

PAGALBA NUO ALKOHOLIO PRIKLAUSOMŲ ŽMONIŲ ARTIMIESIEMS

PROJEKTO VADOVĖS

Monika Budrytė

Julija Jankaitė

Guostė Suchadolskienė

PROJEKTO SAVININKAS

Sveikatos apsaugos ministras

Aurelijus Veryga

I. ŠEIMOS PASLAPTIS	3
II. SANTRUMPOS	4
III. APIBRĖŽIMAI	4
IV. ĮŽANGA	6
<i>Pasaulis ir statistika</i>	9
<i>Pasaulio sveikatos organizacijos diskursas</i>	12
<i>Lietuva ir Europos Sąjunga</i>	14
<i>Lietuvos statistika</i>	18
V. LIETUVOS POLITINIS DISKURSAS	21
<i>Lietuva 2030</i>	23
<i>Lietuvos sveikatos 2014–2025 metų strategija</i>	24
<i>Narkotikų, tabako ir alkoholio prevencijos 2018–2028 metų programa</i>	26
VI. KOPRIKLAUSOMYBĖ	30
<i>Kopriklausomybė</i>	31
<i>Kopriklausomybė: vaikai</i>	34
<i>Kopriklausomybė vaikai: statistika ir faktai</i>	35
VII. SOCIALINĖS INFORMACINĖS KAMPANIJOS	36
<i>Ankstyvosios intervencijos programa</i>	37
<i>„Pirmiausia – išklausk“ ir „Vaikai seka tėvų pavyzdžiu“</i>	38
<i>„Vaikystė šešėlyje“</i>	39
VIII. PAGALBA ARTIMIESIEMS: LIETUVOJE VEIKIANČIOS ORGANIZACIJOS	40
IX. ALKOHOLIO ŽALA KITIEMS	44
<i>AŽK</i>	45
<i>AŽK pasaulyje</i>	46
<i>AŽK Lietuvoje</i>	47
<i>AŽK socialiniai rodikliai</i>	48
<i>AŽK ekonominiai rodikliai</i>	49
X. IŠVADOS	51
XI. BIBLIOGRAFIJA	53
XII. PROJEKTO KOMANDA	57

ŠEIMOS PASLAPTIS

“

Dramblys apsigyvena visokiuose namuose. Jis įkiūtina nepastebėtas. Pirmaisiais metais net nekrenta į akis. Antra vertus, niekas ir nesistengia jį išvelgti. Jis nejučiom vis auga ir didėja. Galiausiai užima visą butą, namą, ūkį ar visus pilies kambarius.

Šeima nepajėgia ir nedrįsta jo pamatyti. Tai tikriausiai ne dramblys. Bet jis maitinamas. Jo daroma networka iškuopiama. Augdamas jis vis labiau visur prijaukia. Šeima suklūsta ir saugosi, kad tik neužmintų jam ant uodegos ar ant jautraus straublio.

Dramblys greitai supyksta ar suirzta. Šeima ir stengiasi jam įtikti. Dažnai jam liūdna ar jo savijauta bloga. Šeima suklūsta ir parūpina jam ko nors išgerti. Kartais dramblys gerai nusiteikęs.

Šeima stengiasi, kad tik niekas jam nesugadintų nuotaikos ar jis vėl nesusirgtų.

Laikyti dramblių namuose anaipol ne tas pats kaip laikyti akvariumo žuvelės ar katę.

Kiti žmonės nelaiko dramblio. Šeimai gėda. Tiesiai apie dramblių jie niekada nešneka. Geriausiu atveju šeimos nariai tarpusavyje pasišneka, jog jis šiandien blogai jaučiasi.

Šeima įsitikinusi, kad ji vienintelė turi savo dramblių. Štai kodėl kitiems nevalia jo pamatyti. Draugai, giminės ir viršininkas neturi apie tai sužinoti.

Šeima užsisklendžia. Jei tai išties tikras dramblys, turbūt tik nedidelis. „Jis greitai išeis, – nuolat kartoja jie patys sau. – Veikiausiai jis pasišalins, kai mes išsigysime naują namą ar tėtis gaus gerą darbą, ar kai vaikai užaugs ir išeis iš namų“.

O gal tai net ne dramblys. Galbūt jis pradings, jei užsimerksi ir tylėsi.

Nereikia gyventi su nepasotinamu drambliu. Jūs to neištversite. Jis ryja didžiausią jūsų turtą – jūsų gyvenimą.

*Nematomas dramblys:
alkoholis, alkoholizmas, alternatyvos*
Jørgen F. Nissen

1997

”

SANTRUMPOS

AŽ- Alkoholio žala

AŽK–Alkoholio žala kitiems nei geriantysis

ES – Europos Sąjunga

NTAKD– Narkotikų, tabako ir alkoholio kontrolės departamentas

PSO – Pasaulio sveikatos organizacija

SAV– Standartinis alkoholio vienetas

VS – Visuomenės sveiktos biuras

APIBRĖŽIMAI

1 SAV - laikoma 10 g gryno etilo alkoholio. Šį kiekį atitiktų 25 ml stipraus (40 proc.) alkoholinio gėrimo, 100 ml vyno, 200 ml 5 proc. stiprumo alaus.

Rizikingas alkoholio vartojimas - šiai kategorijai priskiriami asmenys, kurių suvartojamo alkoholinių gėrimų kiekis per vieną epizodą arba per savaitę viršija mažai rizikingo alkoholio vartojimo ribą (vidutiniškai vyrai iki 40 SAV, moterys iki 27 SAV per savaitę).

Žalingas alkoholio vartojimas – tai toks suvartoto alkoholio kiekis (vyrai daugiau nei 40 SAV, moterys daugiau nei 27 SAV per savaitę) arba alkoholio vartojimo įprotis, kuris sukelia fizinę, psichinę arba socialinę žalą.

APIBRĖŽIMAI

Priklausomybė nuo alkoholio - traktuojama kaip lėtinė liga, susijusi su neurocheminiais pokyčiais žmogaus smegenyse ir nervų sistemoje. Priklausomybei progresuojant didėja patologijos ciklas susidedantis iš 3 pagrindinių komponentų: nenumaldomo galvojimo apie alkoholį, svaiginimosi/intoksikacijos ir neigiamų abstinencinių reiškinių, kaskart sunkinančių vartotojo emocinę būseną.

Kopriklausomybė - ilgainiui atsirandantys liguisti santykiai tarp priklausomybę turinčio asmens ir jo artimųjų, kai kartu gyvenantys asmenys prisiima atsakomybę už sergančiojo veiksmus, mėgina kontroliuoti sergantįjį, spręsti jo problemas ir taip palaiko žalingą priklausomo asmens alkoholio vartojimą [26].



IV. IŽANGA

ĮŽANGA

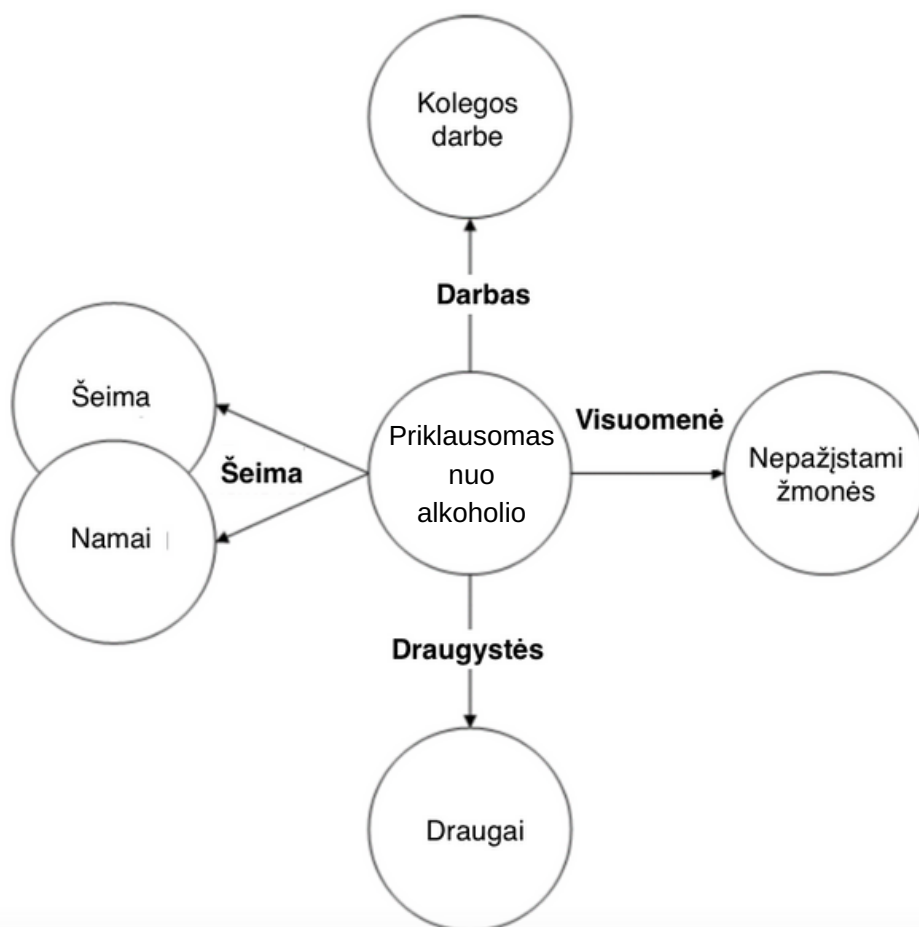
Priklausomybė - kokia ji bebūtų, nuo alkoholio, lošimų ar narkotikų paveikia ne tik priklausomą žmogų, bet ir jo artimąją aplinką. Lietuvoje vis dar opi problema - didelis alkoholio suvartojimas, tenkantis vienam gyventojui [1], todėl šiuo projektu siekiame kurti pagalbą nuo alkoholio priklausomų žmonių artimiesiems.

Žalingas alkoholio vartojimas kelia pasekmes visoms žmogaus gyvenimo sferoms, bet ypač padaroma žala sveikatai bei socialinei aplinkai [2]. Kitaip tariant, piktnaudžiaujantis, žalingai ar priklausomai vartojantis žmogus kelia žalą ne tik sau pačiam, bet ir supančiai aplinkai. Tai atsispindi sukeltų avarių skaičiuose, nusikalstamumo ar smurto statistikoje – 37% žuvusių kelyje yra dėl neblaivių asmenų kaltės [3], 2019 m. kas trečias nusikaltimas buvo įvykdytas neblaivaus asmens [4], 6 iš 10 smurto artimoje aplinkoje atvejų sukėlė neblaivūs asmenys [4]. Visa tai neretai kelia didelį stresą aplinkiniams, o ypač - šeimos nariams. Toks apsvaigusio asmens elgesys dažnai kelia didesnę nerimą nei pats vartojimas.

Iki šiol priklausomybių ar žalingo vartojimo intervencijose pagrindinis dėmesys buvo skiriamas sergančiam asmeniui. Visgi, dabar vis dažniau mokslinėje literatūroje ir pačių gydytojų ar psichologų pabrėžiama artimojo rolės svarba ne tik priklausomojo gydyme, bet ir pagalbos poreikis patiems artimiesiems [5]. Pagalbos formatų yra keletas: specialistų vedamos grupės, savitarpio pagalbos grupės bei psichologų konsultacijos, tačiau Lietuvoje tokia pagalba ir informacija apie priklausomybę nuo alkoholio yra fragmentuota bei sunkiai pasiekama. Šia analize apžvelgsime Lietuvos esamą situaciją pasauliniame, Europos Sąjungos (ES) kontekste ir analizuosime dabartinę situaciją apie priklausomų nuo alkoholio žmonių artimųjų pagalbą.

ĮŽANGA

Alkoholio daroma žala daro poveikį ir tiems, kurie negeria alkoholio. Tai gali apimti vaikus ir šeimos narius, suaugusius, bendradarbius, nepažįstamus žmones, rajonus ir bendruomenes bei visuomenę. Pavyzdžiui, priklausomas nuo alkoholio gali nevykdyti savo darbo įsipareigojimų, o tai reiškia, kad bendradarbis turi prisiimti papildomą darbo našumą [6], arba gali pasirinkti sėsti prie automobilio vairo ir padidinti traumų ar mirties riziką bendrakeleiviui. Žemiau esančiame paveikslėlyje pateikiama naudinga alkoholio žalos kitiems konteksto apžvalga. Konceptinės struktūros centre yra vartojantis asmuo, o kitiems daroma žala dėl jų skirtingų vaidmenų, tokių kaip jų darbo, viešojo vaidmens, šeimos ir namų vaidmens bei draugystės vaidmens.



1 pav.

PASAULIS IR STATISTIKA

Pasaulyje kasmet dėl alkoholio vartojimo miršta daugiau nei 3 mln. žmonių, tarp kurių reikšmingai daug jaunų žmonių [7].

Kadangi alkoholio vartojimo keliamo žala yra vienas iš svarbiausių rizikos veiksnių prastai sveikatai visame pasaulyje [9], svarbu, kad tarp šalių būtų bendri susitarimai bei tikslai. Tokią misiją atlieka **Pasaulio sveikatos organizacija (PSO)** - speciali Jungtinių Tautų organizacija, siekianti aukščiausio visuomenės sveikatos lygio visose pasaulio šalyse.

