТРЕАБИЛИТАЦИЯ И РЕСОЦИАЛИЗАЦИЯ	265
Группы самопомощи	268
Дом на полпути	271
Постреабилитация — дело профессионалов	274
КОГДА ЗАКАНЧИВАЕТСЯ ЛЕЧЕНИЕ	281
КАК ПОМОЧЬ ЧЕЛОВЕКУ НЕ ВЕРНУТЬСЯ К НАРКОТИКАМ	284
САМОЕ ГЛАВНОЕ НАПОСЛЕДОК	287

Книга доктора Р.Н. Исаева, может быть, самая важная на сегодня. Она освобождает от страха близких родственников человека, попавшего в ловушку наркотической зависимости, придавая им силы для его спасения. Многолетний опыт работы с наркозависимыми и их родственниками позволил автору бросить вызов «информационному беспорядку», сложившемуся вокруг темы «наркомания», и написать простое и понятное руководство для неравнодушных близких, позволяющее им преодолеть собственную неосведомленность и избежать ошибок в выборе верной дороги, ведущей к выздоровлению.

В отличие от подобного рода книг, освещающих проблему наркомании, в книге Р.Н. Исаева использован инновационный прием, дающий читателю возможность, «проходя по главам книги как по временной шкале развития заболевания и этапов его лечения», познакомиться с современными представлениями о наркомании как о болезни и проникнуть в построение процесса выздоровления.

*Барцалкина Виктория Васильевна,
заведующая лабораторией
медико-психологической реабилитации
Московского государственного психолого-
педагогического университета*

Доктор Исаев доступным языком раскрывает сложные темы лечения больных, особое внимание обращая на комплексный подход в лечении зависимых, в котором участвуют и врачи, и психологи, и консультанты, и родственники больных. Несомненным достоинством руководства является подробное изложение принципов реабилитации, дается примерная программа реабилитационных центров. При этом автор избегает необоснованных заверений в мгновенном исцелении от зависимости, разрушает мифы о «чудодейственных препаратах» и развенчивает авторитет различных «кудесников», ориентируя близких больных на долгую, последовательную и настойчивую работу в реабилитации наркозависимых — долгую дорогу, ведущую к выздоровлению.

Книга Руслана Николаевича очень своевременна и является, по сути, руководством к действию близким больных наркоманией. Хочется надеяться, что это пособие поможет спасти не одну жизнь.

*Малыгин Владимир Леонидович,
доктор медицинских наук, профессор,
заведующий кафедрой психологического
консультирования, психокоррекции
и психотерапии ГБОУ ВПО
«Московский государственный медико-
стоматологический университет
им. А. И. Евдокимова»*

ВВЕДЕНИЕ

Эта книга написана в помощь равнодушному человеку. В помощь тому, кто еще только догадывается, что наркотики вошли в жизнь его семьи, или тому, кто уже давно борется с зависимостью своего близкого. Нравнодушные не дают этим людям остаться в стороне, заставляют искать пути выхода из наркотического лабиринта или думать, как не углубиться в него, пока можно вернуться обратно. Таким людям сложно сидеть на месте — когда они видят наркотическую угрозу для своей семьи, они хотят действовать, чтобы близкие были здоровы и счастливы, чтобы наркотики не мешали их жизни и жизни тех, кто рядом. Близкие человека, употребляющего наркотические вещества, те его родные, кто взял на себя тяжелую ношу спасения, — это те люди, которые на самом деле и спасают наших пациентов. Сам наркоман редко когда обращается за помощью и, если рядом не находится кто-то, кому не безразлична его жизнь, как правило, гибнет.

Много работая с родными пациентов, мы обратили внимание на то, что им практически нигде получить нужную и понятным языком изложенную информацию о том, с чем они столкнулись. В процессе работы на специально созданных психотерапевтических группах для родственников нам приходится рассказывать элементарные вроде бы вещи о наркотиках и наркомании, разрушать мифы, развенчивать авторитет различных «кудесников», показывать правильные пути выхода и убеждать не сворачивать в «темные закоулки» наркологии. В существующем информационном беспорядке, сложившемся вокруг темы «наркомания», оказывается очень сложно отделить главное от второстепенного,

отфильтровать бесполезное и вредное, найти четкое руководство к действию, исходя из этапа развития заболевания. Многие из родственников прошли непростой путь, прежде чем они оказались на верной дороге, ведущей к выздоровлению. Многие, поддавшись недобросовестной рекламе, мнениям авторов заказных статей и ангажированных телепередач, едва не теряли своих близких в руках мошенников, сектантов или просто непрофессионалов.

Каждый раз, сталкиваясь с последствиями неинформированности, мы понимали, что назрела необходимость создать простое и понятное руководство, написанное именно для обычных людей, столкнувшихся с наркоманией. Мы написали эту книгу так, чтобы провести незнакомого с темой человека по всем этапам лечения наркозависимости, провести максимально короткой дорогой, рассказав о всех опасностях и ловушках на этом пути. Мы показали самый прямой путь к выздоровлению так, как видим его мы — профессионалы-практики, привыкшие добиваться результата. Это не близкий путь, но он приводит туда, куда нужно — к полному отказу от приема наркотика. Именно эту цель мы рассматриваем как результат лечения наркомании и думаем, что наш читатель в этом с нами солидарен.

