



„Większość

ć pacjentów, którzy trafiają na nasz oddział, ma za sobą wielodniowe, wielotygodniowe, a nawet kilkuletnie okresy ciągłego nadużywania alkoholu. To prowadzi do naruszenia równowagi organizmu i może wywołać poważne zaburzenia fizyczne i psychiczne.” O różnorodności pacjentów oddziału detoksykacyjnego oraz objawach towarzyszących zespołowi abstynencyjnemu opowiada Marcin Kozera, lekarz pracujący na oddziale detoksykacyjnym.

Redakcja: Jakie emocje towarzyszą ci na co dzień?

Marcin Kozera: Satysfakcja z możliwości niesienia pomocy pacjentom w trudnym momencie ich życia stanowi dla mnie potwierdzenie zawodowego powołania. Każdy przypadek pacjenta, który osiąga pozytywne wyniki i podejmuje kroki w kierunku trzeźwego życia, przynosi mi uczucie spełnienia. To motywuje mnie do dalszego działania i jeszcze większego zaangażowania w swoją codzienną pracę.

Praca na oddziale detoksykacyjnym pozwala mi też na zdobycia cennego doświadczenia w leczeniu pacjentów z różnymi chorobami współistniejącymi, które często towarzyszą uzależnieniu, takimi jak m.in. niewydolność wątroby, padaczki alkoholowe, zaburzenia otępienne i psychotyczne w przebiegu uzależnienia od alkoholu i substancji psychoaktywnych. Jest to więc praca wymagająca i tak zróżnicowana, jak różni są pacjenci i ich przypadki. Jednocześnie postrzegam ją jako wyzwanie i szansę na ciągłą naukę.

Zakładam, że bycie lekarzem na oddziale detoksykacyjnym ma również swoje „ciemniejsze” strony?

Często spotykamy tu pacjentów, którzy wielokrotnie powtarzają cykle nadużywania alkoholu czy destrukcyjnego picia, pomimo prób leczenia i wsparcia. W takich okolicznościach można poczuć się bezradnym i sfrustrowanym. Proces zmiany bywa trudny - zarówno dla pacjenta, jak i dla personelu szpitala. Nie można poddawać się jednak tym uczuciom, bo nawroty nie

oznaczają ostatecznej porażki procesu, a negatywne reakcje personelu mogą zniechęcić pacjenta do kontynuowania leczenia.

Dodatkowo, praca w tym miejscu pozwala mi włączyć się w szeroki kontekst społeczny. Szacuje się, że chorobą alkoholową w Polsce dotkniętych jest około 900 tys. osób, a nadużywa alkoholu prawie 2 mln mieszkańców naszego kraju. Konsekwencje tego stanu rzeczy są bardzo szerokie, poczynając od pogorszenia zdrowia fizycznego i psychicznego jednostki, przez skutki natury społecznej, jak rozpad więzi rodzinnych czy izolacja społeczna, aż po skutki systemowe. Dzięki pracy na oddziale mogę przyglądać się problemowi uzależnienia od alkoholu z wielu różnych perspektyw, co w dalszej praktyce może ułatwić stworzenie sprzyjających warunków dla zdrowienia pacjentów.

O uzależnieniu mówi się, że jest chorobą demokratyczną. Jacy pacjenci trafiają na Wasz oddział?

Jest to bardzo zróżnicowana grupa. Zarówno młodzi, jak i starsi, kobiety i mężczyźni, reprezentanci różnych profesji, zawodów, poziomów wykształcenia oraz z różnymi historiami życiowymi. Młodość i energia nie są gwarancją wolności od ryzyka uzależnienia się od alkoholu, tak samo jak przeżyte lata i doświadczenie życiowe. Z uzależnieniem od alkoholu zmagają się tak bezrobotni, jak i wysoko wykwalifikowani pracownicy czy właściciele dobrze prosperujących przedsiębiorstw. Uzależnienie bywa również wynikiem destrukcyjnej próby radzenia sobie z trudnymi doświadczeniami w przypadku pacjentów cierpiących na zespół stresu pourazowego lub z doświadczeniem innej traumy. Wszyscy oni stają w obliczu tego samego wyzwania. To problem, który nie zna granic i może dotknąć każdego, niezależnie od pozornie odmiennych okoliczności.

W jakim stanie psychofizycznym zgłaszają się do Was pacjenci?

Większość pacjentów, którzy trafiają na nasz oddział, ma za sobą wielodniowe, wielotygodniowe, a nawet kilkuletnie okresy ciągłego nadużywania alkoholu. To prowadzi do naruszenia równowagi organizmu i może wywołać poważne zaburzenia fizyczne i psychiczne. Pacjenci zgłaszają się na Izbę Przyjęć samodzielnie, są przywożeni przez rodziny, znajomych lub przez zespół ratownictwa medycznego albo inne szpitale – zwłaszcza w przypadkach, gdy znajdują się w stanie zagrożenia życia lub są niezdolni do samodzielnego przemieszczania się.