PSO žalingą alkoholio vartojimą apibrėžia plačiai ir įtraukia ne tik suvartojamo alkoholio kiekį, kuris kelia žalą geriančiajam, bet ir neigiamas socialines pasekmes

3 MLN.

Tiek žmonių kasmet miršta dėl alkoholio vartojimo [7]

5%

Tokia ligų ir traumų sukelta dėl alkoholio vartojimo pasaulinė sveikatos sistemos našta [8]

aplinkiniams žmonėms ir artimiesiems bei visuomenei, taip pat gėrimo įpročius, kurie ilginiui kelia riziką geriančiojo sveikatai [10].

Svarbūs faktai:

Alkoholio vartojimas yra **trečias** pasaulyje ankstyvų mirčių bei **negalių rizikos veiksnys** [11].

Neužkrečiamos ligos, tokios kaip vėžys, širdies ar inkstų ligos, užkrečiamos ligos kaip tuberkuliozė, HIV/AIDS, smurtas ir traumos – visa tai turi vieną bendrą savybę – **pagrindinis rizikos veiksnys yra nesaikingas alkoholio vartojimas** [10].

Nesaikingas alkoholio vartojimas yra **pagrindinis išvengiamas rizikos faktorius**, lemiantis daugumą neuropsichiatrinių sutrikimų [10].

PASAULIS IR STATISTIKA

Visuomenės sveikatos centras Anglijoje (angl. Public Health England) atpažįsta AŽK svarbą ir 2019 m. vykdytame tyrime apžvelgė AŽK paplitimą Jungtinėje Karalystėje bei kitose valstybėse [6]. Didžioji dalis apklausose dalyvavusių žmonių teigė, jog yra patyrę nemalonumų dėl kito žmogaus alkoholio vartojimo. Dažniau negu stipri žala (tokia kaip smurtas) paplitusios buvo smulkios žalos, tokios kaip pasitikėjimo praradimas, netolygus pareigų pasiskirstymas šeimoje. Visgi, manoma, kad įvairios smulkios žalos dėl didelio paplitimo sudaro didelę dalį ekonominės alkoholio žalos naštos.

Žalos paplitimas šeimoje dėl alkoholi vartojančio asmens per paskutinius metus (apklausti labiausiai paveikti šeimos nariai, pvz. sutuoktiniai)

Žalos tipas	Moterys (%)	Vyrai (%)	Iš viso (%)
...Nesugebėjimas padaryti kažko, ko buvo tikimasi	57	52	55
...Turėjo sutvarkyti jų paliktą netvarki	38	41	39
...Papildomi rūpesčiai ir pareigos rūpinantis vaikais	30	31	30
...Negalėjo parsivesti svečių į namus	17	17	17
...Nepasirūpino maistu	19	14	16
...Turėjo išvykti apsistoti kitur	17	10	14
...Šeima liko be maisto	6	5	5

2 pav.



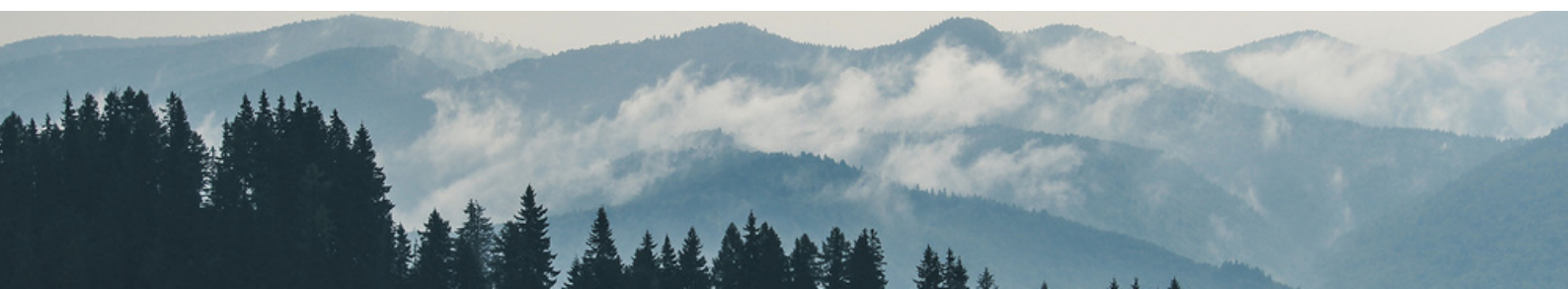
PASAULIS IR STATISTIKA

Ne tik artimiausia šeima, bet ir darbo aplinka yra paveikta žmogaus, kuris žalingai vartoja alkoholį. Australijoje atliktame tyrime buvo pastebėta, kad žalingai vartojantis kolega paveikia kitų darbuotojų produktyvumą ir trečdalis dėl to turi dirbti papildomas valandas (3 pav.) [12]. Buvo paskaičiuota, kad jie dirbo papildomai 48 valandas kasmet ir, pasvėrus alkoholio vartojimą populiacijoje, buvo nustatyta, jog tai kasmet kainuoja 453 milijonus Australijos dolerių.

Apklaustieji, kurie turėjo žalingai vartojantį kolegą darbe, patyrė tokią žalą:

Žala	Moterys (%)	Vyrai (%)	Iš viso (%)
Sumažėjęs produktyvumas	34	50	55
Turėjo dangstyti kolegą	47	21	31
Turėjo dirbti viršvalandžius	29	24	26
Tapo nelaimingo atsitikimo dalimi ar buvo arti to darbe	4	0	2

3 pav.



PASAULIO SVEIKATOS ORGANIZACIJOS DISKURSAS

2010m. PSO išleido **globalios strategijos kovai su žalingu alkoholio vartojimu dokumentą [10]**. Pasaulinės strategijos vizija yra pagerinti asmenų, šeimų ir bendruomenių sveikatos ir socialinius rezultatus, o dėl kenksmingo alkoholio vartojimo ir dėl to kylančių socialinių pasekmių gerokai sumažėja sergamumas ir mirtingumas. Numatoma, kad pasaulinė strategija skatins ir palaikys vietas, regioninius ir pasaulinius veiksmus, kuriais siekiama užkirsti kelią kenksmingam alkoholio vartojimui ir jį sumažinti.

Pagrindiniai strategijos tikslai:

1. Didinti pasaulinį supratimą apie sveikatos, socialinių ir ekonominių problemų, kurias sukelia žalingas alkoholio vartojimas, mastą ir pobūdį, bei didinti vyriausybių įsipareigojimą imtis veiksmų, sprendžiant žalingo alkoholio vartojimo problemą;
 2. Sustiprinti žinių apie alkoholio daromą žalą dydį ir veiksnius bei veiksmingas intervencijas, siekiant sumažinti ir užkirsti kelią tokiai žalai;
 3. Didinti techninę paramą valstybėms narėms ir jų pajėgumams, siekiant:
 - užkirsti kelią žalingam alkoholio vartojimui
 - valdyti alkoholio vartojimo sutrikimus bei susijusias sveikatos sąlygas;
 4. Sustiprinti partnerystę, suinteresuotųjų šalių koordinavimą ir didinti išteklių, reikalingų mažinti žalingą alkoholio vartojimą.
 5. Patobulinti stebėjimo ir priežiūros sistemą įvairiais lygmenimis ir gerinti informacijos sklaidos veiksmingumą.
-

PASAULIO SVEIKATOS ORGANIZACIJOS DISKURSAS

Dėmesys artimiesiems:

PSO Globalioje strategijoje kovoje su žalingu alkoholio vartojimu didelis dėmesys skiriamas **šeimoms**. Vienas iš pagrindinių strategijos principų yra veiksmingų intervencijų ir kitų paslaugų prieinamumas asmenims ir šeimoms, nukentėjusiems nuo žalingo alkoholio vartojimo. Taip pat vienas iš siūlomų sveikatos sistemai sprendimų, kaip mažinti alkoholio žalą buvo:

“ didinti sveikatos ir socialinės gerovės sistemų gebėjimą vykdyti alkoholio vartojimo ir alkoholio sukeltų sutrikimų bei gretutinių ligų prevenciją, gydymą ir priežiūrą, įskaitant paramą ir gydymą nukentėjusioms šeimoms bei paramą savitarpio pagalbos ar savipagalbos veiklai ir programoms. ”

Alkoholio žalos kitiems svarba:

PSO nustatė, kad **AŽK** yra **pagrindinis alkoholio, sveikatos ir plėtros tyrimų iniciatyvos elementas** (angl. Research Initiative on Alcohol, Health and Development). Šia iniciatyva siekiama sukurti geresnės kokybės AŽK įrodymus, panašius, kaip pasyviai rūkymui [13].

PSO esama situacija:

PSO šiuo metu rengia **veiksmų planą (2022–2030 m.)**, siekdami veiksmingai įgyvendinti visuotinę strategiją, kaip sumažinti žalingą alkoholio vartojimą kaip visuomenės sveikatos prioritetą [14].

LIETUVA IR EUROPOS SĄJUNGA

Lietuva pagal alkoholio keliamą mirtingumą pirmauja Europos Sąjungoje ir yra šešta tarp visų PSO Europos regiono šalių (žr. į 4 paveikslėlį).

Lietuvos iššūkiai, kaip identifikavo OECD (2018) vykdoma sveikatos sistemų apžvalga, yra glaudžiai **susiję su žalingu ir labai aukštu alkoholio suvartojimu [15]**. Taip pat, pabrėžiama, kad prioritetine sritimi turėtų tapti investicijos į visuomenės sveikatą tam, kad efektyviai išspręstume pagrindinius rizikos veiksnius, ypač – žalingą alkoholio vartojimą.

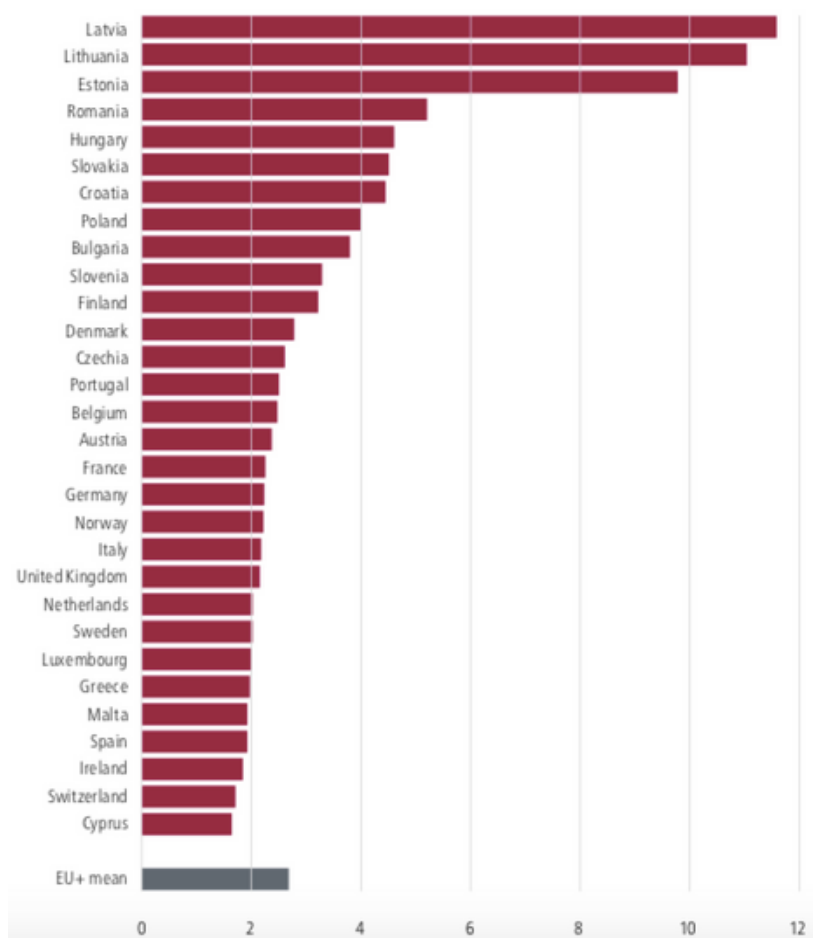
Žalingas alkoholio vartojimas yra **pagrindinis rizikos veiksnys**, lemiantis pagrindines mirties priežastis Lietuvoje.

Vyresni nei 15m. lietuviai suvartoja reikšmingai daugiau – per **69% daugiau** nei OECD šalių vidurkis - alkoholio vienam gyventojui nei bet kuri kita OECD šalis narė (tyrimuose dalyvauja 37 šalys).

Beje, alkoholio suvartojimo kiekis iki 2016m kilo ir tai buvo priešinga daugumai kitų OECD šalių rezultatams.

Jaunimas yra ypač pažeidžiama grupė: tarp 15-mečių daugiau kaip 40% berniukų ir daugiau nei trečdalis mergaičių jau buvo bent du kartus stipriai apsvaigę nuo alkoholio, tarp berniukų tai yra **didžiausias procentas ES**.

Alkoholio keliamas mirtingumas 100 000 gyventojų ES, 2016



4 pav.
PSO, 2019 [16]

LIETUVA IR EUROPOS SAJUNGA

Lietuvoje 2014 m. dėl su alkoholio vartojimu susijusių priežasčių mirė 133,6/100 000 gyv. [17]. **Tai buvo daugiausiai tarp visų ES šalių ir 2,5 karto viršijo ES vidurkį [18].** Remiantis Lietuvos mirties atvejų ir jų priežasčių valstybės registro duomenimis, 2015 m. dėl su alkoholio vartojimu susijusių priežasčių mirė 731 vyresnis kaip 15 m. asmuo. Viena iš tokių nepalankių rodiklių priežasčių – dažnas alkoholio vartojimas.

