



**ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΚΡΗΤΗΣ**

Κλινική Αλκοολογία

Ενότητα: Δίκτυο Αλκοολογίας. Τοπικό Δίκτυο Υπηρεσιών για τα άτομα με προβλήματα από το αλκοόλ. Ομάδες αυτοβοήθειας για τα εξαρτημένα από το αλκοόλ άτομα. Οι κοινότητες των "κλαμπ οικογενειών"

Καθηγητής: Μουζάς Ιωάννης
Τμήμα Ιατρικής Πανεπιστημίου Κρήτης

Άδειες Χρήσης

- Το παρόν εκπαιδευτικό υλικό υπόκειται στην άδεια χρήσης **Creative Commons** και ειδικότερα

Αναφορά – Μη εμπορική Χρήση – Όχι Παράγωγο Έργο v.3.0

(Attribution – Non Commercial – Non-derivatives v.3.0)



[ή επιλογή ενός άλλου από τους έξι συνδυασμούς]

[και αντικατάσταση λογότυπου άδειας όπου αυτό έχει μπει]

- Εξαιρείται από την ως άνω άδεια υλικό που περιλαμβάνεται στις διαφάνειες του μαθήματος, και υπόκειται σε άλλου τύπου άδεια χρήσης. Η άδεια χρήσης στην οποία υπόκειται το υλικό αυτό αναφέρεται ρητώς.

Χρηματοδότηση

- Το παρόν εκπαιδευτικό υλικό έχει αναπτυχθεί στα πλαίσια του εκπαιδευτικού έργου του διδάσκοντα.
- Το έργο «**Ανοικτά Ακαδημαϊκά Μαθήματα στο Πανεπιστήμιο Κρήτης**» έχει χρηματοδοτήσει μόνο τη αναδιαμόρφωση του εκπαιδευτικού υλικού.
- Το έργο υλοποιείται στο πλαίσιο του Επιχειρησιακού Προγράμματος «Εκπαίδευση και Δια Βίου Μάθηση» και συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση (Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο) και από εθνικούς πόρους.



Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης

ΚΙΝΗΜΑ ΑΥΤΟΒΟΗΘΕΙΑΣ ΚΑΙ ΑΠΟΧΗ ΑΠΟ ΤΟ ΑΛΚΟΟΛ. ΟΙ ΑΝΩΝΥΜΟΙ ΑΛΚΟΟΛΙΚΟΙ ΚΑΙ ΟΙ ΚΟΙΝΟΤΗΤΕΣ ΤΩΝ CLUB

ΑΝΩΝΥΜΟΙ ΑΛΚΟΟΛΙΚΟΙ. ΤΑ 12 ΒΗΜΑΤΑ

Η ιστορική προσέγγιση στο πρόβλημα της εξάρτησης από το αλκοόλ, από την πλευρά της αυτοβοήθειας, είναι οι Ανώνυμοι Αλκοολικοί (ΑΑ). Οι ΑΑ ξεκίνησαν το 1935 με την συνάντηση δύο αλκοολικών που προσπαθούσαν να ξεπεράσουν την εξάρτησή τους από το αλκοόλ. Ο Μπίλ (William G. Wilson), χρηματιστής από την Νέα Υόρκη, και ο Μπόμπ (Robert H. Smith), χειρουργός από το Οχάϊο, προσπάθησαν μέσα από τις εμπειρίες τους να βοηθήσουν ο ένας τον άλλον και τον εαυτό τους. Το πρόγραμμά τους εκδόθηκε με το όνομα Ανώνυμοι Αλκοολικοί (1937) και αποτελεί το πρότυπο των ομάδων αυτοβοήθειας (self-help groups). Από τις περίπου 90.000 ομάδες ΑΑ που υπάρχουν σήμερα σε πάνω από 129 χώρες στον κόσμο, οι περισσότερες δραστηριοποιούνται στην Βόρεια Αμερική.