Книга написана как «путеводитель по болезни». Первые ее главы рассказывают о наркотиках вообще, о том, как они могут попасть к человеку, и почему он может начать их употреблять, о том, что можно увидеть в человеке, когда он находится под действием наркотического вещества, о том, как человек и его окружение глобально меняются по мере погружения в болото наркозависимости. Последующие главы посвящены лечению наркомании, описанию того, с чем сталкивается зависимый и его родственники на каждом из этапов выздоровления. Мы

подробно разбираем мифы, которые формируются вокруг этого процесса, указываем на опасности, даем инструкции и рекомендации, помогаем избежать ошибок. Читатель проходит по главам книги как по временной шкале развития заболевания и этапов его лечения.

Мы надеемся, что книга поможет всем, для кого наркомания не просто слово, а повседневная реальность. Мы верим, что после прочтения этого «путеводителя» вопросов, оставленных без ответа, не будет вовсе или их будет ничтожно мало, что дорога к выздоровлению будет предсказуема и понятна. Мы хотим, чтобы ничто не помешало равнодушным близким привести того, кто оступился, к счастливой жизни без наркотика.

ЧТО ТАКОЕ НАРКОМАНИЯ

Наркомания — тяжелое хроническое заболевание, которое характеризуется пристрастием к употреблению психоактивных веществ, признанных наркотическими, сопровождается развитием психических и соматических (телесных) расстройств, разрушением социальных связей, деградацией личности.

Психоактивными веществами (ПАВ) принято называть вещества, прием которых вызывает у человека разнообразные психические изменения. Неоднократный прием ПАВ может приводить к формированию зависимости от данного вещества.

Перечень наркотических средств, психотропных веществ и их так называемых прекурсоров (предшественников) утверждается Правительством Российской Федерации и регулярно обновляется. Эти обновления вызваны периодическим появлением на рынке новых синтезированных в подпольных лабораториях веществ, обладающих психоактивным действием.

Если речь идет о заболевании, вызванном приемом психоактивных веществ, не включенных в перечень наркотических средств, принято говорить о токсикомании.

Наркомания обязательно сопровождается так называемым **синдромом зависимости**, при котором наблюдается комплекс различных симптомов:

1. Непреодолимое влечение к ПАВ. Такое влечение называется компульсивным. Все мысли зависимого направлены на то, где добыть наркотик, чтобы как можно скорее его употребить. Борьба с таким влечением (наркоманы называют его «тягой») крайне сложно, все поведение зависимого подчинено только этой цели.

2. Снижение контроля за приемом. Зависимый не в состоянии самостоятельно, усилием воли снизить частоту потребления или дозу потребляемого вещества.

3. Абстинентное состояние, или синдром отмены. Возникает тогда, когда доза психоактивного вещества в организме снижается. При этом, в зависимости от того, какое вещество употребляется, наблюдаются те или иные психические и физические нарушения, которые очень тягостно переживаются зависимым. В этот момент усиливается «тяга». Употребление очередной дозы ПАВ в этом состоянии приводит к смягчению или полному исчезновению всех неприятных симптомов.

4. Анозогнозия — это составное слово, происходящее от греческих: «а» — частица, означающая отрицание, «nosos» — заболевание, «gnosis» — знание. Переводится оно примерно так: отрицание сознания болезни. Часто наркозависимые не признают свою зависимость. Многие соглашались с тем, что употребляют наркотики, но говорят при этом: «захочу — брошу, но сейчас не хочу». Сама болезнь как бы охраняет себя от вмешательства извне, формируя у зависимого подобную убежденность. Ведь признание себя больным требует немедленных действий, направленных на выздоровление. В нашем случае — на отказ от приема наркотиков. В сущности, лечение и начинается с преодоления этого столь проблемного симптома.

5. Повышение устойчивости (толерантности) к веществу. Регулярное употребление ПАВ приводит к тому, что начальной дозы становится уже недостаточной для получения желаемого ощущения. И тогда наркозависимый, чтобы пережить то, что он переживал ранее, медленно начинает поднимать дозировку употребляемого вещества от приема к приему. В конце концов до-

за принимаемого вещества увеличивается многократно по отношению к первоначальной.

6. Продолжение приема ПАВ, несмотря на осознание пагубности последствий. Бывает так, что наркозависимый признает крайнюю тяжесть своего состояния, а также серьезность последствий дальнейшего употребления, но его это не останавливает.

7. Интересы личности сужаются. Жизненная активность наркозависимого все более подчиняется теме поиска и употребления психоактивного вещества. Разумеется, свойственная ему ранее социальная активность либо заметно сокращается, либо прекращается вовсе и человек полностью меняет социальное окружение на то, которое связано с наркотиком.

Если хотя бы три из представленных критериев наблюдаются более одного месяца, можно с уверенностью говорить о сформированном синдроме зависимости от ПАВ, а значит — о наркомании.

Наркотик, как говорят сами наркоманы, «умеет ждать». Поэтому зависимым можно стать в любом возрасте, в любом социальном положении, независимо от наследственности, социального статуса, пола, национальности. «Страховки» от данного заболевания не существует. Любой факт употребления наркотика — серьезнейший риск развития наркозависимости.