Lietuvoje vienam vyresniam kaip 15 m. gyventojui tenka 15,2 l grynojo alkoholio. Šis rodiklis viršijo ES vidurkį 1,5 karto ir buvo didžiausias ES šalyse [17].

RARHA SEAS tyrimas apie alkoholio vartojimą Europos Sąjungoje [18]:

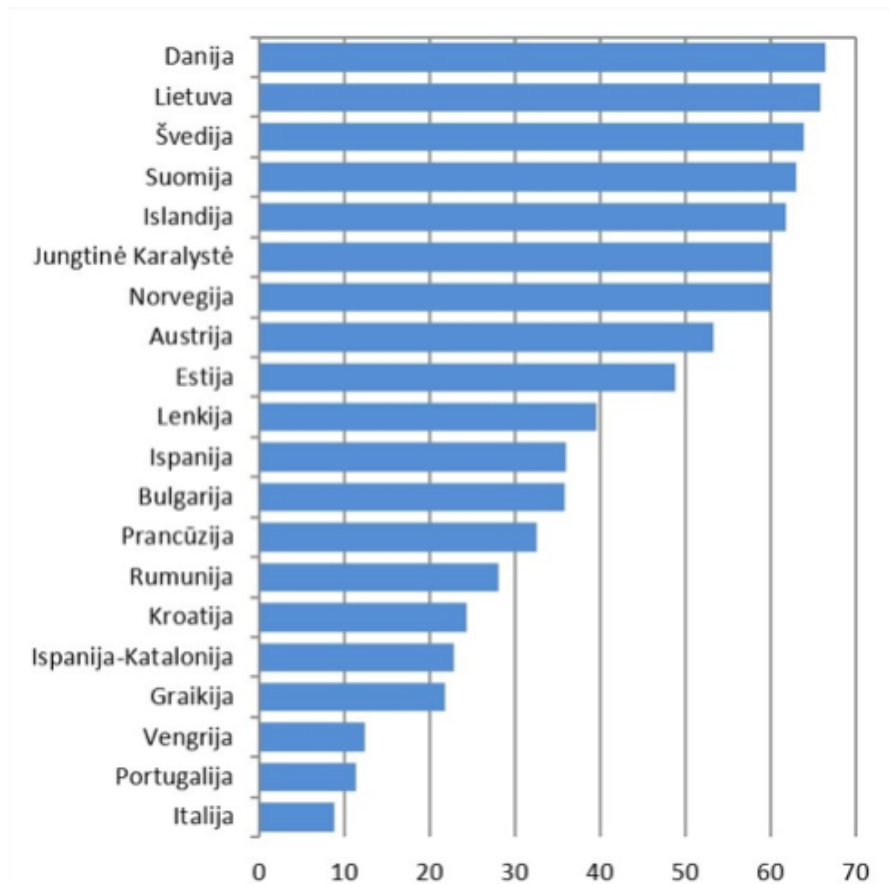
Visose šalyse, kuriose įprastai nurodomas didelis stipriųjų gėrimų vartojimo paplitimas – Šiaurės ir Rytų šalyse – vartojimo dažnumas išlieka vidutiniškai mažas. Lietuvoje taip pat, bet suvartojamo per dieną alkoholio kiekis didesnis, palyginus su Viduržemio jūros regiono šalimis, kuriose vartojimo struktūroje dominuoja vynas ir/ar alus.

LIETUVA IR EUROPOS SAJUNGA

Rizikingas alkoholio vartojimas vis dar labai paplitęs Šiaurės Europoje.

Tarp dalyvavusių valstybių matomi dideli skirtumai tarp rizikingo (gausaus) vienkartinio gėrimo (angl. risky single occasion drinking – RSOD) paplitimo. Respondentų, nurodžiusių, kad rizikingai (gausiai) vartojo alkoholį per pastaruosius 12 mėnesių, skaičius svyruoja nuo daugiau kaip 60 proc. nuo apklaustųjų europiečių Šiaurės ir Rytų Europos šalyse iki maždaug 10 proc. Italijoje ir Portugalijoje (žr. 5 paveikslėlį).

Rizikingo alkoholio vartojimo paplitimas per pastaruosius 12 mėn. tarp apklaustųjų (proc.)



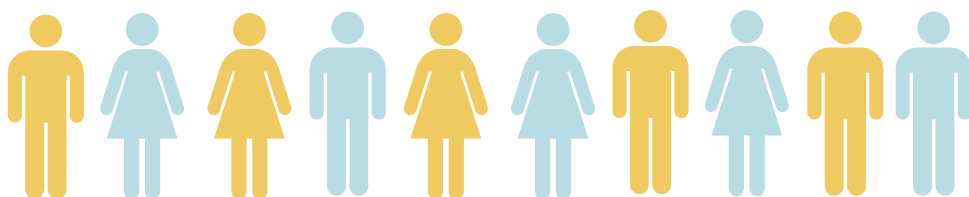
5 pav.

RARHA SAES tyrimas (2016)

LIETUVA IR EUROPOS SAJUNGA

AŽK:

Žala, patiriama dėl kitų asmenų alkoholio vartojimo, paliečia daugumą Europos gyventojų. Kas penktas vaikas vaikystėje ar paauglystėje yra gyvenęs su priklausomu nuo alkoholio šeimos nariu vienuose namuose ir maždaug pusė iš jų nurodė, kad jaučiasi labai neigiamai to paveikti. Didžiausias tokių patirčių paplitimas buvo nustatytas Baltijos šalyse (viršijo 30 proc.), o mažiausias – Italijoje ir Ispanijoje.



**5 iš 10 vaikystėje gyveno su
priklausomu nuo alkoholio
žmogumi**

Buvo nustatyta, kad vidutiniškai daugiau nei 60 proc. europiečių iš tyrimo dalyvaujančių šalių pranešė patyrę žalą dėl kito asmens gėrimo per pastaruosius 12 mėnesių, įskaitant 46 proc. nukentėjusių nuo jiems pažįstamo asmens ir 42 proc. nukentėjusių nuo nepažįstamų asmenų alkoholio vartojimo. Rimtesne žala, susijusia su alkoholio vartojimu, laikomas patirtas fizinis smurtas, rimtas susiginčijimas, keleivio vežimas esant neblaiviam ar patekimas į eismo įvykį, kuris susijęs su vairavimu išgėrus.

LIETUVOS STATISTIKA

Savivaldybių visuomenės sveikatos stebėsenos ataskaitos

Pastebimos tendencijos šiuose tyrimuose:

Dažnai išskiriamos **prioritetinės sritys** – menkas gyventojų dalyvavimas prevencinėse programose ir su **alkoholiu bei narkotinėmis medžiagomis susijusios problemos [19]**.

Mirtys nuo ligų, susijusių su alkoholio vartojimu, bei apsinuodijimu alkoholiu pagal lytį: 2019 m. mirė iš viso 420 vyrų, 136 moterys. **Lyginant su 2010 m., 2015 m. stebimas mirtingumo dėl alkoholio lemtų mirties priežasčių sumažėjimas 8,2 proc.**

Higienos Instituto (HI) duomenimis (2016m.) paskaičiuota, kad jeigu darbingo amžiaus asmenys imtų vartoti per pusę mažiau alkoholio, mirtingumas nuo kepenų cirozės pradėtų pastebimai mažėti jau per pirmuosius kelerius metus, o per 15 metų galėtume išsaugoti apie 1,1 tūkst. gyvybių.



LIETUVOS STATISTIKA

Iš Alkoholio vartojimo padariniai gyventojų sveikatai dokumento [17]:

Apie 10 proc. jaunų moterų ir apie 25 proc. jaunų vyrų mirčių yra siejamos su alkoholiu, todėl būtent jaunesnio amžiaus žmonės patiria daugiau alkoholio keliamos žalos. **Be žalos sveikatai, daugelis alkoholio vartojimo sukeltų pasekmių tenka ne tik pačiam geriančiam asmeniui, bet ir kitiems žmonėms.** Alkoholio suvartojimas ir su tuo siejamų problemų Lietuvoje nuolat daugėjo, tačiau priėmus **alkoholio kontrolės politiką** (reklamos draudimą, kainos didinimą, prieinamumo mažinimą), skirtą mažinti alkoholio vartojimą ir su juo susijusias neigiamas pasekmes, **sumažėjo alkoholinių gėrimų suvartojimas, taip pat pradėjo gerėti gyventojų sveikatos rodikliai.**

Alkoholio vartojimo padariniai sveikatai:

Žalingas alkoholio vartojimas yra siejamas su daugeliu ligų (tokių kaip įvairių lokalizacijų vėžiai, insultas, kepenų cirozė, naujagimiui – įgimtos ydos bei proto negalia), taip pat su mirtimis ir neįgalumu dėl transporto avarijų, traumų, užpuolimų, smurto, žmogžudysčių bei savižudybių.



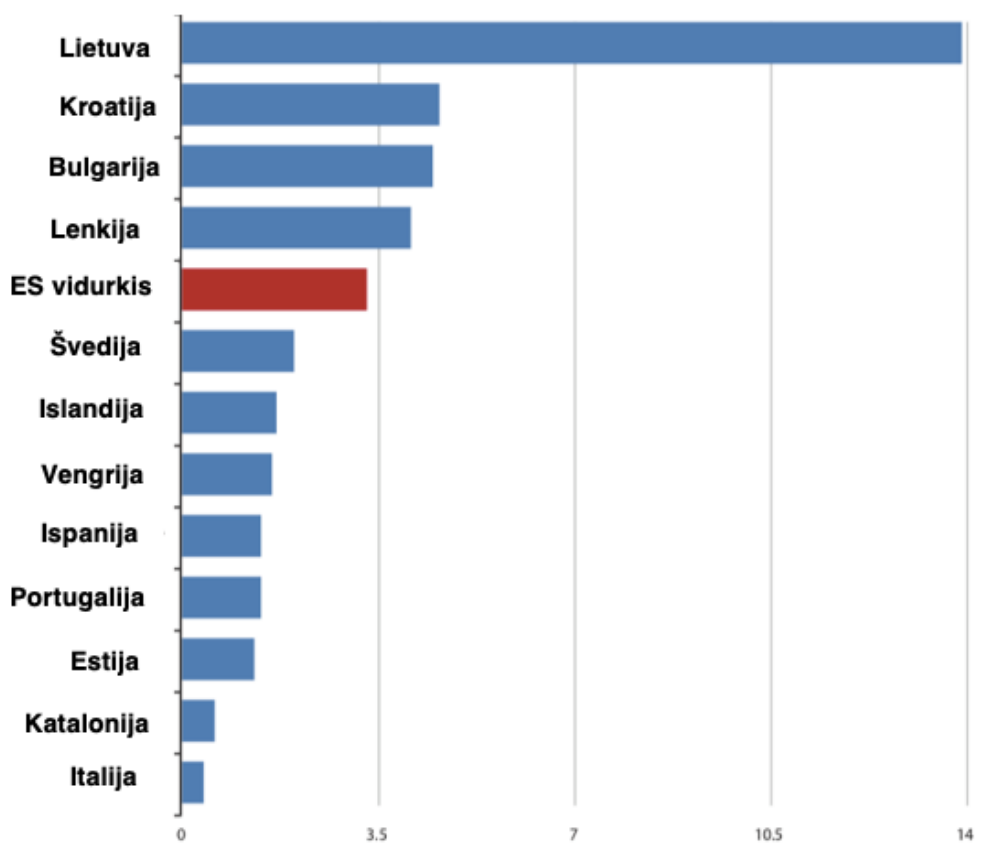
Alkoholio vartojimo motyvai Lietuvoje [18]:

Tyrimų dėl gėrimo motyvų ir vartojimo lygio bendra išvada yra ta, kad kuo didesnė motyvacija, tuo didesnis vartojimas. Taip pat buvo nustatyta, kad socialiniai motyvai nėra susiję su dideliu alkoholio vartojimu, tačiau gėrimas dėl noro pasijusti geriau ir gėrimas kaip būdas įveikti jausmus ar situacijas yra glaudžiai susiję su dideliu alkoholio vartojimu (Kuntsche, 2007). Motyvų nagrinėjimas atspindi, kodėl žmonės skirtingose valstybėse renkasi vartoti alkoholį ir gali nurodyti, kur ieškoti problemos ištakų.

Lietuvoje pagrindinės priežastys dėl ko vartojama yra:

- nes tai padeda viską pamiršti (žr. 6 pav.)
- nes tai padeda, kai jautiesi liūdnas, vienišas
- nes tai padeda vakarėlių, švenčių metu
- dėl baimės nepritapti prie kitų

Alkoholio vartojimo motyvai tarp tų, kurie per pastaruosius 12 mėnesių vartojo alkoholį: nes tai padeda viską pamiršti (atsakymų proporcija tarp visada ir dažnai)





**V.
LIETUVOS
POLITINIS
DISKURSAS**

LIETUVOS POLITINIS DISKURSAS

Lietuvos pažangos strategija „Lietuva 2030“

Lietuvos pažangos strategija „Lietuva 2030“, nustatanti šalies viziją bei raidos prioritetus iki 2030 metų, numato pokyčių iniciatyvas ir psichoaktyvių medžiagų vartojimo srityje. Viena iš strategijoje įvardinamų raidos krypčių – sumani visuomenė, kurioje siekiama mažinti socialinę atskirtį, didinti piliečių asmeninį ir ekonominį veiklumą bei stiprinti visuomenės gerovę. Siekiant įgyvendinti sumanios visuomenės viziją, kaip vieną iš svarbiausių veiklos aspektų strategija numato ir veiklios visuomenės kūrimą. Pagal šiame dokumente nurodytas kryptis, veikli visuomenė yra neatsiejama nuo geros žmonių sveikatos būklės, sveikos gyvensenos principų bei ligų prevencijos iniciatyvų. Atkreipiant dėmesį į priklausomybės ligų problematiką, strategija, kaip vieną iš siekiamų tikslų, įvardina šį:



UGDYTI SVEIKĄ GYVENSENĄ KAIP SVARBIAŲ VEIKLIOS VISUOMENĖS PRIELAIDĄ. TELKTI VISUOMENĖS IR VALDŽIOS INSTITUCIJŲ PASTANGAS STIPRINTI VISUOMENĖS SVEIKATĄ: ĮGYVENDINTI ALKOHOLIO, TABAKO IR NARKOTIKŲ VARTOJIMO PREVENCIJOS PRIEMONES, DIDINTI VISUOMENĖS SUPRATIMĄ APIE SVEIKOS GYVENSENOS NAUDĄ.