Οι βασικές αρχές των ΑΑ διατυπώνονται καθαρά στις 12 παραδόσεις (οργανωτικές αρχές, συμμετοχή) και τα 12 βήματα (θεραπευτική διαδικασία, αποκατάσταση) (Πίνακες 1 και 2). Η εμπειρία των διαφόρων ομάδων ΑΑ στον κόσμο ποικίλλει, όπως είναι φυσικό. Όμως, υπάρχουν αρκετά κοινά σημεία που είναι σταθερά στην προσέγγιση των ΑΑ. Βασικοί κανόνες είναι η ανωνυμία των μελών και η δωρεάν συμμετοχή. Η οικονομική αυτονομία της κάθε ομάδας ΑΑ βασίζεται στα μέλη της και αποκλείεται κάθε οικονομική υποστήριξη από τρίτους (ιδιωτικοί ή δημόσιοι οργανισμοί, νοσηλευτικές ή κοινωνικές υπηρεσίες κλπ). Το πρόγραμμα υποστηρίζει τα μέλη να αρνηθούν το αλκοόλ «για την σημερινή μέρα, κάθε φορά» και να επιδιώκουν την ολική αποχή. Οι ΑΑ προσφέρουν στα μέλη τους την ικανοποίηση μιας εσωτερικής ανάγκης για επικοινωνία με ομοιοπαθείς αλκοολικούς που κατανοούν καλύτερα το πρόβλημα της εξάρτησης. Επίσης, οι ΑΑ δέχονται τον αλκοολισμό ως ασθένεια, σε συμφωνία με τους διαγνωστικούς ορισμούς της Παγκόσμιας Οργάνωσης Υγείας και του DSM της Αμερικανικής Ψυχιατρικής Εταιρείας (diagnostic and statistic manual of mental diseases) και παραδέχονται ότι δεν είναι δυνατόν να θεραπευτούν οριστικά από αυτήν. Αναγνωρίζουν την έλλειψη ελέγχου και την

αδυναμία τους σε σχέση με το αλκοόλ. Παραδέχονται ότι χρειάζονται βοήθεια για αντιμετώπισουν το πρόβλημα, την οποία δέχονται χωρίς να θεωρούν τους εαυτούς τους στιγματισμένους ή ντροπιασμένους. Τα μέλη των ομάδων ΑΑ προσφέρουν επίσης την βοήθειά τους σε άλλα μέλη που την χρειάζονται, τόσο μέσα στην ομάδα όσο και στην διάρκεια της μέρας με τηλεφωνική επικοινωνία ή κατ'ιδίαν συναντήσεις.

Στα νέα μέλη των ΑΑ δεν ζητάται να δεχτούν ή να ακολουθήσουν πλήρως τα δώδεκα βήματα, εφόσον δεν θέλουν ή δεν μπορούν. Τους συνιστάται να έχουν τις απόψεις τους ελεύθερα, να συμμετέχουν όμως τακτικά στις συναντήσεις, όπου αλκοολικοί σε ανάρρωση περιγράφουν την προσωπική τους εμπειρία στον δρόμο προς την νηφαλιότητα. Επίσης τους συνιστάται να διαβάζουν τα σχετικά βιβλία που περιγράφουν και ερμηνεύουν το πρόγραμμα των ΑΑ. Τα μέλη των ΑΑ τονίζουν συνήθως στα νέα μέλη ότι μόνον οι ίδιοι οι προβληματικοί πότες μπορούν να ξεκαθαρίσουν για τους εαυτούς τους αν πράγματι είναι ή όχι αλκοολικοί. Εξηγούν επίσης ότι, σύμφωνα και με την ιατρική άποψη, ο αλκοολισμός είναι μια χρόνια νόσος και ότι δεν μπορεί να θεραπευτεί, με την τρέχουσα σημασία του όρου, μπορεί όμως να ανασταλεί η πορεία της μέσω της πλήρους αποχής από το αλκοόλ. Ο δεσμός με την ομάδα ενισχύεται μέσω του θεσμού του οδηγού (sponsor). Πρόκειται για ένα μέλος που βρίσκεται σε αποχή τουλάχιστον επί ένα χρόνο που «αναλαμβάνει» κατά κάποιο τρόπο το νέο μέλος και του προσφέρει υποστήριξη στο χρονικό διάστημα ενδιάμεσα ανάμεσα από τις συναντήσεις των ομάδων.