Pacjenci zgłaszają się do oddziału z różnymi objawami – z drżeniem mięśni, osłabieniem, wzmożoną potliwością, zaburzeniami snu, brakiem apetytu lub wymiotami lub po wystąpieniu napadów padaczkowych. Te symptomy są typowe dla osób, które nagle

przerywają długotrwałe i intensywne spożywanie alkoholu (lub zmniejszają ilość wypijanego alkoholu) i składają się na tzw. [zespół abstynencyjny](#).

U niektórych z nich występuje majaczenie alkoholowe ([delirium tremens](#)). Jest to jest najcięższa forma zespołu abstynencyjnego, charakteryzująca się zaburzeniami świadomości, halucynacjami słuchowymi, czuciowymi i wzrokowymi, pobudzeniem. Jest to stan zagrożenia życia. Pacjenci z majaczeniem alkoholowym wymagają intensywnej opieki medycznej.

Uzależnieni od alkoholu pacjenci często zmagają się również z depresją, lękami, trudnościami z pamięcią i koncentracją oraz problemami ze snem. W jeszcze innych przypadkach mogą doświadczać objawów psychotycznych, takich jak omamy czy urojenia.

Naszym celem jest zapewnienie pacjentom bezpiecznego i kontrolowanego procesu detoksykacji od alkoholu, łagodzenie ich objawów abstynencyjnych oraz zapewnienie wsparcia i opieki medycznej przez czas trwania pobytu na oddziale. Każdy pacjent jest indywidualnie oceniany i otrzymuje odpowiednie leczenie, aby pomóc im w przejściu przez ten trudny proces.

Co byś powiedział człowiekowi, który boryka się z problemem uzależnienia lub podejrzewa u siebie problem z alkoholem?

Najważniejsze jest podjęcie pierwszego kroku – uświadomienie sobie i zaakceptowanie faktu, że ten problem istnieje i oddziałuje nie tylko na nas, ale również na nasze otoczenie, naszych bliskich, życie zawodowe. Kolejnym ważnym krokiem jest poszukiwanie wsparcia – jeżeli ktoś podejrzewa u siebie uzależnienie od alkoholu albo ma problem z jego nadużywaniem, pijąc np. szkodliwie lub ryzykownie, powinien zgłosić się do Poradni Leczenia Uzależnień w celu ustalenia natury problemu oraz uzyskania wsparcia terapeutycznego i psychiatrycznego. Samodzielna walka z uzależnieniem od alkoholu jest niezwykle trudna, dlatego tak ważne w procesie leczenia jest wsparcie terapeuty uzależnień oraz wsparcie grupowe (np. Anonimowi Alkoholicy). Nie bójmy ani nie wstydźmy się prosić o pomoc. To nie jest oznaka słabości – wręcz przeciwnie, świadczy to o chęci zmiany i woli walki z problemem. Walki, w której nigdy nie jesteśmy sami, nawet jeżeli tak może się wydawać.

Czy jest jakiś przypadek, który szczególnie zapadł Ci w pamięci?

Wciąż wspominałem przypadek 22-letniego pacjenta, który trafił na nasz oddział, a który miał już za sobą kilkuletni wywiad uzależnienia od alkoholu. Pił destrukcyjnie, codziennie spożywał kilka litrów wódki. Jego młody organizm był całkowicie wyniszczony, miał delirium.

Stopniowo narastała u niego ostra niewydolność wątroby, nerek oraz krążeniowo-oddechowa. Uzależnienie od alkoholu doprowadziło jego organy do całkowitej degradacji. Niestety, pomimo podjętych wszystkich możliwych prób interwencji medycznych, w tym leczenia w Oddziale Intensywnej Terapii, chłopaka nie udało się uratować. Ta sytuacja pokazała mi, jak szybko i drastycznie można wpaść w spiralę uzależnienia. Alkohol uzależnia podstępnie, a pod płaszczem legalności i społecznej aprobaty dla picia, kryje się trucizna, która nie tylko odbiera radość z życia, ale niekiedy też całe życie.

Dziękuję za rozmowę.

Marcin Kozera - absolwent kierunku lekarskiego na Uniwersytecie Medycznym w Białymstoku. Od 2020 roku pracuje w [Szpitalu Psychiatrycznym w Choroszczycy](#) w Oddziale Ogólnopsychiatrycznym V z Pododdziałem Detoksykacji od Substancji Psychoaktywnych pod kierownictwem dr Katarzyny Nawary-Ułasiuk oraz w Oddziale Leczenia Alkoholowych Zespołów Abstynencyjnych pod kierownictwem dr. Andrzeja Popławskiego. W pracy kładzie nacisk na indywidualne podejście do każdej sytuacji oraz ciągły rozwój w obszarze profilaktyki i terapii uzależnień. Wierzy, że poprzez holistyczne podejście do edukacji, wsparcia i interwencji można pomóc osobom borykającym się z uzależnieniami odzyskać zdrowie oraz poprawić jakość ich życia.