LIETUVOS POLITINIS DISKURSAS

Lietuvos pažangos strategija „Lietuva 2030“

Ne mažesnė svarba sumanios visuomenės vizijos įgyvendinime yra teikiama kūrybingos ir atsakingos asmenybės formavimui, kuriam ypatingą reikšmę turi šeima.

LIETUVOS PAŽANGOS STRATEGIJOJE „LIETUVA 2030“
NURODOMAS POREIKIS VISUOMENĖJE SUKURTI
SĄLYGAS, LEIDŽIANČIAS VYSTYTIS DARNIAI ŠEIMAI.

Kalbant apie situaciją Lietuvoje, svarbu paminėti, jog šiuo metu mūsų šalyje **vaikai jaučiasi nelaimingiausi Europoje [20]**. Dažnu atveju šeimos aplinkos problemos susijusios su tėvų užimtumo didėjimu, žema tarpusavio santykių kultūra, kurią rodo gausėjantys šeimų konfliktai.



LIETUVOS POLITINIS DISKURSAS

Lietuvos sveikatos 2014–2025 metų strategija

Atsižvelgiant į esamą situaciją (**13 procentų mokyklinio amžiaus mūsų šalies vaikų yra diagnozuoti psichikos sveikatos sutrikimai**), ypatingas dėmesys skiriamas psichologinių paslaugų, skirtų vaikams, plėtros klausimui ir **saugios vaikystės užtikrinimui**. Dokumente pabrėžiamas švietimo ir socialinės rūpybos specialistų, kurie geba atpažinti galimą smurtą vaiko aplinkoje ir padeda laiku suteikti vaikui reikalingą pagalbą, reikalingumas. Taip pat švietimo, socialinės rūpybos specialistų gebėjimas atpažinti galimą smurtą vaiko aplinkoje ir gebėjimas laiku suteikti vaikui reikalingą pagalbą.

2014–2025 metų Lietuvos sveikatos strategijoje taip pat kalbama ir apie **psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo žalą sveikatai**. Kaip vienas iš sveikatos švietimo ir sveikos gyvensenos gerinimo būdų nurodomas **visuomenės informavimas**:

"75.8. PASITELKIANČIAMS NVO, INFORMUOTI VISUOMENĘ APIE ALKOHOLIO VARTOJIMO ŽALĄ SVEIKATAI, PLĖTOJANT INFORMAVIMĄ IR ŠVIETIMĄ SVEIKOS GYVENSENOS IR SVEIKATOS KLAUSIMAIS"

LIETUVOS POLITINIS DISKURSAS

Lietuvos sveikatos 2014–2025 metų strategijoje aptariami ne tik galimi intervencijos ar visuomenės švietimo būdai, bet taip pat ir tiesioginė pagalba artimiesiems, kenčiantiems nuo artimo asmens piktnaudžiavimo alkoholiu. Kaip vienas iš darbų šiuo klausimu programoje nurodomas:

“

“75.12. organizuoti pagalbą priklausomų nuo alkoholio asmenų šeimos nariams ir artimiesiems.”

”

Lietuvoje politiniame lygmenyje AŽK (alkoholio žala kitiems) yra pripažinta labai fragmentiškai, nežiūrint į tai, jog alkoholio žala kitam nei pats geriantysis viršija žalą tam, kuris vartoja nesaikingai. Būtent dėl šios priežasties Lietuvos sveikatos strategijoje numatomas darbas yra ypač aktualus.

LIETUVOS POLITINIS DISKURSAS

Valstybinė narkotikų, tabako ir alkoholio kontrolės ir vartojimo prevencijos 2018–2028 metų programa

Lietuvos šeimų padėtis nagrinėjama ir valstybinėje narkotikų, tabako ir alkoholio kontrolės vartojimo prevencijos 2018–2028 metų programoje. Smurtas artimoje aplinkoje nurodomas kaip viena iš vyraujančių socialinių problemų, tačiau **ne mažiau aktuali problema socialinę riziką patiriančiose šeimose išlieka psichoaktyviųjų medžiagų vartojimas (tokios šeimos sudaro apie 40 proc.)**. Tai rodo ne tik pagalbos tėvams, bet ir vaikams, kurių tėvai turi su alkoholio ar psichotropinių medžiagų vartojimu susijusių problemų, specialių tikslinių prevencijos programų ir kitų pagalbos priemonių poreikį. Prevencijos programoje numatomi pagalbos būdai:

“21.1.4. naujai sukurti ar pritaikyti, įgyvendinti tikslines psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo prevencines programas priklausomybės ligomis sergančių tėvų vaikams, lošimų, piktnaudžiavimo vaistais, naujų psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo prevencijai skirtas priemones.”

LIETUVOS POLITINIS DISKURSAS

Programoje pagalba įvardijama ne tik prevencinių programų forma, bet taip pat pabrėžiama **informavimo, konsultavimo ir motyvavimo svarba** vykdant pagalbą **priklausomų asmenų artimiesiems**:



"21.2.3. SISTEMINGAI TEIKTI INFORMAVIMO, KONSULTAVIMO IR MOTYVAVIMO PASLAUGAS RIZIKĄ PATIRIANČIOMS TĖVŲ GRUPĖMS (PRIKLAUSOMŲ NUO PSICHOAKTYVIŲJŲ MEDŽIAGŲ ASMENŲ ARTIMIESIEMS, NĖŠČIOMS MOTERIMS), SIEKIANT APSAUGOTI JŲ IR JŲ VAIKŲ PSICHINĘ, SOCIALINĘ IR FIZINĘ GEROVĘ."

Valstybinėje narkotikų, tabako ir alkoholio kontrolės ir vartojimo prevencijos 2018–2028 metų programoje didelė svarba teikiama **bendradarbiavimui tarp specialistų**, siekiant sumažinti teikiamos pagalbos fragmentiškumą:

"21.3.3. skatinti kiekvienos savivaldybės teritorijoje veikiančių prevencijos srityje dirbančių institucijų, įstaigų ir NVO bendradarbiavimą ir veiklų dermę dirbant su skirtingomis tikslinėmis grupėmis."

LIETUVOS POLITINIS DISKURSAS

Didelis dėmesys skiriamas ankstyvajam atpažinimui, tačiau **pagalba šeimos nariams įvardijama kaip ne mažiau svarbus aspektas:**

“48.1.2. IŠPLĖTOTI SVEIKATOS PRIEŽIŪROS IR SOCIALINĖS PAGALBOS TINKLĄ, UŽTIKRINANTĮ, KAD BŪTŲ LAIKU ATPAŽŪSTAMA, INFORMUOJAMA, KONSULTUOJAMA, MOTYVUOJAMA, PADEDANT ASMENIMS, ŽALINGAI VARTOJANTIEMS PSICHOAKTYVIAŠIAS MEDŽIAGAS IR (AR) NUO JŲ PRIKLAUSOMIEMS, BEI JŲ ŠEIMOS NARIAMS GAUTI REIKIAMĄ IR KOKYBIŠKĄ PAGALBĄ.”

Programoje taip pat aptariamas ir **paslaugų kokybės klausimas**, pabrėžiant **specialistų kvalifikacijos tobulinimo ir veiklos stebėjimo programų poreikį:**

“48.2.3. SUKURTI MOKYMO, PROFESINĖS VEIKLOS STEBĖJIMO (SUPERVIZIJŲ) IR KVALIFIKACIJOS TOBULINIMO PROGRAMĄ SPECIALISTAMS, TEIKIANTIEMS PAGALBĄ ŽALINGAI PSICHOAKTYVIAŠIAS MEDŽIAGAS VARTOJANTIEMS IR (AR) NUO JŲ PRIKLAUSOMIEMS ASMENIMS IR JŲ ŠEIMOS NARIAMS.”

LIETUVOS POLITINIS DISKURSAS

Taip pat valstybinėje narkotikų, tabako ir alkoholio kontrolės ir vartojimo prevencijos 2018–2028 metų programoje akcentuojamas tikslingas finansavimas ir paslaugų kokybė, atitinkanti tarptautinius standartus:

“SKIRTINGIEMS VISUOMENĖS NARIŲ POREIKIAMS UŽTIKRINTI TIKSLINGAI FINANSUOJAMOS IR TEIKIAMOS TOS PASLAUGOS (PREVENCIJOS, GYDYMO, REABILITACIJOS, SOCIALINĖS INTEGRACIJOS, ŽALOS MAŽINIMO), KURIOS ATITINKA NACIONALINIUS IR TARPTAUTINIUS KOKYBĖS STANDARTUS.”



VI. KOPRIKLAUSOMYBĚ

KOPRIKLAUSOMYBĖ

Arba liguistas noras prisiiinti atsakomybę už priklausomo artimojo gyvenimą

Pasak L. Bulotaitės, netiesioginė priklausomybė arba kopriklausomybė – tai „savo individualybės, asmenybės praradimo liga“[1]. Netiesioginės priklausomybės paveikti šeimos nariai tampa taip priklausomi nuo alkoholiu ar kitomis medžiagomis piktnaudžiaujančio asmens, kaip jis priklausomas nuo psichoaktyviųjų medžiagų. L. Bulotaitė pabrėžia, kad pyktis, nenuspėjamos nuotaikos ir priklausomojo nevykdomi pažadai yra dažnos konfliktų tokiose šeimose priežastys. Stengdamiesi nuslėpti šeimos nario ligą nuo aplinkinių, artimieji dažnai daro viską, kad užglaiстыtų priklausomojo elgesio sukeltas pasekmes: skolinasi pinigų, imasi papildomo darbo ir kt [21].

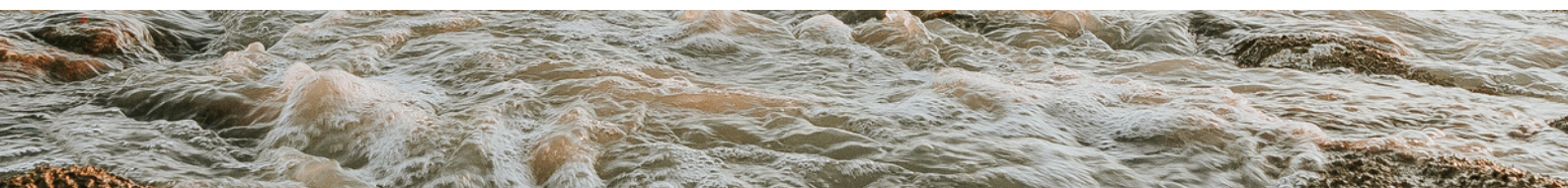
Šitaip rūpindamiesi kito žmogaus interesais ir poreikiais, artimieji apleidžia savo pačių norus bei emocijas ir tokiu būdu pradeda gyventi kito žmogaus gyvenimą. Mokslininkai tvirtina, kad priklausomybė – šeimos liga, emociškai, dvasiškai ir neretai fiziškai paveikianti visus šeimos narius [22]. Pasak jų, kiekvienas nuo alkoholio priklausomas asmuo paveikia 4-5 žmones savo aplinkoje. Nuo alkoholio priklausomo žmogaus šeima yra prilyginama sergančiai šeimai, kur galioja keturios pagrindinės taisyklės: šaltumas, tylą, neigimas ir atsiskyrimas [22].

Didžioji dalis alkoholio priklausomybe sergančio asmens ligos sukeltų žalingų ir net pavojingų pasekmių nugula ne ant jo paties, o ant artimųjų pečių. Svarbiausias iššūkis, tenkantis paveiktiems šeimos nariams – atsiskirti nuo tokios situacijos ir išmokti gyventi savo gyvenimus, kurie iki šiol buvo užvaldyti priklausomo asmens pakilimais ir nuosmukiais [22].

Tyrėjai teigia, kad priklausomybe sergančiose šeimose pasireiškia disfunkcinių santykių modeliai, kuriuos itin sunku pakeisti [23]. Alkoholizmo priskyrimas ligai, anot jų, sumažina pagalbos kreipimosi stigmą, tačiau sustiprina tikėjimą, jog priklausomybė yra neįveikiama ir nuo jos nepasveikstama [22]. V. Moskalenko (1991) tvirtina, jog visos šeimos, kenčiančios nuo alkoholio priklausomybės, yra disfunkcinės [23]. Šeimos nariai neskiria vieni kitiems pakankamai dėmesio, ypatingai tėvai, bendraudami su vaikais. Tėvai dažnai netinkamai elgiasi su savo vaikais ir šeima įgauna nenuspėjamą, despotišką santykių formą, kur visi jos nariai neigia realybę ir užgniaučia kylančius jausmus bei emocijas [23].

