

Маргарита ВАСИЛЬЕВА

30 сентября 17:18 [1 фото](#)

## Пьян по наследству



Вадим Кочегуров  
[1 фото](#)

Лучший способ избежать зависимости – вовсе не пить

**Дети из асоциальных семей – обречены ли они повторять участь своих родителей, из поколения в поколение? Насколько велики шансы противостоять «семейному проклятию» и можно ли построить свою жизнь без оглядки на опасные привычки мамы, бабушки и прочих родственников, сделать ее**

**здоровой, яркой и настоящей?**

Мы спросили об этом заместителя главного врача по экспертной работе ГБУЗ «Тверской областной клинический наркологический диспансер» Вадима Кочегурова.

**– Вадим Вадимович, много ли хронических алкоголиков состоит на учете в ТОКНД?**

– Больше 22,5 тысячи пациентов с диагнозом алкоголизм. Но помимо них есть еще и те, кто попал в так называемую «группу риска». Это люди, которые еще не больны, но у них уже начались серьезные проблемы со спиртным. Кто-то привлекался к ответственности за его распитие в общественном месте, кто-то нетрезвым сел за руль, и так далее. Среди них – 2794 взрослых и 256 несовершеннолетних. И это только официальная статистика, в нее не вошли те, кто лечится анонимно и кто вообще не лечится. На самом деле людей, имеющих проблемы с алкоголем, в пять, а то и в десять раз больше.

**– И почти у всех у них есть семьи, дети. Каковы шансы, что ребенок таких родителей не последует пагубному примеру? Ведь он не понаслышке знает о вреде пьянства.**

– Шанс есть всегда. Порой дети, выросшие у пьющих родителей, сознательно выбирают трезвость. И беду, что искалечила им детство, в свою взрослую жизнь не пускают. Но, к сожалению, намного чаще мы наблюдаем другую картину. Ученые считают, что вероятность попасть в зависимость у таких ребят в четыре раза больше, чем у их сверстников, чьи мамы и папы ведут здоровый образ жизни. И об этом надо вспоминать каждому отцу или матери, прежде чем пропустить рюмочку.

**– Дело в наследственности?**

– Не только в ней. Наркологами были проведены исследования, в которых участвовали пары близнецов, чьи родители злоупотребляли спиртным. Среди монозиготных близнецов, носителей одинакового генетического материала, в шестидесяти процентах случаев оба пошли по стопам родителей. Среди дизиготных (имеющих неодинаковый набор генов) – тридцать процентов, в два раза меньше. Значит, на риск стать алкоголиком влияет не только и не столько генетика, сколько разнообразные индивидуальные и средовые факторы.

## Архив

2014

[Январь](#)  
[Февраль](#)  
[Март](#)  
[Апрель](#)  
[Май](#)  
[Июнь](#)  
[Июль](#)  
[Август](#)  
[Сентябрь](#)  
[Октябрь](#)  
[Ноябрь](#)

[2013](#)

[2012](#)

[2011](#)

[2010](#)

[2009](#)

[2008](#)

[2007](#)

[2006](#)

[2005](#)

[2004](#)

[2003](#)

[2002](#)

[Архив по всем рубрикам](#)

## Гражданская оборона

[Ситуация по котельной №1 поселка Спирово](#)

24 ноября

[Фильм как профилактика](#)

21 ноября

[Закон протяну той руки](#)

21 ноября

[Конец преступных «гастролей»](#)

21 ноября

[Взгляд с разных точек дороги](#)

21 ноября

– **То есть свалить вину на гены, как часто любят делать выпивохи, не получится. Немало зависит и от личных принципов человека?**

– Безусловно. Хотя на вероятность развития алкоголизма оказывает влияние много факторов. Помимо наследственности это состояние здоровья: заболевания нервной системы, проблемы психики, травмы головы, даже тяжелое протекание беременности у матери. Порой люди используют это как индульгенцию: мол, я не виноват в своем пороке, предрасположенность такая, ничего с ней поделать не могу. Но мы говорим об этом не для того, чтобы оправдать пьянство. А для того, чтобы люди задумывались, прежде чем откупорить бутылку. Стоит ли это делать, если папа или дедушка был неравнодушен к спиртному? Или если в детстве, играя в футбол, ты получил сотрясение мозга? Надо понимать: даже когда у человека в наличии весь букет факторов, увеличивающих риск алкоголизма, он не попадет в зависимость, пока сам не сделает первый шаг к ней. Нельзя стать алкоголиком, если ты не пьешь. А это уже личный выбор каждого.