Οι ομαδικές συναντήσεις των ΑΑ διακρίνονται σε ανοικτές, για οποιονδήποτε ενδιαφερόμενο, ανεξάρτητα από το αν έχει πρόβλημα που σχετίζεται με το αλκοόλ, και σε κλειστές, που απευθύνονται αποκλειστικά σε άτομα που θέλουν να πετύχουν την αποχή από το αλκοόλ. Ως θυγατρικοί αλλά ανεξάρτητοι από τους ΑΑ οργανισμοί, βασιζόμενοι στις ίδιες αρχές των 12 βημάτων, έχουν προκύψει οι ΑΙ-Αποη που απευθύνονται σε συζύγους και στενούς συγγενείς και φίλους αλκοολικών και οι Αlateen που απευθύνονται σε εφήβους, παιδιά αλκοολικών. Ο σκοπός αυτών των ομάδων είναι να βοηθήσουν τα μέλη τους να βοηθήσουν τον αλκοολικό ή να μπορούν να ζήσουν μαζί του.

Οι περισσότεροι αλκοολόγοι συμφωνούν ότι κάθε μορφή θεραπείας της εξάρτησης από το αλκοόλ θα έχει μεγαλύτερες πιθανότητες επιτυχία αν συνδυαστεί με συμμετοχή του ατόμου σε ομάδες ΑΑ. Έτσι, θεωρούν τους ΑΑ όχι μόνον ως μια μορφή θεραπείας ομάδας με χαμηλό κόστος, αλλά και ως ένα σημαντικό σύμμαχο στην προσπάθεια απεξάρτησης του αλκοολικού.

Σύμφωνα με μια εσωτερική αξιολόγηση των ΑΑ, τα μέλη παρακολουθούν κατά μέσον όρο 2-3 συναντήσεις την εβδομάδα, το 78% έχουν έναν οδηγό-sponsor και το 80% παρακολουθούν μια σταθερή ομάδα. Περίπου τα μισά από τα νέα μέλη συνεχίζουν να παρακολουθούν τις συναντήσεις και μετά 3 μήνες. Το 41% αυτών που συμμετέχουν επί ένα έτος παραμένουν και για ένα έτος ακόμα. Περίπου το 1/3 των μελών ήταν σε αποχή για λιγότερο από ένα έτος, άλλο 1/3 επί 1-5 χρόνια και 1/3 για πάνω από 5 χρόνια.

Π.ινακας 1. Οι δώδεκα παραδόσεις των Ανώνυμων Αλκοολικών (βραχεία μορφή).

1. Πρώτα έρχεται η κοινή μας ευημερία. Η προσωπική αποκατάσταση εξαρτάται από την ενότητα των ΑΑ
2. Για την ομάδα μας υπάρχει μόνο μια ανώτατη αρχή, Θεός της αγάπης, όπως εκφράζεται μέσα στην ομαδική μας συνείδηση. Οι αρχηγοί μας δεν είναι παρά έμπιστοι υπηρέτες, δεν κυβερνούν.
3. Η μόνη προϋπόθεση για να είναι κάποιος μέλος των ΑΑ είναι να επιθυμεί να διακόψει το ποτό.
4. Κάθε ομάδα είναι αυτόνομη εκτός από τα θέματα που αφορούν άλλες ομάδες ή τους ΑΑ ως σύνολο.
5. Κάθε ομάδα έχει έναν μόνο κύριο σκοπό: να μεταφέρει το μήνυμά της στον αλκοολικό που υποφέρει ακόμα.
6. Μια ομάδα ΑΑ δεν πρέπει να υποστηρίζει, να χρηματοδοτεί ή να παραχωρεί το όνομα των ΑΑ σε οποιαδήποτε εξωτερική υπηρεσία η επιχείρηση, επειδή τα χρήματα, η ιδιοκτησία και το γόητρο μπορεί να μας απομακρύνουν από τον κύριο σκοπό μας.