„Šeimos nariai rūpinasi gera šeimos reputacija, tačiau toks elgesys nepadedą ir netgi kenkia alkoholiko sveikimo procesui: alkoholikas, nesusidurdamas su neigiamomis savo elgesio pasekmėmis, tampa neatsakingas [22].“

V. Gudžinskienė, R. Gedminienė, 2011



KOPRIKLAUSOMYBĖ

Mokslinėje literatūroje nurodoma, kad probleminės situacijos neigimas – vienas ryškiausių nuo alkoholio priklausomos šeimos bruožų [22]. Vidutiniškai artimieji tik po septynerių metų pripažįsta problemos egzistavimą, kadangi iki tol tiki, jog ji išsprends savaime. Taip pat pastebimas stiprus šeimos narių siekimas sukurti tobulos šeimos įvaizdį savo aplinkoje: jie nekalba apie tai su kitais žmonėmis, slepia faktus apie patiriamą žalą ir visais kitais būdais stengiasi išsaugoti priklausomojo reputaciją. Dangstydami priklausomo žmogaus elgesio pasekmes, jie siekia išsaugoti balansą šeimoje [22].

7 pav. L. Bulotaitė detaliau aprašo būdingiausius kopriklausomų žmonių bruožus [21].

Visgi, kaip teigia klinikinė psichologė, socialinių mokslų daktarė J. Kymantienė (2015), pirmas artimųjų žingsnis sveikimo link yra „padedančio elgesio atsisakymas“ [24].

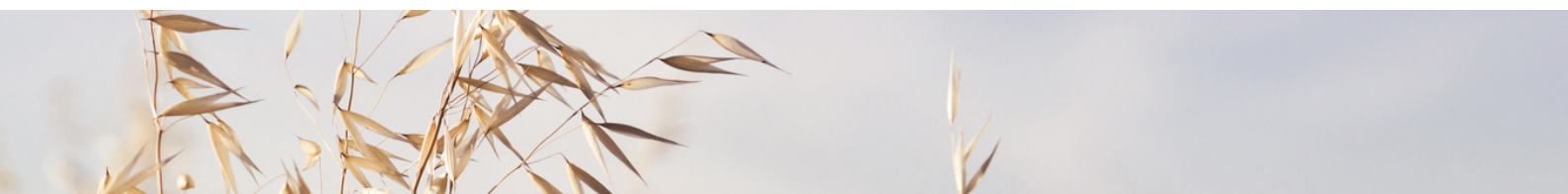
Anot psichologės, pasekmes dangstantis artimųjų elgesys padeda priklausomajam sirgti: „Taip išeina, kad priklausomas asmuo problemų neturi, jų turi jo artimieji. Kam jam tuomet kažką keisti, jei problemos nėra?“ [25]. Kitas svarbus žingsnis, pasak psichologės – emocinis atsitraukimas. Tai ilgas ir sudėtingas procesas, tad čia artimajam svarbus palaikymas, gaunamas iš savitarpio ar psichologinės pagalbos grupių. Artimojo sveikimas sukuria galimybę naujai pusiausvyrai šeimoje susiformuoti ir, kai priklausomam asmeniui sirgti tampa nebeatogu, jam taip pat atsiranda galimybė rinktis sveikimą [24].

„Kai kalbame apie priklausomybę, galioja taisyklė: kai suserga vienas žmogus, aplink jį pradeda sirgti ir kiti, kai kas nors pradeda sveikti, tai tampa galimybe keistis ir sveikti aplinkiniams [24].“

J. Kymantienė, 2015

L. Bulotaitė (2009) aprašo kopriklausomiems asmenims būdingiausius bruožus:

- Jų gera nuomonė apie save priklauso nuo to, ar jie patinka priklausomybe sergančiam asmeniui (PSA)
- Visas jų dėmesys sutelktas į PSA norų tenkinimą, jo apgynimą
- Jie atsisako visų savo interesų, pomėgių, persiima PSA interesais ir pomėgiais
- Jų norus ir troškimus diktuoja PSA elgesys
- Jie nesusimąsto, kaip patys jaučiasi, kokie jų jausmai. Domisi tik PSA jausmais
- Visos jų ateities svajonės susijusios su PSA
- Jie nepaiso savo vertybių
- Jų gyvenimo kokybė priklauso nuo PSA gyvenimo kokybės



Kai kas teigia, kad kopriklauosomybė – tai priklausomybės veidrodinis atspindys [21]. Paralelių tarp netiesioginės ir tiesioginės priklausomybės fizinių ir emocinių požymių yra nemažai. Taip, kaip priklausomojo mintys sukasi aplink alkoholį, kopriklauosomo mintys sukasi aplink priklausomąjį ir jo elgesį. Kontrolės praradimas, neigimas ir neigiamas poveikis aplinkiniams - dar keletas šios sąsajos pavyzdžių [25].

„Tai, jog netiesioginė priklausomybė yra veidrodinis priklausomybės atspindys, patvirtina ir jausmai: priklausomo ir jo artimųjų jausmai labai panašūs. Priklausomas žmogus turi daug baimių, kurias neigia, o jo elgesyje pastarosios įgauna priešingą formą – tampa žodine ar fizine agresija. Natūralu, kad artimieji, susidurdami su priklausomo žmogaus prieš juos nukreiptu psichologiniu smurtu ar agresyviu elgesiu, taip pat pradeda bijoti.“ [25]

J. Kymantienė, 2018

Požymis	Tiesioginė priklausomybė	Netiesioginė priklausomybė
Sąmonė užvaldyta objekto	Vyrauja mintys apie alkoholį ar kitus narkotikus	Vyrauja mintys apie priklausomybę turintį asmenį
Kontrolės praradimas	Prarandama alkoholio ar kitų narkotikų vartojimo kontrolė	Prarandama savo jausmų, savo elgesio, viso savo gyvenimo kontrolė
Neigimas	„Aš ne alkoholikas“, „Aš ne narkomanas“, „Kiti vartoja daugiau už mane“, „Aš neturiu problemų“	„Aš neturiu problemų, jų turi mano vyras / sūnus“
Agresija	Žodinė, fizinė	Žodinė, fizinė
Vyraujantys jausmai	Pyktis, kaltė, gėda, baimė	Pyktis, kaltė, gėda, baimė
Savivertė	Žema savivertė. Būdingas save griauantis elgesys	Žema savivertė. Būdingas save griauantis elgesys
Fizinė sveikata	Turi daug nusiskundimų. Kepenų, širdies, skrandžio ir kt. sutrikimai	Turi daug nusiskundimų. Galvos skausmai, didelis kraujospūdis, nemiga, skrandžio skausmai ir pan.
Psichikos sutrikimai	Depresija, mintys apie savižudybę	Depresija, mintys apie savižudybę
Priklausomybė nuo kitų dalykų (komorbidiskumas)	Priklausomybė nuo alkoholio / kitų narkotikų, raminamųjų ir kt.	Priklausomybė nuo alkoholio / kitų narkotikų, raminamųjų ir kt.
Požiūris į gydymą	Atsisako pagalbos	Atsisako pagalbos
Pasveikimo sąlygos	Viena svarbiausių – priklausomybės pripažinimas, alkoholio / kitų narkotikų atsisakymas	Viena svarbiausių – netiesioginės priklausomybės pripažinimas, atsiribojimas nuo kito žmogaus

KOPRIKLAUSOMYBĖ: VAIKAI

Priklausomų asmenų šeimose augantys vaikai susiduria ne tik su psichologiniais sunkumais, sukeltais girtaujančių tėvų elgesio, bet neretai ir nepatenkinamais fiziniais poreikiais: visavertės mitybos, drabužių ar kokybiškų buities sąlygų trūkumu [26]. Matydami neblaivius tėvus, vaikai jaučia gėdą, kaltę ir atsakomybę apginti šeimos garbę. Specialių tarnybų pagalba dažniausiai nepasiekia tokių vaikų, kadangi jie, nerimaudami dėl pasekmių savo šeimai, linkę slėpti situaciją šeimoje. Vaikai taip pat nerimauja, kad jų šeima gali iširti, o jie patys atsidurti valstybės globoje. Tiesa, prie vaikų tylos dažnai prisideda ir kopriklusomo suaugusio žmogaus reikalavimas vaikui nesidalinti išgyvenimais šeimoje, kadangi suaugę taip pat bijo netekti vaikų ir kitais būdais nukentėti [26].

Kartais vaikų jaučiamą kaltę sukelia ir priklausomas suaugęs žmogus šeimoje, tiesiogiai kaltindamas juos: „Tu sugriovei mano gyvenimą“ [21]. Kopriklusomi vaikai neretai nemoka reikšti savo jausmų, kadangi šeimoje apie juos nepriimtina kalbėti. Nuolat patiriamas baimės ir streso jausmas lemia šių vaikų padidintą atsargumą, būrelių nelankymą, pasilinksminimų vengimą [21]. Augimas nuo alkoholio priklausomoje šeimoje atsiliepia ir mokymosi gebėjimuose: šiems vaikams, o ypač berniukams, būdingi žemesni kognityvaus funkcionavimo rodikliai. Pavyzdžiui, jie nusileidžia verbaliniais gebėjimais, atmintimi, abstrakčiuoju mąstymu sveikose šeimose augantiems vaikams [21].

Tą lemia tiek patologiniai nervų sistemos ypatumai, tiek ir pedagoginis šių vaikų apleistumas. Taip pat dėl fizinio organizmo silpnumo kopriklusomiems vaikams būdinga nuolatinė asteninė būseną – nuovargis, dirglumas, greitas išsekimas, polinkis į konfliktus [21].

Mokslinėje literatūroje skatinama nepamiršti ir to, jog nuo alkoholio priklausomi žmonės nėra homogeniška grupė – kartu su priklausomybe nuo alkoholio jie gali turėti ir kitų psichopatologinių sutrikimų, pvz. priklausomybę ir nuo kitų narkotikų, asmenybės sutrikimus [21]. Tad šiose šeimose augantys vaikai gali būti ir depresija sergančių, kitus sutrikimus turinčių tėvų vaikai.

Nors nėra vieno išskirtinio bruožo, padedančio atpažinti kopriklusomą vaiką, ankstyvas alkoholinių gėrimo ragavimas yra vienas iš ženklų, skatinančių sunerinti [6]. Silpni socialiniai įgūdžiai, psichoaktyviųjų medžiagų vartojimas šeimoje, mokymosi nesėkmės, bendraamžių spaudimas – keli iš rizikos veiksnių, skatinančių vaikus pradėti piktnaudžiauti psichoaktyviomis medžiagomis [27]. Itin svarbu yra šiuos rizikos veiksnius pastebėti laiku. Tyrimai rodo, kad kuo ankstyvesniame amžiuje vaikai ragauja alkoholio, tuo didesnė rizika jiems ateityje vartoti alkoholį žalingai [26]. Didesnė rizika pradėti alkoholinius gėrimus vartoti anksti yra šeimose, kuriose alkoholis vartojamas dažniau, kuriose yra tik vienas iš tėvų arba kuriose tėvai alkoholį irgi pradėjo vartoti anksti [26].

“

Esu suaugęs vaikas, gimęs geriančio tėvo šeimoje, kurioje išoriškai viskas turėjo būti „gerai“. Visą gyvenimą neigti, jog esame alkoholikų šeima, ir „iš tikrųjų tai viskas yra gerai“ reiškė nuolatinę emocinę įtampą, ir nors galėčiau sakyti, kad augau su broliu ir sese, bet iš tikrųjų jaučiausi, kad augu vienas – brolis ir sesuo buvo gerokai vyresni, ir kiekvienas savaip labiau stengėmės ne gyventi, bet išgyventi ir pabėgti iš namų, tad kiekvienas tai darėme savo būdu – brolis ir sesuo dirbdavo arba mokydavosi daug mokykloje, o aš buvau išmokęs tai, ką su šypsena ir meile sau dabar vadinu „profesionalių valkatavimų“ – grįžti namo vėlai, kartais pusę dvylikos nakties, atidėlioti darbus iki paskutinio, taip nesąmoningai atkartojant tą emocinę įtampą, kurią išgyvenau namuose. Atrodytų, kokia ten dar emocinė įtampa, jei yra stogas virš galvos bei esam pavalgę ir apsirengę? Toks klausimas ir kaltinimas nuolat skambėjo kaip tiesiogiai ir netiesiogiai išsakomas priekaištas. [28]

”

- Antanas

Šeimose, kuriose piktnaudžiaujama alkoholiu,
vaikai turi šias didesnes rizikas [26]:

5x

dažniau patiria
valgymo sutrikimus

3x

dažniau nusizudo

turi **4x**

didesnę rizika pradėti
rizikingai vartoti alkoholį
arba tapti nuo jo priklausomais

35%

VAIKŲ LIETUVOJE AUGA NESAIKINGAI ALKOHOLĮ
VARTOJANČISOE ŠEIMOSE [29]



KAS ANTRA SOCIALINĖS RIZIKOS
ŠEIMA Į APSKAITĄ ĮRAŠYTA DĖL
TĖVŲ PIKTNAUDŽIAVIMO
ALKOHOLIU [30]

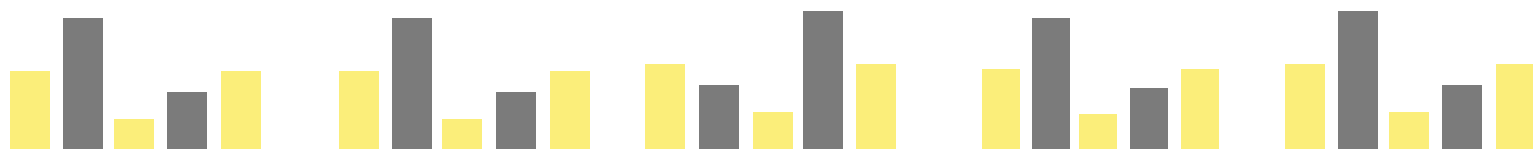



9 IŠ 10

GLOBOJE ESANČIŲ VAIKŲ
AUGO ALKOHOLIU
PIKTNAUDŽIAUJANČIŲ
ASMENŲ ŠEIMOSE [30]

PAGALBA VAIKAMS

L. Bulotaitė (2009) teigia, kad visų mokslinių publikacijų tikslas yra atkreipti dėmesį į kopriklusomus vaikus, teikti jiems profesionalią socialinę bei psichologinę pagalbą [21]. Itin dažnai pabrėžiama konfidencialaus pokalbio ir ankstyvosios intervencijos svarba. L. Bulotaitė (2009) siūlo supažindinti vaikus mokyklose su nemokamos psichologinės pagalbos galimybėmis, o pats veiksmingiausias būdas, nurodytas autorės – grupiniai užsiėmimai, kuriuose vaikai turėtų galimybę išsipasakoti apie savo jausmus ir patirtį [21].

