

ДУМКА ЛІКАРЯ

Ми, Анонімні Алкоголіки віримо, що читач буде зацікавлений в медичній оцінці плану одужання, який описаний у цій книзі. Переконливі свідчення мусять певно прийти від лікарів, які спостерігали страждання наших членів і були свідками нашого повернення до здоров'я. Цього листа передав Анонімним Алкоголікам відомий лікар, керівник знаного на всю країну шпиталю, що спеціалізується на лікуванні алкоголізму і наркоманії:

До тих, кого це стосується:

Я протягом багатьох років спеціалізувався на лікуванні від алкоголізму.

В кінці 1934 р. я спостерігав пацієнта, який, незважаючи на те, що був успішним бізнесменом, здатним добре заробляти, належав до алкоголіків того типу, що я вважав безнадійними.

Під час третього курсу лікування він набув певних ідей відносно можливого способу одужання. Як частину своєї реабілітації, він почав представляти свої думки іншим алкоголікам, наголошуючи їм, що вони мусять діяти так само з іншими. Це стало основою товариства цих чоловіків і їх родин, яке швидко зростало. Здається, що цей чоловік і більш, ніж сотня інших алкоголіків, одужали.

Я особисто знаю багато хворих, які належали до цього типу, для яких інші методи були зовсім безуспішними.

Ці факти являються дуже важливими для медицини. Через надзвичайні можливості швидкого зростання, притаманні цій групі, вони можуть визначити нову еру в історії алкоголізму. Дуже можливо, що ці чоловіки мають засіб для тисяч подібних випадків. Ви можете повністю покладатися на все, що вони кажуть про себе.

Щиро ваш,
Вільям Д. Сілкворт, доктор медицини.

Лікар, який на наше прохання дав нам цього листа, люб'язно погодився розвинути свої погляди у подальшому викладі. У цьому викладі він підтверджує те, у що ми, хто страждав від алкоголічних мук, мусимо повірити — що тіло алкоголіка є таким самим ненормальним, як і його розум. Нас не задовольняло, коли нам говорили, що ми не здатні контролювати своє пиття лише через непристосованість до життя, що ми повністю втікаємо від реальності або були просто психічно неповноцінними. До певної міри це було вірно, насправді, у значній мірі для деякого з нас. Але ми певні, що наші тіла були хворими також. На нашу думку, будь яка картина алкоголіка, яка виключає цей фізичний фактор, є неповною.

Нас цікавить теорія лікаря про те, що у нас алергія на алкоголь. Ми – не спеціалісти, і наша думка щодо її правильності, має мало значення. Але, як люди, що мали проблеми з питтям, ми можемо сказати, що його твердження має сенс. Це пояснює багато речей, яких не можна пояснити інакше.

Хоча ми виробляємо своє вирішення, як на духовному так і на альтруїстичному рівні, ми надаємо перевагу госпіталізації для алкоголіка, який дуже запаморочений або якого дуже трясє. Досить часто дуже важливо, щоб людина почала ясно думати перед тим, як до неї підійти, бо тоді вона має ліпший шанс зрозуміти і прийняти те, що ми їй пропонуємо.

Лікар пише:

Тема, представлена у цій книжці, здається мені надзвичайно важливою для тих, хто страждає від алкогольної залежності.

Я кажу це на основі багаторічного досвіду Головного Лікаря однієї з найстаріших у країні лікарень, де лікують алкоголізм та наркоманію.

Тому було справжнім задоволенням, коли мене попросили написати кілька слів на дану тему, котра так досконало і докладно викладена на цих сторінках.

Ми, лікарі, давно усвідомили, що певна форма моральної психології вкрай важлива для алкоголіків, але її застосування викликало труднощі, що перевищують наше розуміння.

Незважаючи на наші ультрасучасні стандарти і наш науковий підхід до всього, ми не здатні застосувати сили добра, які лежать за межами нашого синтетичного знання.

Багато років тому один із головних авторів цієї книжки потрапив до нас на лікування і, перебуваючи в лікарні, набув деяких ідей, які відразу почав втілювати на практиці.