Есть еще одна очень важная составляющая – окружающая обстановка, среда, в которой живет человек. Легкая доступность алкоголя, который всегда есть в доме, положительное отношение к выпивке, застолья с обязательным наличием спиртного на глазах у детей могут привести к вполне предсказуемому результату.

– **Но ведь под это описание подходят не только семьи горьких пьяниц. Элегантный бар, набитый элитным спиртным, «цивилизованное» застолье – что это, как не та же легкая доступность и «праздничный» антураж алкоголя. Значит ли это, что ребенок из «культурно пьющей» семьи так же рискует попасть в зависимость, как и подросток из семьи асоциальной?**

– А что такое «культурно пьющая семья»? Один из критериев алкоголизма – так называемые последствия выпивки. Они могут быть разнообразными. Например, плохое самочувствие после очередного «праздника». Или ссоры с близкими. Конфликты с начальством из-за плохо выполненной работы, опоздания. А порой дело оборачивается серьезной опасностью, например, кто-то навеселе садится за руль. А раз последствия наступают, о цивилизованном потреблении алкоголя вряд ли можно говорить вне зависимости от того, пил ли человек дешевый суррогат под забором или дорогой виски в престижном клубе.

– **А как тогда быть тем, кто вынужден жить бок о бок с пьющими родственниками? Лихие компании, постоянные предложения выпить – как молодой человек, возможно, даже под росток, может противостоять этому?**

– Дело не только в легкой доступности к алкоголю. Суть проблемы гораздо глубже. Не секрет, что пьющий родитель – серьезнейшее испытание для ребенка. Это постоянный стресс, приводящий к снижению самооценки, проблемам в построении отношений с окружающими людьми. Ведь оценка поведения ребенка зависит не от него самого, а от того, пьян родитель, трезв или с похмелья. Вдобавок эта ситуация осложняется еще и отношением к пьянству в обществе. Оно двояко. С одной стороны, мы смотрим на него сквозь пальцы. Пьянство – беда настолько привычная, что ее и бедой-то многие не считают. А с другой стороны, мало кто захочет, чтобы его так или иначе связывали с большим алкоголизмом: такой знакомый или родственник все-таки наносит урон репутации. И нередко ребенок из пьющей семьи оказывается изгоем. Чтобы избежать этого, он изо всех сил создает для окружающих иллюзию благополучия. «Мама не пьет, это подруги ей наливают». «Папа просто очень расстроился, вот и выпил немного».

– **А когда он вырастет, сложно ли ему будет преодолевать трудности? Любые, не обязательно связанные с пьянством близких?**

– А он зачастую и не знает, как решать проблемы. Зато хорошо знает, как прятаться от них, уходить в мир иллюзий. И порой начинает создавать его для себя с помощью алкоголя. Другая крайность – дети из таких семей пытаются звалить на себя чужие проблемы, иногда вопреки собственному здоровью и здравому смыслу. Но если человек умеет говорить «нет», свободно общается с окружающими, понимает и принимает свои чувства, четко разграничивает зоны ответственности, обладает другими качествами зрелой личности, он сможет выйти с честью из любой сложной ситуации.

– **Что это значит – разграничивать зоны ответственности?**

– Понимать, что чужие пагубные привычки – не твоя вина. Близкие не должны покрывать выходки пьяницы, брать на себя его обязанности. Порой люди считают, что спасать, оберегать и контролировать алкоголика – это чуть ли не их жизненное предназначение. Но это не так. Единственное, чем тут можно действительно помочь, – предложить ему обратиться за помощью

[Дурман-трава скошена](#)

18 ноября

[Давление понижается](#)

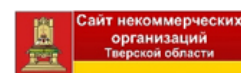
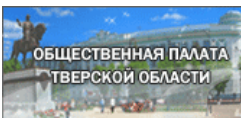
18 ноября

[Не летайте быстрее ангелов-хранителей](#)

18 ноября



Архив номеров  
«Тверской Жизни»



[В КОНТАКТЕ](#)

[ОДНОКЛАССНИКИ](#)

[TWITTER](#)

[FACEBOOK](#)

Россия  
Тверь

–5 ночью –5  
завтра –3

прогноз на 10 дней

Яндекс [Погода](#)

#### Опрос

Интернет прочно вошел в наш быт, без этой «паутины» сложно представить жизнь современного человека. А часто ли вы, уважаемые читатели, посещаете наш сайт?