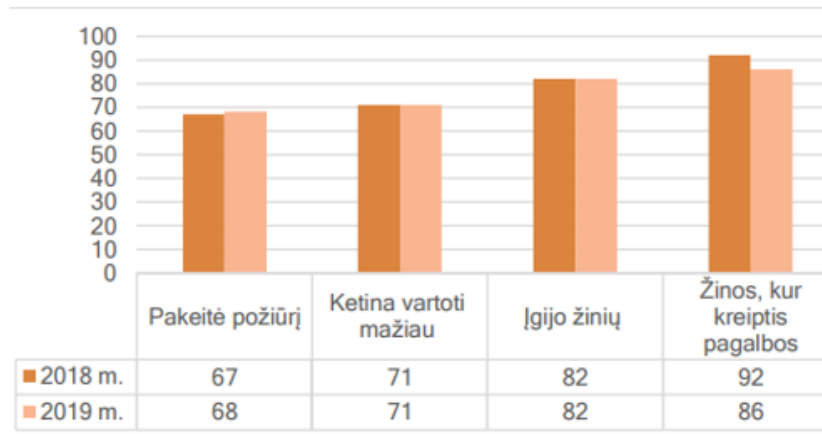




VII. SOCIALINĖS INFORMACINĖS PREVENCIJOS KAMPANIJOS

ANKSTYVOSIOS INTERVENCIJOS PROGRAMA

Narkotikų, tabako ir alkoholio kontrolės departamentas (NTAKD) jau nuo 2013 m. diegia ankstyvosios intervencijos programą Lietuvoje, parengtą pagal tarptautinį projektą „Fred goes net“ [31]. NTAKD ankstyvąją intervenciją apibrėžia kaip „socialinių, pedagoginių bei psichologinių pagalbos priemonių taikymas vaikams, po to, kai yra nustatoma ar sužinoma, jog jie vartoja psichoaktyvias medžiagas, siekiant paskatinti jų nevartoti“ [32]. Ši ankstyvosios intervencijos programa yra orientuota į eksperimentuojančius ar nereguliariai psichoaktyvias medžiagas (išskyrus tabaką) vartojančius 14-21 metų jaunuolius. Įtraukiant jaunus žmones į diskusijas, skatinant juos ugdyti kritinį mąstymą bei sudarant sąlygas būti išklausytiems ir suprastiems, programa siekiama motyvuoti juos keisti savo požiūrį į psichoaktyvias medžiagas bei skatinti keisti elgesį, tokiu būdu užkertant kelią priklausomybės formavimuisi. Šią 10 val. trunkančią programą gali vesti savivaldybės visuomenės sveikatos specialistai, pedagoginės psichologinės ar švietimo pagalbos tarnybos specialistai, taip pat specialistai, pabaigę NTAKD organizuojamus 16 val. mokymus [32].



9 pav.
Narkotikų, tabako ir alkoholio kontrolės departamentas,
2019 m. [31]

Šios ankstyvosios intervencijos programos plėtra šalyje užtikrina didesnę paslaugų prieinamumą jaunimui: 2019 m. beveik 2,5 karto daugiau savivaldybių įsitraukė į programos vykdymą lyginant su 2018 m. ir per šiuos metus taip pat išaugo užsiėmimus lankančių jaunuolių skaičius nuo 193 iki 661 [31]. Tokie programos rezultatai liudija ne tik apie jos naudą, tačiau ir poreikį plėsti paslaugų prieinamumą visoje šalyje.

2019 m. programos patirtis rodo, kad net 77 proc. programą baigusiu jaunuolių teigia, jog yra patenkinti užsiėmimais, kuriuose dalyvavo. Taip pat programą baigusiu jaunuolių tarpe 66 proc. rekomenduotų programą savo draugui, o žvelgiant į su alkoholio vartojimu susijusius vertinimus, 71 proc. teigia, jog ketina vartoti mažiau, 92 proc. žinos, kur kreiptis pagalbos (9 pav.).

SOCIALINĖS INFORMACINĖS KAMPANIJOS

„Pirmiausia – išklausk“

Jungtinių Tautų Narkotikų ir nusikalstamumo prevencijos biuro (UNODC) kampanija „Pirmiausia – išklausk“ skatina taikyti mokslu pagrįstas prevencijos priemones, siekiant padėti vaikams ir jaunimui saugiai augti. Kampanijos pagrindinė žinutė – pirmas žingsnis efektyviai psichoaktyviųjų medžiagų prevencijai yra įsiklausymas ir rūpestis [33].



NTAKD platina informacinę medžiagą politikos formuotojams, tėvams, mokytojams, prevencijos ir sveikatos priežiūros specialistams, siekdamas paskatinti šias grupes įsitraukti į prevencinę veiklą bei pasidalinti patarimais, padėsiančiais užkirsti kelią priklausomybių formavimuisi.

„Vaikai seka tėvų pavyzdžiu“



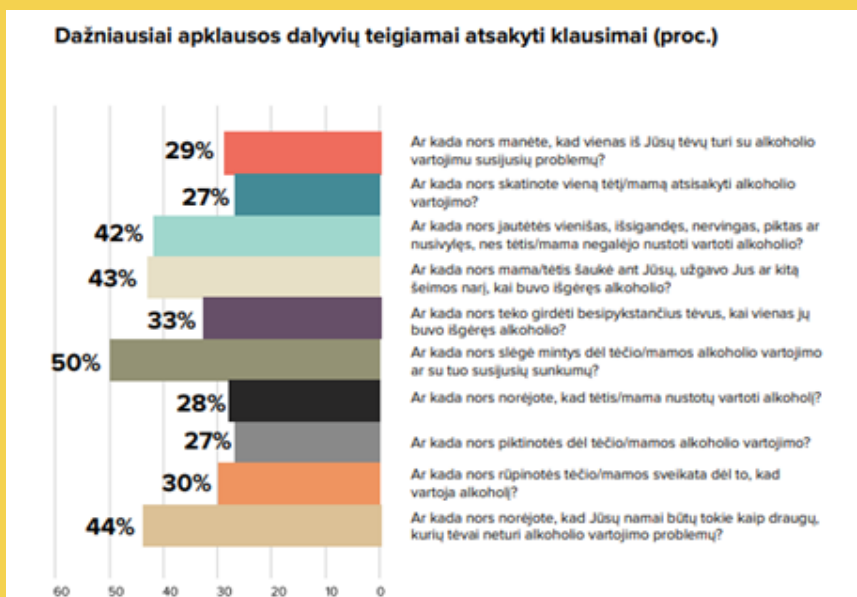
Nuo 2015 m. NTAKD organizuoja socialinę informacinę kampaniją „Vaikai seka tėvų pavyzdžiu“, kurios tikslas paveikti tėvų elgseną bei paskatinti juos formuoti neigiamas vaikų nuostatas psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo klausimu.

Nors paskatinti vaikus vartoti psichoaktyvias medžiagas gali įvairūs rizikos veiksniai, įskaitant šių medžiagų vartojimą šeimoje, silpnus socialinius įgūdžius, mokymosi nesėkmes ar bendraamžių spaudimą, mokslininkai pastebi, kad vaikai, kurie apie šių medžiagų pavojus sužino iš tėvų yra mažiau linkę jas vartoti nei tie, kurie tokios informacijos negauna [27]. Tėvų vaidmuo prevencijoje išlieka svarbiausias, todėl ši kampanija, apimanti vaizdo klipus, informacinius leidinius tėvams bei geriausio žurnalistinio straipsnio konkursą, siekia pirmuosius pokalbius pradėti jau namuose [27].

Siekiant atkreipti visuomenės dėmesį į alkoholio vartojimo problemą šeimoje, nuo 2015 m. Narkotikų, tabako ir alkoholio kontrolės departamentas, bendradarbiaudamas su „Mentor Lietuva“, kasmet mini Alkoholikų vaikų savaitę.

Su itin didele žala susiduria alkoholiu piktnaudžiaujančių tėvų šeimose augantys vaikai, todėl socialinė informacinė kampanija „Vaikystė šešėlyje“ visus metus vykdo veiklas, akcentuojančias šių vaikų patiriamus sunkumus. Viena iš kampanijos dalių – apklausa, 2017 m. lapkričio – 2018 m. vasario mėn. vykdyta įtraukus 2493 žmones, vaikystėje susidūrusius su tėvų alkoholizmo problema [34]. Apklausos rezultatai parodė, kad kitaip nei kartais tikima, alkoholio vartojimo problema tokia pat opi didžiuosiuose šalies miestuose kaip ir regionuose, tik galbūt didmiesčiuose yra mažiau pastebima. Peržvelgus apklausos dalyvių dažniausiai teigiamai atsakytus klausimus (10 pav.), pastebime, kad alkoholiu piktnaudžiaujančiose šeimose užaugę vaikai buvo lydimi stiprių emocinių išgyvenimų ir streso.

Įdomu tai, kad nors, tikėtina, net 52 proc. apklausoje dalyvavusių žmonių susidūrė su žalingu alkoholio vartojimu, paklausti apie pagalbos teikimą jie nurodė, kad šeimoje tokių problemų nebuvo. Pasak apklausos rengėjų, toks problemos nepripažinimas akcentuoja tokių kampanijų kaip „Vaikystė šešėlyje“ poreikį visuomenėje ir reikiamybę apie šias problemas kalbėti garsiai [34]. Pagalbos prieinamumo klausimai taip pat atskleidė, kad beveik ketvirtadalis apklaustųjų, kuriems pagalba buvo reikalinga, jos nesulaukė. Respondentai, kuriems reikalinga pagalba buvo suteikta, kaip pagrindinius pagalbos tiekėjus nurodė savo artimuosius arba draugus. Apklausos vykdytojai pabrėžia, kad šis aspektas susijęs su tuo, kad alkoholio vartojimas vis dar matomas kaip šeimos, o ne sociumo skaudulys. Tai, kad profesionali pagalba apklaustųjų beveik nepasiekė, taip pat byloja apie prieinamų paslaugų poreikį bei didesnę informatyvumą apie pagalbos būdus priklausomų žmonių artimiesiems [34].




10 pav.

Narkotikų, tabako ir alkoholio kontrolės departamentas, 2018 m. [34]

Ne mažiau svarbus šios apklausos paliestas aspektas yra tas, kad net 80 proc. respondentų, kurių namuose, tikėtina, egzistavo alkoholio priklausomybė problema, augo vaikų globos namuose [34]. Šie apklausos rezultatai koreliuoja su 2018 m. Lietuvos sveikatos mokslų universiteto tyrimo statistika, parodančia, kad 9 iš 10 globoje esančių vaikų užaugo piktnaudžiaujančių alkoholiu asmenų šeimose [30]. Tą parodo ir socialinės paramos šeimai informacinės sistemos (2017 m.) duomenys, nurodantys, kad 40 proc. socialinės rizikos šeimų įrašomos į apskaitą dėl piktnaudžiavimo alkoholiu ir/ar psichotropinių medžiagų vartojimo [35].

Apibendrinami apklausos rezultatus, tyrėjai atkreipia dėmesį tai, kad socialinė stigma, susijusi su probleminiu alkoholio vartojimu, visuomenėje vis dar gaji, todėl padaršiniai, argumentai, pagalbos tinklo plėtojimas yra paveikūs būdai padėti priklausomųjų artimiesiems.



**VIII.
PAGALBA
ARTIMIESIEMS:
LIETUVOJE
VEIKIANČIOS
ORGANIZACIJOS**

LIETUVOJE VEIKIANČIOS ORGANIZACIJOS

VSB

VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURAI - LIETUVOJE YRA 47 BIURAI IR JUOSE YRA VYKDOMOS ĮVAIRIOS VISUOMENĖS SVEIKATOS STIPRINIMO PROGRAMOS. PRIKLAUSOMUS ŽMONĖS BEI JŲ ARTIMUOSIUS KONSULTUOJA "PRIKLAUSOMYBIŲ KONSULTANTAI" GYVAI ARBA TELEFONU.

RPLC

RESPUBLIKINIS PRIKLAUSOMYBIŲ LIGŲ CENTRAS - TEIKIAMOS GYDYTOJŲ PSICHIATRŲ, PSICHOLOGŲ, SOCIALINIŲ DARBUOTOJŲ KONSULTACIJOS PRIKLAUSOMYBĖS LIGA SERGANČIŲ ASMENŲ ARTIMIESIEMS.