Пізніше він попросив, як привілей надати йому дозвіл розказувати свою історію іншим пацієнтам цієї лікарні і, з певним побоюванням, ми погодилися. Випадки, які ми спостерігали, були дуже цікавими – насправді, багато з них були дивовижними. Самовідданість цих людей, з якими ми познайомилися, їх цілковита безкорисливість і їхній дух спільноти є дійсно надихаючими для того, хто довго і тяжко трудився у сфері лікування алкоголізму. Вони вірять у себе, а ще більше у Силу, яка відтягує хронічних алкоголіків від воріт смерті.

Звичайно, алкоголіка слід звільнити від фізичного потягу до спиртного і це часто вимагає певних лікувальних заходів перед тим, як психологічні засоби можуть мати максимальну користь.

Ми віримо, і так вказували декілька років тому, що дія алкоголю на цих хронічних алкоголіків є проявом алергії; що феномен потягу до спиртного притаманний лише цій групі і ніколи не виникає в тих, хто п'є помірно. Люди такого алергічного типу взагалі не можуть безпечно вживати алкоголь у будь-якій формі; як тільки ця звичка сформувалася, і вони виявляють, що не можуть її позбутися, як тільки вони втратили самовпевненість і здатність опиратися на людські стосунки — їх проблеми нагромаджуються і дивним чином стають важкими для вирішення.

Для них замало пустого емоційного заклику. Послання, яке може зацікавити та утримати таких алкоголіків, мусить бути глибоким і вагомим. Майже у всіх випадках їх ідеали мусять ґрунтуватися на силі, могутнішій за них, якщо вони хочуть наново творити своє життя.

Якщо комусь здається, що ми, психіатри, які керують лікарнями для алкоголіків видаємося дещо сентиментальними, то нехай вони трохи постоять з нами на лінії вогню,

побачать трагедії, дружин у розпачі, маленьких дітей; нехай вирішення цих проблем стане частиною їх щоденної роботи і, навіть сну, і тоді найбільший цинік не буде здивований, що ми прийняли і заохочували цей рух. Нам здається, після багаторічного досвіду, що ми не знайшли нічого, що зіграло б більшу роль в реабілітації цих людей, ніж цей альтруїстичний рух, який зараз зростає серед них.

По суті чоловіки та жінки п'ють тому, що їм подобається ефект, який створює алкоголь. Це відчуття є настільки невловимим, що хоча вони визнають його шкідливість, вони згодом не можуть відрізнити правдиве від фальшивого. Для них їх алкогольне життя здається єдино нормальним. Вони неспокійні, дратівливі і незадоволені поки знову не відчують легкості і комфорту, які одразу приходять після того як вип'ють кілька чарок — чарок, що, як вони бачать, інші випивають без наслідків. Після того, як вони знову піддалися цьому бажанню, як і багато хто, в них розвивається таке явище як потяг, вони проходять через добре відомі стадії запою, виходячи з нього з почуттям жалю і твердою рішучістю більше не пити. Це повторюється знову і знову, і якщо ця людина не переживе повної психічної зміни, то у неї буде дуже мало надії на одужання.

З іншого боку — і це може здаватися дивним для тих, хто не розуміє — якщо ця психічна зміна відбулася, то ця ж сама людина, котра здавалася приреченою, котра мала так багато проблем без будь-якої надії коли-небудь їх вирішити, раптом знаходить себе здатною легко контролювати своє бажання випити алкоголь і єдине зусилля, що є для цього необхідним — це обов'язкове дотримання кількох простих правил.

Чоловіки зі щирим і відчайдушним благанням вигукували до мене: «Лікарю, я так далі жити не можу! У мене є все, задля чого варто жити! Я мушу зупинитися, але не можу! Ви мусите допомогти мені!»

Зіткнувшись з цією проблемою лікар, якщо він чесний перед собою, мусить іноді відчувати свою неспроможність. Хоча він і віддає всього себе самого, часто цього недостатньо. Він відчуває, що для істотної психічної зміни потріб-

не щось більше, ніж людська сила. Хоча кількість одужань в результаті психіатричних зусиль є значною, ми, лікарі мусимо визнати, що ми мало вплинули на цю проблему в цілому. Багато хто не реагує на звичайний психологічний підхід.

Я не погоджуюся з тими, хто вважає алкоголізм проблемою лише розумового контролю. В мене було багато пацієнтів, котрі, наприклад, місяцями працюють над якоюсь проблемою чи справою, котра в певний день мала вирішитися на їхню користь. За день до цієї дати, або й раніше, вони випивали і тоді у них розвивалося таке явище, як потяг до спиртного, який перевищував усі інші інтереси і, таким чином, ця важлива призначена зустріч не відбувалася. Ці люди пили не для того, щоб втекти [від проблем]; вони пили, щоб перебороти потяг до спиртного поза межами свого розумового контролю.