- Ежедневно
- Раз в неделю
- Раз в месяц
- От случая к случаю

к специалистам. А заодно и самому получить консультацию психолога и нарколога. Также полезно не держать семейную проблему в себе. Есть группы помощи для тех, чьи близкие больны алкоголизмом или наркоманией. Можно прийти туда за поддержкой.

Если зависимый человек согласился лечиться, тогда, разумеется, его нужно поддерживать. Но если он напрочь отказывается менять свою жизнь – это его выбор, и ни сын, ни дочь, ни мать, ни жена ответственности за него не несут. И главное, не надо бояться, что о проблеме узнают. Оказаться в тяжелой ситуации, тем более не по своей вине, и искать выход из нее не стыдно.

**– Порой даже зрелому человеку трудно это осознать. А юному откуда взять столько стойкости и душевных сил? Особенно если дома их не почерпнуть.**

– Поэтому надо искать поддержку вне дома. Нет, я не уличную компанию имею в виду. Это могут быть ребята из школы, товарищи по увлечениям в досуговых центрах, клубах по интересам, взрослые наставники. Кроме того, для своевременной помощи детям, оказавшимся в сложной жизненной ситуации, создана целая система. В нее входят различные службы: соцзащита, правоохранительные органы, комиссии по делам несовершеннолетних и, конечно же, медицинские учреждения. Одна из задач этих органов – раннее выявление неблагополучных семей. Любой равнодушный человек, знающий, что кто-то рядом спивается и тем самым подвергает риску своих детей, может сообщить об этом в органы профилактики. Ведь чем раньше начнется работа с такой семьей и непосредственно с ребенком, тем больше у него шансов не повторить судьбу своих родителей. А также получить правдивую информацию о проблеме алкоголизма, узнать о других сторонах жизни и взаимоотношениях людей. Это позволит ему понять, как себя вести дома и чего остерегаться в своей дальнейшей жизни. Кстати, помочь в этом могут и школьные психологи, и сотрудники отделения медико-психологической помощи детям и подросткам ГБУЗ «ТОКНД». Обратиться за консультацией специалиста можно по телефонам: 555 195, 559 590.

**Беседовала Маргарита ВАСИЛЬЕВА**

### **Двух «да» достаточно**

Как проверить, не пора ли остановиться?

Наркологи считают: это можно узнать, честно ответив на четыре простых вопроса. Итак:

1. Вам уже приходила в голову мысль, что нужно прекратить употреблять спиртное?
2. Надоедает критика окружающих по поводу употребления вами алкоголя?
3. Возникает плохое самочувствие или чувство вины в связи с выпивкой?
4. Вам случается выпивать для устранения симптомов похмелья по утрам или для успокоения нервов?

По мнению специалистов, уже два положительных ответа говорят о вероятном наличии алкоголизма.

Врачи напоминают: это хроническое заболевание.

Как и в случае с наркоманией, тут можно вести речь только о ремиссии (улучшении), но не о полном избавлении от недуга. Даже если человек завязал со спиртным, всегда есть риск, что в какой-то момент наступит обострение и он снова может сорваться.

Но при этом наркологи отмечают: на ранних стадиях проблема решается вполне эффективно. И чем раньше пациент обратился за помощью, тем больше шансов достичь успеха.

Так, по данным Тверского областного наркологического диспансера, годовая ремиссия (воздержание от алкоголя в течение одного года) у лиц, страдающих алкоголизмом, наступает в 15 процентах случаев, трехлетняя – у шести процентов. При самом успешном лечении возможно достичь ремиссии сроком и на всю жизнь. Но только в том случае, если сам человек твердо решил больше не пить. Это лучшее, что он может сделать, чтобы уберечь от бед и себя, и окружающих, и своих потомков.

**РЕДАКЦИЯ**

[История](#)  
[Контакты](#)  
[Вакансии](#)

**КЛУБ ЧИТАТЕЛЕЙ**

[Войти в сообщество](#)  
[Письмо редактору](#)  
[Обсуждаемое](#)  
[Подписка на газету](#)  
[RSS-ленты](#)

**РАЗМЕЩЕНИЕ РЕКЛАМЫ**

[на сайте](#)  
[в газете «Тверская Жизнь»](#)  
[на сайте и в газете](#)

Публикации по районам области:

не выбран ▼