KIČ

KRIZIŲ IVEIKIMO CENTRAS - PROFESINĖS SAVANORYSTĖS PAGRINDU VEIKIANTI ORGANIZACIJA, KURIOJE TEIKIAMOS PROFESIONALIOS PSICHOLOGO KONSULTAVIMO PASLAUGOS.

LIETUVOJE VEIKIANČIOS ORGANIZACIJOS

AL-ANON

AL-ANON BENDRIJA NESUSIJUSI SU JOKIA RELIGIJA, SEKTA AR POLITINE ORGANIZACIJA IR YRA DRAUGIJA, PAREMTA NEPRIKLAUSOMA IR LAISVANORIŠKA PAGALBA, KURI REMIASI “DVYLIKOS ŽINGSNIŲ PROGRAMA”.

ŠIUO METU LIETUVOJE 21 MIESTE VEIKIA 28 AL-ANON GRUPĖS.

ALATEEN

ŠIOS GRUPĖS NARIAI YRA JAUNI ŽMONĖS, KURIŲ TĖVAI, GIMINĖS AR DRAUGAI SUSIDURIA SU ALKOHOLIO VARTOJIMO PROBLEMOMIS. ALATEEN NARIAI REMIASI “DVYLIKOS ŽINGSNIŲ PROGRAMA”. SUSIRINKIMAI VYKSTA UŽDAROSE GRUPĖSE, KURIOSE DALYVAUJA PAAUGLIAI IR PASKIRTI ALATEEN GRUPĖS GLOBĖJAI.

ŠIUO METU ALATEEN SAVITARPIO PAGALBOS GRUPĖ VEIKIA TIK VILNIUJE.

SAV

SUAUGĘ ALKOHOLIKŲ VAIKAI (SAV) - TAI SAVITARPIO PAGALBOS GRUPĖ PAREMTA “DVYLIKOS ŽINGSNIŲ PROGRAMA” SKIRTA VYRAMS IR MOTERIMS, KURIE UŽAUGO PRIKLAUSOMŲ ASMENŲ AR KITOKIOJE DISFNKcinėje ŠEIMOJE.

ŠIUO METU LIETUVOJE VEIKIA 10 SAV GRUPIŲ SEPTYNIUOSE LIETUVOS MIESTUOSE, TAIP PAT IR ONLINE.

LIETUVOJE VEIKIANČIOS ORGANIZACIJOS

"AŠ ESU"

VA CARITAS PRIKLAUSOMŲ ASMENŲ BENDRUOMENĖ, TEIKIANTI PAGALBĄ IR PRIKLAUSOMŲ ASMENŲ ARTIMIESIEMS (ATVIROS PSICHOLOGINĖS PARAMOS GRUPĖS, UŽDAROS PSICHOEDUKACINĖS GRUPĖS IR INDIVIDUALIOS SPECIALISTŲ KONSULTACIJOS)

"VILTIES KODAS"

PAGALBA NORINTIEMS PASVEIKTI NUO ALKOHOLIZMO BEI JŲ ARTIMIESIEMS, INDIVIDUALIOS KONSULTACIJOS (KONSULTAVIMAS, MENTORYSTĖ, KOUČINGAS)

EMOCINĖS PARAMOS TARNYBOS TELEFONU

- VILTIES LINIJA
- VAIKŲ LINIJA
- JAUNIMO LINIJA
- PAGALBOS MOTERIMS LINIJA



IX. ALKOHOLIO ŽALA KITIEMS

AŽK

ALKOHOLIO ŽALA KITIEMS NEI PATS GERIANTYSIS

Alkoholio vartojimo sukeltos pasekmės yra plačiai aprašytos daugybėje epidemiologinių ir eksperimentinių mokslo šaltinių. Yra sutariama, jog alkoholio vartojimas - tai viena iš trijų prioritetinių sveikatos problemų pasaulyje, tačiau vis dar mažai kalbama apie tai, jog socialinė ir ekonominė alkoholio vartojimo sukeliama našta dažnai neapsiriboja vien geriančiojo lygmeniu ir gali būti vertinama net trimis lygmenimis:

1. **Paties geriančiojo lygmeniu, kuris apima tiesiogiai jam sukeltas sveikatos ir socioekonominės pasekmes**
2. **Šalia geriančiojo esančių artimų ir atsitiktinių asmenų lygmeniu**
3. **Pačia bendriausia prasme visuomenės gerovės lygmeniu**

Nemažai kalbama apie alkoholio vartojimo žalą pačiam vartojančiam, tačiau alkoholio vartojimo žala yra daug platesnė ir dažnai apima šalia geriančiojo esančius artimuosius ir kitus susietus asmenis. Alkoholio žalos kitiems nei pats geriantysis (AŽK) pavyzdžiai galėtų būti tokie: girto vairuotojo sukelta autoavarija, kurioje gali žūti kiti vairuotojai arba pėstieji, palikti be priežiūros vaikai, arba neblaivių tėvų „drausminami“ vaikai, kurie gali būti sužaloti ar net nužudyti, nėščia moteris, „nekaltai“ išgerianti alkoholio gali sužaloti vaiką esantį dar įsčiose, maža verslo įmonė gali patirti nemenkų nuostolių dėl neblaivių darbuotojų ar pravaikštų.

Pateikti pavyzdžiai rodo, kaip alkoholio vartojimo problemos gali paveikti aplinkinius asmenis ir taip pat mažinti visuomenės gerovę, tačiau reikėtų paminėti, jog vis dar itin mažai dėmesio skiriama alkoholio skeliamai žalai kitiems nei pats geriantysis

Ši tema taip pat apleista ir įstatyminiame lygmenyje - Lietuvoje alkoholio žalos (AŽ) traktavimą politiniame lygmenyje apsprendžia LR alkoholio kontrolės įstatymas, kuris pripažįsta AŽ geriančiojo sveikatai ir ūkiui, tačiau AŽK, išskyrus vairavimą išgėrus, nėra minima.

Didžioji dalis pasaulyje vykdomų tyrimų alkoholio tema sukoncentruoti į geriantįjį, jo sveikatos problemas ir gydymą, tačiau renkant sveikatos statistikos duomenis itin mažai dėmesio skiriama sužeistiems ar kitaip netekusiems sveikatos žmonėms, kurie būna šalia alkoholį vartojančio asmens. To pasekoje įvairiuose sektoriuose statistikos apie AŽK nėra arba ji labai neišsami.

Kaip jau buvo minėta, alkoholio žala yra daug platesnė nei tik pačiam vartojančiam ir dažnu atveju paliečia kitus su geriančiuoju susietus asmenis. Žala šalia geriančiojo esantiems artimesiems ir atsitiktiniams asmenims mokslininkų yra įvardijama sąvoka „alkoholio žala kitiems nei geriantysis“ (angl. alcohol's harm to others) arba sinoniminėmis sąvokomis: „netiesioginė žala“ [36], „antrinis efektas“ [37], „pasyvus gėrimas“ [38] arba „alkoholio vartojimo žala išorei“ [39].

AŽK PASAULYJE

PASAULYJE POŽIŪRIS Į AŽK KINTA- ALKOHOLIO VARTOJIMO ŽALA PRADĖTA VERTINTI PLAČIAU NEI VAIRAVIMAS IŠGĖRUS, VAISIAUS ALKOHOLINIS SINDROMAS AR NUSIKALSTAMUMAS

2004 M.

AŽK KONCEPTAS ĮTRAUKTAS Į PSO PRANEŠIMUS APIE ALKOHOLĮ IR SVEIKATĄ

2009 M.

AŽK- PSO PRIORITETINĖ SRITIS

AŽK LIETUVOJE

Lietuvoje į AŽK klausimą visų pirma dėmesį pradeda atkreipti mokslininkai - prieš keletą metų Lietuvoje projekto „Socialinė atskirtis ir dalyvavimas pokyčių Lietuvoje“ rėmuose atliktas **pirmasis AŽK tyrimas**, kuris padėjo identifikuoti alkoholio žalą kitiems kaip atskirą tyrimų subjektą [40]. **Tyrimo rezultatai parodė, jog piktnaudžiavimas alkoholiu yra rizikos veiksnys ne tik geriančiojo sveikatai, bet ir aplinkiniams [41].**

Atliktas tyrimas leido pamatyti AŽK situaciją Lietuvoje- **aukščiausi žalos rodikliai buvo nustatyti šeimose, kuriose kartu gyveno alkoholiu piktnaudžiaujantis asmuo.**

Lietuvoje 1 iš 10 namų ūkių gyvenama kartu su alkoholio vartojimo problemų turinčiu žmogumi ir šiose šeimose AŽK siekia net 94 proc. [42]



Minėtas tyrimas taip pat palietė ir alkoholio vaidmenį vaikų nepriežiūrai ir smurtui - piktnaudžiavimas alkoholiu yra viena iš pagrindinių vaikų nepriežiūros ir smurto priežasčių.

Tyrimo duomenimis, 9 iš 10 globoje esančių vaikų augo piktnaudžiaujančių alkoholiu asmenų šeimose, o kas antra socialinės rizikos šeima į apskaitą įrašyta dėl tėvų piktnaudžiavimo alkoholiu.

Tarptautiniai tyrimai rodo, jog asmenys, turintys alkoholio vartojimo problemų yra dažnai stigmatizuojami, tačiau Pietų Korėjos [43] ir Lietuvos [44] tyrimai atskleidė jog piktnaudžiaujančio alkoholiu artimieji patiria dar didesnę stigmą ir atskirtį nei pats geriantysis.

AŽK SOCIALINIAI RODIKLIAI

Lietuvoje į AŽK klausimą visų pirma dėmesį pradeda atkreipti mokslininkai - prieš keletą metų Lietuvoje atliktas pirmasis AŽK tyrimas, kuris padėjo identifikuoti alkoholio žalą kitiems kaip atskirą tyrimų subjektą [40].

1 IŠ 10

namų ūkių gyvenama kartu su alkoholio vartojimo problemų turinčiu žmogumi

94%

AŽK rodiklis šiose šeimose

REZULTATAI

Tyrimo rezultatai parodė, jog piktnaudžiavimas alkoholiu yra rizikos veiksnys ne tik geriančiojo sveikatai, bet ir aplinkiniams.

50%

socialinės rizikos šeimų į apskaitą įrašytos dėl tėvų piktnaudžiavimo alkoholiu.

PIKтнаUDŽIAUJANČIO ALKOHOLIU ARTIMIEJI PATIRIA DAR DIDESNĘ STIGMĄ IR ATSKIRTĮ NEI PATS GERIANTYSIS.

AŽK EKONOMINIAI RODIKLIAI

Taip pat buvo tiriama socialinė ir ekonominė alkoholio vartojimo žala [44]. Į AŽK kaštus Lietuvoje buvo įtraukta:

1. Avarijose ir autoįvykiuose patirti kaštai (įvykusių dėl neblaivių eismo dalyvių kaltės);
2. Išlaidos darbui su socialinės rizikos šeimomis (šeimos, į apskaitą įtrauktos dėl tėvų piktnaudžiavimo alkoholiu);
3. Vaikų globos kaštai (tėvų piktnaudžiavimas alkoholiu- viena iš pagrindinių priežasčių, dėl kurių vaikai patenka į valstybės globą (86 proc. Visų atvejų [40, 44]);
4. Nusikalstamos veiklos, padarytos neblaivių asmenų;

**69
MLN**

2016 metų duomenimis, AŽK be nusikalstamumui tenkančių išlaidų siekė daugiau nei 69 mln eurų,

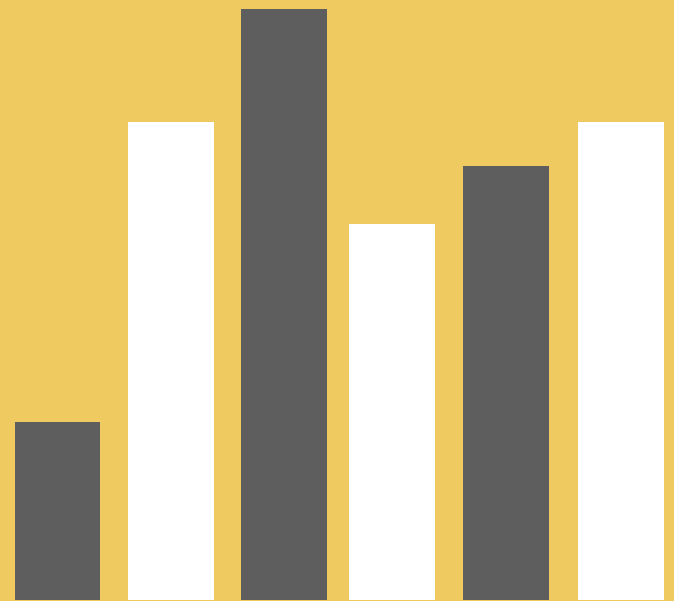
Tai sudarė apie ketvirtadalį nuo bendrai nustatytos alkoholio vartojimo ekonominės naštos.