Є багато ситуацій, котрі виникають з явища потягу до спиртного, яке заставляє людину іти на найбільші жертви швидше, ніж продовжувати боротися.

Класифікація алкоголіків здається найбільш складною і її детальний виклад є поза рамками цієї книжки. Звичайно, існують психопати, які є емоційно нестабільними. Цей тип нам всім знайомий. Вони постійно “назавжди зав’язують з питтям”. Їх надто мучать докори сумління, і вони приймають багато зобов’язань, але ніколи — рішень.

Є тип людей, котрі не бажають визнати, що їм не можна пити. Вони обмірковують різні способи пиття. Вони змінюють свій напій або своє оточення. Є такий тип людей, котрі завжди вірять, що цілковито утримуючись від алкоголю протягом певного часу, вони можуть випити без загрози. Також є маніакально-депресивний тип, який, можливо, найменше зрозумілий для своїх друзів, і про який можна написати цілий розділ.

Далі йдуть типи, цілком нормальні в усіх відношеннях, окрім впливу на них алкоголю. Вони часто є здібними, розумними та товарицькими людьми.

Всі ці і багато інших типів мають один спільний симптом: вони не можуть почати пити без того, щоб у них не ви-

никло явище потягу. Це явище, як ми вже вказували, може бути проявом алергії, котра відрізняє цих людей і виділяє їх в зовсім окрему групу. Жодне відоме нам лікування не позбавило від нього назавжди. Єдине полегшення, що ми можемо запропонувати — це повне утримання від алкоголю.

Це відразу кидає нас у вир запеклої дискусії. Багато написано за і проти, але, здається, серед лікарів складається загальна думка, що більшість хронічних алкоголіків — приречені.

Яке ж є вирішення? Можливо, я найкраще зможу відповісти, посилаючись на свій досвід.

За рік до цього привели чоловіка лікуватися від хронічного алкоголізму. Він не повністю одужав від шлункової кровотечі і, здавалося, його психічний стан погіршувався. Він втратив все, задля чого варто жити і, можна сказати, жив лише для того, щоб пити. Він прямо визнавав і вірив, що у нього немає ніякої надії. Після детоксикації в нього не було виявлено жодного незворотного пошкодження мозку. Він прийняв план, окреслений в цій книжці. Через рік він прийшов до мене і я пережив дуже дивне відчуття. Я знав його на ім'я і частково впізнав його риси, але на цьому вся його схожість закінчилася. З тремтячої, безнадійної та нервової руїни постав чоловік, сповнений задоволення і впевненості в собі. Я говорив з ним деякий час, але ніяк не міг відчутти, що знав його раніше. Для мене він був невідомим, і таким залишився. Минуло багато часу, і він не повернувся до алкоголю.

Коли я потребую піднесення, то я часто думаю про інший випадок, згаданий відомим лікарем у Нью-Йорку. Пацієнт сам поставив собі діагноз і, вирішивши, що його ситуація безнадійна, сховався в пустому сараї з наміром померти. Його врятувала пошукова команда і в безнадійному стані привезла до мене. Після фізичної реабілітації він мав розмову зі мною, в якій відверто заявив, що на його думку його лікування — це марна трата зусиль, якщо я не зможу, як це не вдавалося нікому раніше, запевнити його в тому, що у майбутньому він матиме «силу волі», щоб опиратися імпульсу до пиття.

Його алкогольна проблема була настільки складною, а депресія настільки глибокою, що ми відчували те, що єдиною його надією було б пройти через те, що ми називали тоді «моральною психологією» і ми сумнівалися, чи навіть це дасть хоч який-небудь результат.

Однак, він прийняв ідеї цієї книжки. Вже дуже багато років він жодного разу не випив. Я бачуся з ним час від часу, і він є таким гарним взірцем мужності, з яким будь-хто був би радий зустрітися.

Я щиро раджу кожному алкоголіку прочитати цю книжку і, хоча, можливо, він прийшов щоб глузувати, він може залишитися, щоб помолитися.

Відльям Д. Сілкворт,
Доктор медицини