7. Κάθε ομάδα ΑΑ πρέπει να είναι αυτοδιαχειριζόμενη και να αρνείται τις έξωθεν συνεισφορές.
8. Οι Ανώνυμοι Αλκοολικοί πρέπει να παραμείνουν μη επαγγελματίες. Ωστόσο, οι υπηρεσίες μας μπορούν να απασχολούν ειδικούς επαγγελματίες.
9. Κάθε ομάδα ΑΑ χρειάζεται την ελάχιστη δυνατή οργάνωση. Ωστόσο οι ΑΑ μπορούν να δημιουργούν επιτροπές που να λογοδοτούν σε αυτούς που υπηρετούν.
10. Οι Ανώνυμοι Αλκοολικοί δεν έχουν γνώμη για εξωτερικά θέματα. Επομένως, οι ΑΑ δεν πρέπει ποτέ να σύρονται σε δημόσιες αντιπαραθέσεις.
11. Η στρατηγική μας για τις δημόσιες σχέσεις βασίζεται περισσότερο στην έλξη του παραδείγματος παρά στην διαφήμιση. Διατηρούμε πάντα την προσωπική ανωνυμία στα ΜΜΕ.
12. Η ανωνυμία είναι η πνευματική βάση όλων των παραδόσεών μας. Μας θυμίζει να θέτουμε τις αρχές πριν από το πρόσωπο.

Πίνακας 2. Τα δώδεκα βήματα των Ανώνυμων Αλκοολικών

1. Παραδεχτήκαμε ότι ήμασταν ανίσχυροι μπροστά στο αλκοόλ. Η ζωή μας είχε γίνει ανεξέλεγκτη.
2. Πιστέψαμε ότι μια Δύναμη μεγαλύτερη από μας μπορούσε να μας ξανακάνει υγιείς.
3. Αποφασίσαμε να παραθέσουμε την θέληση και την ζωή μας στην φροντίδα του Θεού, όπως Τον κατανοούσαμε εμείς.
4. Ερευνήσαμε και κάναμε μια ηθική απογραφή, χωρίς φόβο, για τους εαυτούς μας.
5. Παραδεχτήκαμε στον Θεό, στους εαυτούς μας και σε άλλους ανθρώπους την ακριβή φύση των λαθών μας.
6. Ετοιμάσαμε πλήρως τους εαυτούς μας ώστε ο Θεός να απαλείψει όλα τα ελαττώματα του χαρακτήρα μας.
7. Του ζητήσαμε ταπεινά να ξεριζώσει τις αδυναμίες μας
8. Κάναμε έναν κατάλογο όλων των προσώπων που βλάψαμε και θελήσαμε ειλικρινά να επανορθώσουμε σε όλους.
9. Επανορθώσαμε με τους ανθρώπους αυτούς, όπου ήταν δυνατό, εκτός από τις περιπτώσεις εκείνες που με τον τρόπο αυτό θα βλάπταμε αυτούς ή άλλους.

10. Συνεχίσαμε να συμπληρώνουμε τον προσωπικό μας κατάλογο και όπου είχαμε κάνει λάθος το παραδεχτήκαμε αμέσως.
11. Προσπαθήσαμε μέσω της προσευχής και της θεωρίας να βελτιώσουμε την ενσυνείδητη επαφή μας με τον Θεό, όπως τον αντιλαμβανόμαστε, ζητώντας μονάχα να μάθουμε ποιο είναι το θέλημά Του για μας και την δύναμη να το πραγματοποιήσουμε.
12. Έχοντας αφυπνιστεί πνευματικά μέσα από αυτά τα δώδεκα βήματα, προσπαθήσαμε να μεταδώσουμε το μήνυμα αυτό στους αλκοολικούς και να εφαρμόσουμε τις αρχές αυτές σε όλες τα ζητήματά μας.

ΤΑ CLUB ΤΩΝ ΑΛΚΟΟΛΙΚΩΝ ΣΕ ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗ (CLUB OF TREATED ALCOHOLICS) ΚΑΙ Η ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ-ΟΙΚΟΛΟΓΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ

Τα Club των Αλκοολικών σε Αποκατάσταση (ΚΑΑ) είναι κοινότητες που αποτελούνται από οικογένειες. Στην κοινότητα ενός club συναντούνται άτομα και οικογένειες που διαφέρουν ως προς την ηλικία, την εκπαίδευση, το επάγγελμα, την συμπεριφορά προς το αλκοόλ και τον τρόπο ζωής τους. Τα μέλη ενός Club έχουν ως κοινό σημείο τους τα Προβλήματα που Σχετίζονται με το Αλκοόλ (ΠΣΑ). Τα ΚΑΑ ξεκίνησαν στο Ζάγκρεμπ το 1964, από τον Κροάτη ψυχίατρο Vladimir Hudolin

Τα ΚΑΑ βασίζονται στην αποδοχή ότι τα ΠΣΑ προέρχονται από μια διαφορετική συμπεριφορά, έναν διαφορετικό τρόπο ζωής, που είναι συνέπεια των δύσκολων και πολύπλοκων σχέσεων των συστημάτων της οικογένειας, της τοπικής κοινωνίας και του χώρου εργασίας, σε συνδυασμό με άλλους εξωτερικούς και εσωτερικούς παράγοντες (*συστημική ή πιο ειδικά κοινωνική-οικολογική προσέγγιση*). Κατά συνέπεια, για να επέλθει η αποκατάσταση, θα πρέπει να συμμετέχει σε αυτήν όλο το σύστημα στο οποίο ζει και ανήκει ο αλκοολικός. Τα μέλη του συστήματος δεν είναι ασθενείς,

αλλά αποτελούν αναπόσπαστα μέλη μιας κοινότητας στην οποία πρέπει να επέλθει η αλλαγή.

Το Club ως ανεξάρτητη οργάνωση και οι κανόνες λειτουργίας του

Ένα club μπορεί να αρχίσει την λειτουργία του εφόσον υπάρχουν δύο τουλάχιστον οικογένειες με ΠΣΑ και ένας εκπαιδευμένος «υπηρέτης-δάσκαλος» (servant-teacher). Ο όρος «υπηρέτης-δάσκαλος» έχει αντικαταστήσει τους όρους «θεραπευτής» (therapist) και «λειτουργός» (worker, operator), οι οποίοι ήταν σε χρήση τις πρώτες δεκαετίες της εξέλιξης των club. Ο υπηρέτης-δάσκαλος μπορεί να είναι επαγγελματίας (νοσηλεύτης, γιατρός, κοινωνικός λειτουργός, ψυχολόγος) μπορεί όμως και όχι, πάντα όμως εργάζεται στο club εθελοντικά. Επίσης, μπορεί ή όχι να είναι αλκοολικός σε αποχή. Απαραίτητη είναι η πρόσφατη εκπαίδευσή του με την συμμετοχή σε ένα ειδικό προς τούτο *Σεμινάριο Ευαισθητοποίησης για Υπηρέτες-δασκάλους*, διάρκειας μιας εβδομάδος (50 ώρες) και η συνεχής του ενημέρωση και μετεκπαίδευση. Ο υπηρέτης-δάσκαλος είναι και ο εμπνευστής του club. Ο ρόλος του είναι να «καταλύει» την διαδικασία της συνάντησης, να δημιουργεί ατμόσφαιρα αλληλεγγύης, καλής επικοινωνίας όπου μπορούν να λάβουν χώρα θετικές αλληλεπιδράσεις μεταξύ των μελών. Παρακολουθεί τις οικογένειες στην πορεία, φροντίζει για την πρόληψη των υποτροπών, φροντίζει οι οικογένειες να είναι αυτόνομες, χωρίς νοσηρές εξαρτήσεις από τον ίδιο, το club ή τις Υπηρεσίες Υγείας.

Μέλη του club είναι οι αλκοολικοί, οι οικογένειές τους και ο υπηρέτης-δάσκαλος. Τα club μιας περιοχής συνεργάζονται αρμονικά μεταξύ τους στην βάση των κοινωνικών-οικολογικών αρχών. Οι βασικοί κανόνες λειτουργίας των club είναι οι ακόλουθοι:

- Το Club διχοτομείται σε δύο club με την είσοδο σε αυτό της 13^{ης} οικογένειας.
- Οι συναντήσεις γίνονται εβδομαδιαία, σε σταθερό τόπο ημέρα και ώρα και αρχίζουν ακριβώς την ώρα που έχει συμφωνηθεί.
- Τα μέλη πρέπει να παρακολουθούν τακτικά τις συναντήσεις.
- Απαγορεύεται το κάπνισμα κατά την διάρκεια της συνάντησης.

- Προσωπικές πληροφορίες που γίνονται γνωστές κατά την διάρκεια των συναντήσεων του club παραμένουν εμπιστευτικές.
- Κάθε οικογένεια που εισέρχεται στο club υποχρεωτικά ενημερώνεται και εκπαιδεύεται στα βασικά από τον υπηρέτη-δάσκαλο ή συμμετέχοντας σε ειδικό τοπικό πρόγραμμα εκπαίδευσης για νέα μέλη.

Ως προς την δομή των club, υπάρχουν αρκετές αρμοδιότητες που δίδονται κατά τακτές περιόδους στα μέλη του όπως: πρόεδρος που εκπροσωπεί το club κατά τον νόμο, γραμματέας, ταμίας, οργανωτής των συναντήσεων ο οποίος διευθύνει και την συνάντηση, γραμματέας των συναντήσεων που κρατάει τα πρακτικά, επιτροπή για φιλικές επισκέψεις κλπ.

Πώς λειτουργεί στην πράξη ένα ΚΑΑ

Μέσα στο club, οι οικογένειες υποβάλλονται σε μια διαδικασία αλλαγής, πολιτιστικής και κοινωνικής. Οι δυσκολίες που συναντούν στην αλλαγή της συμπεριφοράς και του τρόπου ζωής βοηθούνται να ξεπεραστούν μέσω της συμμετοχής στο club. Ο σκοπός δηλαδή του club είναι η αλλαγή της αντίληψης για την υγεία και για την ζωή της ίδιας της οικογενειακής κοινότητας που το αποτελεί. Με άλλα λόγια, οι οικογένειες με προβλήματα που σχετίζονται με το αλκοόλ μέσω του club βοηθούνται να αναπτυχθούν και να ωριμάσουν, να επικοινωνούν και να αλληλεπιδρούν παραγωγικά με την κοινότητα στην οποία ζουν και ανήκουν.

Στην διάρκεια των συναντήσεων η επικοινωνία και η αλληλεπίδραση μεταξύ των μελών των οικογενειών είναι βαθιά και έντονη. Οι οικογένειες μιλούν για το ψυχικό τους άλγος, τα προσωπικά τους προβλήματα, αναζητούν ένα υγιέστερο και ωριμότερο τρόπο ζωής, μοιράζοντας την εμπειρία τους από τα ΠΣΑ. Αναλύουν και κατανοούν την συμπεριφορά τους που τους οδήγησε στα προβλήματα και τις δυσκολίες. Δεν υπάρχει ανωνυμία. Συνιστάται να μην επιστρέφουν σταθερά στο παρελθόν και στα γεγονότα που σχετίζονται με τον αλκοολισμό τους. Ο τόνος δίνεται στην αλλαγή και την ωρίμανση της οικογένειας.

Υποτροπή δεν θεωρείται μόνο η κατανάλωση αλκοόλ αλλά και η επιστροφή στον παλιό τρόπο ζωής -υγρή και στεγνή υποτροπή. Η συχνότητα των υποτροπών υπολογίζεται στο 40% των μελών στο έτος ή στα δύο χρόνια. Η υποτροπή δημιουργεί αισθήματα άγχους και επιθετικότητας τα οποία ο υπηρέτης-δάσκαλος πρέπει οπωσδήποτε να ελέγχει. Σε περιπτώσεις υποτροπής ενός μέλους ή μιας οικογένειας διοργανώνεται μια φιλική επίσκεψη από την επιτροπή των μελών, εκδηλώνοντας αλληλεγγύη και επιβεβαιώνοντας τα αισθήματα φιλίας μεταξύ των μελών. Οι υποτροπές μπορούν και πρέπει να αξιοποιηθούν από τον υπηρέτη-δάσκαλο και το club όχι ως μειονέκτημα αλλά ως μια ευκαιρία για συλλογισμό, ωρίμαση και περαιτέρω αλλαγή.

Οι σχέσεις των ΚΑΑ με δημόσιους και ιδιωτικούς φορείς και πρόσωπα της Υγείας

Η παρουσία των club στην ευρύτερη κοινότητα, της οποίας αποτελούν μέρος, συνεπάγεται την ανάγκη συντονισμού και συνεργασίας με άλλους φορείς του τοπικού δικτύου για την προαγωγή και προστασία της υγείας. Τα club και οι ενώσεις τους (ομοσπονδίες) συνεργάζονται με τα κατά τόπους Κέντρα Αλκοολογίας, Νοσοκομεία, Κέντρα Υγείας, οργανισμούς τοπικής αυτοδιοίκησης, ιδιώτες και δημόσιους γιατρούς, σχολεία και πανεπιστήμια, καθώς και άλλες οργανώσεις και συλλόγους (εθελοντικοί, μη κυβερνητικοί, κοινωφελείς κλπ) που συμμερίζονται το ενδιαφέρον για την προαγωγή και την προστασία της υγείας στην κοινότητα και κατά συνέπεια και την αντιμετώπιση και πρόληψη των ΠΣΑ.

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

- Οι ανώνυμοι αλκοολικοί και τα club αλκοολικών σε αποκατάσταση είναι η συμβολή του κινήματος της αυτοβοήθειας στην αποτελεσματική αντιμετώπιση της εξάρτησης από το αλκοόλ. Η διάδοση των δύο αυτών μεθόδων σε διαφορετικά πολιτιστικά και κοινωνικά περιβάλλοντα μαρτυρεί την αμεσότητα της προσέγγισης και την κατανόηση των πολλαπλών πλευρών του προβλήματος της εξάρτησης από το αλκοόλ.
- Οι δύο αυτές προσεγγίσεις χαρακτηρίζονται από μια δοκιμασμένη μεθοδολογία, κεντρικό σημείο της οποίας είναι η αξιοποίηση της θετικής αλληλεπίδρασης των

μελών κατά την διάρκεια των τακτικών συναντήσεων και από τον κοινό στόχο που είναι η αποχή και η νηφαλιότητα.

- Τόσο οι ανώνυμοι αλκοολικοί όσο και τα club αλκοολικών σε αποκατάσταση μπορούν και πρέπει να αξιοποιούνται από τον κλινικό γιατρό που θέλει να προσφέρει στον αλκοολικό ασθενή του μια ολοκληρωμένη αντιμετώπιση της πάθησής του που σχετίζεται με το αλκοόλ και η οποία τον οδήγησε σε αυτόν.

ΚΑΤΑΤΟΠΙΣΤΙΚΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. Alcoholics Anonymous. The Big Book on line. www.alcoholics-anonymous.org.uk/
2. Chappel JN. Addiction psychiatry and long-term recovery in 12-step programs. In: Miller NS, ed. The Principles and Practice of Addictions in Psychiatry. Philadelphia: WB Saunders; 1997:567.
3. Hudolin V. Manuale di Alcologia, Erikson, Trento, 2nd ed. 1991
4. Hudolin, V. (ed) Club degli alcolisti in trattamento. Scuola Europea di Alcologia e Psichiatria Ecologica, Trieste, 2001