Kadangi nusikalstamumo kaštai turi tiesioginį ryšį su AŽK, todėl pridodant ir nusikalstamumui tenkančias išlaidas,

*AŽK 2016 m. sudarė **37 proc.** nuo bendros alkoholio vartojimo ekonominės naštos.*

AŽK EKONOMINIAI RODIKLIAI

VISI SU ALKOHOLIO
VARTOJIMU ŠIEJAMI
SOCIALINĖS ŽALOS KAŠTAI



Žalos kategorija (kaštai, eurai)	2015 m.	2016 m.
Autoįvykiai (draudimo išmokos dėl autoįvykių)	16 372 554	16 692 359
Žala šeimai (socialinių darbuotojų darbo užmokestis)	2 790 540	2 998 147
Žala šeimai (socialinės pašalpos)	2 858 700	2 796 800
Žala vaikams (išlaidos mokykliniams reikmenims)	277 749	322 962
Žala vaikams (nemokamas maitinimas)	1 425 294	1 314 563
Žala vaikams (vaikų globa, įsikūrimas)	46 985 511	45 288 947
Iš viso	70 710 348,00	69 413 778,00

11 pav.
NTAKD "Alkoholio vartojimo sąlygojamas žalos Lietuvoje
skaičiavimo metodikos parengimas ir žalos įvertinimas 2015 m.
ir 2016 m."



X. IŠVADOS

IŠVADOS

Priklausomybė nuo alkoholio, žalingas ar rizikingas alkoholio vartojimas daro žalą ne tik vartojančio žmogaus sveikatai, socialiniam ratui, bet ir paveikia artimuosius: šeimą, draugus ar kolegas darbe.

Priklausomų žmonių nuo alkoholio artimieji patiria stresą, nerimą, neretai tampa smurto artimoje aplinkoje aukos, turi prisiimti daugiau atsakomybių, todėl psichologinė ar socialinė pagalba artimiesiems - itin reikalinga.

Lietuvoje, nors ir tendencijos rodo, jog alkoholio suvartojimas mažėja pasitelkus alkoholio kontrolės priemones, tai vis tiek išlieka viena iš pagrindinių rizikų sveikatai ir socialinei aplinkai. Šie rodikliai vis dar yra vieni aukščiausių tarp ES šalių.

Alkoholio vartojimo motyvai Lietuvoje nurodo, kad priežastis slypi psichikos sveikatos klausimuose, kadangi nurodomos priežastys yra susijusios su noru užsimiršti ar pasijausti geriau, kai yra liūdna, baime nepritapti.

Nors Lietuvoje yra nemažai organizacijų, teikiančių pagalbą priklausomų asmenų artimiesiems, visgi teikiama pagalba fragmentiška ir nėra vienodai prieinama visiems šalies gyventojams.

Alkoholio žala kitiems nei pats geriantysis pasaulyje pradėta vertinti plačiau nei vairavimas apsvaigus, vaisiaus alkoholinis sindromas ar nusikalstamumas ir AŽK tapo viena iš PSO prioritetinių sričių.

Nežiūrint į tai, jog AŽK rodiklis šeimose, gyvenančiose su alkoholio vartojimo problemų turinčiu asmeniu siekia 94 %, o ekonominė AŽK Lietuvoje 2016 metais sudarė daugiau nei 69 mln eurų, mūsų šalyje politiname lygmenyje AŽK yra pripažinta labai fragmentiškai.

Priklausomų žmonių artimieji pagalbos vis dar labiau linkę ieškoti savo aplinkoje, o ne specialistų tarpe. Tai byloja apie pagalbos paslaugų plėtimo ir prieinamumo didinimo poreikį visoje šalyje.

Vaikai - pažeidžiamiausia kopriklausomų asmenų grupė, kurios fiziniam ir kognityviniam formavimuisi tėvų piktnaudžiavimo alkoholiu sukelta žala yra pati didžiausia. Socialinės informacinės prevencijos kampanijos ir ankstyvosios intervencijos programos plėtra leidžia laiku pasiekti vis daugiau jaunuolių, tad reikalinga įtraukti kuo daugiau savivaldybių.

Alkoholio žalos kitiems tema apleista įstatyminiame lygmenyje - Lietuvoje alkoholio žalos (AŽ) traktavimą politiniame lygmenyje apsprendžia LR alkoholio kontrolės įstatymas, kuriame, išskyrus vairavimą išgėrus, alkoholio žala kitiems nėra minima. AŽK rodiklių įtraukimas užtikrintų stebėseną ir problemos pripažinimą politiniame lygmenyje.

The background features a large, bright yellow diagonal shape that cuts across the page from the top-left to the bottom-right. Behind this shape, there are two nature photographs: the top-right portion shows a serene mountain lake with a turquoise hue, reflecting the surrounding steep, rocky mountains under a cloudy sky; the bottom-left portion shows a wide, sandy beach with gentle waves washing onto the shore under a bright, hazy sky.

XI. BIBLIOGRAFIJA

BIBLIOGRAFIJA

1. PSO (2016). *Global alcohol report. Country profiles: Lithuania*. Prieiga internete: https://www.who.int/substance_abuse/publications/global_alcohol_report/profiles/ltu.pdf
2. Statistikos departamentas (2018). *Alkoholio ir tabako vartojimas ir padariniai 2018 m.* Prieiga internete: <https://osp.stat.gov.lt/informaciniai-pranesimai?articleId=6338911>
3. Statistikos departamentas (2019). *Neblaivių asmenų padarytos nusikalstamos veikos*. Prieiga internete: https://osp.stat.gov.lt/EN/statistiniu-rodikliu-analize?hash=d8d026ed-2953-46fb-89e2-829ceb2f896c#
4. Štelemėkas, M., Tamutienė, I., Liutkutė-Gumarov, V., Makutėnaitė, M., Jogaitė, B., & Telksnys, T. (2018). *Alkoholio vartojimo sąlygojamos žalos Lietuvoje skaičiavimo metodika ir žalos įvertinimas 2015 ir 2016 m.*
5. Hurcom, C., Copello, A., & Orford, J. (2000). *The family and alcohol: Effects of excessive drinking and conceptualizations of spouses over recent decades. Substance Use & Misuse, 35(4), 473-502.*
6. Public Health England (2019). *The range and magnitude of alcohol's harm to others* A report delivered to the Five Nations Health Improvement Network.
7. PSO, (2018). *Global status report on alcohol and health 2018*. Prieiga internete: https://www.who.int/substance_abuse/publications/global_alcohol_report/en/
8. PSO, (2018). *Fact sheets: Alcohol*. Prieiga internete: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/alcohol>
9. PSO, (2009). *Global Health Risks: Mortality and burden of disease attributable to selected major risk factors*. Geneva
10. PSO, (2010). *Global strategy to reduce the harmful use of alcohol*. Prieiga internete: https://www.who.int/substance_abuse/activities/gsrhual/en/
11. PSO, (2018). *Global Status Report (GSR) on Alcohol and Health*. Prieiga internete: https://www.who.int/substance_abuse/publications/global_alcohol_report/en/
12. Dale CE, Livingston MJ. (2010). *The burden of alcohol drinking on co-workers in the Australian workplace*. Med J Aust.
13. PSO, (2012). *World Health Organization/ThaiHealth International Collaboration Research Project. The Harm to Others from Drinking*. Geneva: World Health Organization;
14. PSO, (2020). *Accelerating action to reduce the harmful use of alcohol*. Prieiga internete: [https://apps.who.int/gb/ebwha/pdf_files/EB146/B146\(14\)-en.pdf](https://apps.who.int/gb/ebwha/pdf_files/EB146/B146(14)-en.pdf)
15. OECD, (2018). *OECD Reviews of Health Systems Lithuania 2018 Assessment and Recommendations*
16. PSO (2019). *Alcohol consumption harm policy responses 30 European countries 2019*. Prieiga internete: https://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0019/411418/Alcohol-consumption-harm-policy-responses-30-European-countries-2019.pdf?ua=1
17. Higienos institutas (2017). *Alkoholio vartojimo padariniai Lietuvos gyventojų sveikatai*. Prieiga internete: <http://www.hi.lt/uploads/pdf/leidiniai/Informaciniai/Alkoholio%20vartojimas.pdf>
18. Moskalewicz, J., Room, R., & Thom, B. (2016). *Comparative monitoring of alcohol epidemiology across the EU. Baseline assessment and suggestions for future action. Synthesis report*. Joint Action on Reducing Alcohol Related Harm (RARHA), 150.
19. Higienos institutas (2019). *Savivaldybių visuomenės sveikatos stebėsenos ataskaitos*. Prieiga internete: <http://www.hi.lt/lt/savivaldybiu-visuomenes-sveikatos-stebesenos-ataskaitos>

BIBLIOGRAFIJA

20. Unicef (2007), Child poverty in perspective: An overview of child well-being in rich countries. Prieiga internetu: <http://www.unicef.org/media/files/ChildPovertyReport.pdf>
21. Bulotaitė, L. (2009). Priklausomybių anatomija. Narkotikai/ Alkoholis/ Lošimas/ Internetas/ Darbas/ Pirkimas. Vilnius: Tyto alba.
22. Gudžinskienė, V., Gedminienė, R. (2011). Alkoholizmo kaip šeimos ligos samprata. Socialinis ugdymas, 14 (25): 45–54.
23. Moskalenko, V. D. (1991). The child, whose parents are alcoholics: psychological portrait. Voprosy Psikologii, 4, 65-73.
24. Kaliaitkaitė, J. (2015). Priklausomybė - visos šeimos liga. Prieiga internete: <https://www.bernardinai.lt/justina-kaliatkaite-priklausomybe-visos-seimos-liga/>
25. Dvareckas, K. Navickas, A. (2018). Pokalbis su psichologe Justina Kymantiene apie priklausomybę sergančiųjų artimuosius: jų problemas, dilemas ir galimybes. Prieiga internete: <http://nebenoriu-losti.lt/2018/08/28/pokalbis-su-psichologe-justina-kymantiene-apie-priklausomybe-serganciuju-artimuosius-ju-problemas-dilemas-ir-galimybes/>
26. Goštautaitė Midttun, N. (2017) Pagalba vaikams, kurių šeimos nariai alkoholį vartoja žalingai: informacinis leidinys. Vilnius: Valstybinis psichikos sveikatos centras.
27. Bankauskienė, I., Gedminienė R., Mackevič, O., Veromej, T. (2017) Informacinis leidinys tėvams apie psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo ir azartinių lošimų prevenciją „Vaikai seka tėvų pavyzdžiu“. Vilnius: Narkotikų, tabako ir alkoholio kontrolės departamentas. Prieiga internete: <https://ntakd.lrv.lt/uploads/ntakd/documents/files/Vaikai%20seka%20t%C4%97v%C5%B3%20pavyzd%C5%BEiu.pdf>
28. Vakarų ekspresas. Suaugusių alkoholikų vaikų istorijos.(2020) Narkotikų, tabako ir alkoholio kontrolės departamentas. Prieiga internete: <https://www.ve.lt/naujienos/visuomene/sociumas/suaugusiu-alkoholiku-vaiku-istorijos-1773110/>
29. Moskalewicz, J., Room, R., & Thom, B. (2016). Comparative monitoring of alcohol epidemiology across the EU. Baseline assessment and suggestions for future action. Synthesis report. Joint Action on Reducing Alcohol Related Harm (RARHA), 150.
30. Štelemėkas M., Tamutienė I., Liutkutė-Gumarov V., Makutėnaitė M., Jogaitė B., Telksnys T. (2018). Alkoholio vartojimo sąlygojamas žalos Lietuvoje skaičiavimo metodika ir žalos įvertinimas 2015 ir 2016 m. Kaunas: Lietuvos sveikatos mokslų universitetas.
31. Ankstyvosios intervencijos programos įgyvendinimo ataskaita 2019. Narkotikų, tabako ir alkoholio kontrolės departamentas. Prieiga internete: https://ntakd.lrv.lt/uploads/ntakd/documents/files/PREVENCIJA/1/AI%20%20ATASKAITA%202019_2020-06-03.pdf
32. Ankstyvoji intervencija. Narkotikų, tabako ir alkoholio kontrolės departamentas. Prieiga internete: <https://ntakd.lrv.lt/lt/prevencija/ankstyvoji-intervencija>
33. Socialinė informacinė kampanija „Pirmiausia – išklausk“. (2020) Prieiga internete: <https://ntakd.lrv.lt/lt/prevencija/psichoaktyviuju-medziagu-vartojimo-prevencijos-kampanijos/socialine-informacine-kampanija-pirmiausia-isklausk>
34. Alkoholio vartojimo problema šeimoje: apie visuomenę ir visuomenei. (2018) „Mentor Lietuva“ ir Narkotikų, tabako ir alkoholio kontrolės departamentas. Prieiga internete: https://ntakd.lrv.lt/uploads/ntakd/documents/files/Tyrimo%20ataskaita_OK.pdf

BIBLIOGRAFIJA

35. Socialinės paramos šeimai informacinės sistemos (SPIS) duomenų analizė. (2018) Prieiga internete:<https://vaikoteises.lt/media/file/SPIS%20ataskaita%20sutvarkyta.pdf>
36. Tai, Yen F., John B. Saunders, and David S. Celermajer. Collateral damage from alcohol abuse: The enormous costs to Australia. *The Medical Journal of Australia* 168.1 (1998): 6-7; Giesbrecht, Norman, Samantha Cukier, and D. A. N. Steeves. Collateral damage from alcohol: implications of 'second-hand effects of drinking' for populations and health priorities. *Addiction* 105.8 (2010): 1323-1325.
37. Wechsler, Henry, and Toben F. Nelson. What we have learned from the Harvard School of Public Health College Alcohol Study: Focusing attention on college student alcohol consumption and the environmental conditions that promote it. *Journal of Studies on Alcohol and Drugs* 69.4 (2008): 481-490.
38. Burgess, Adam. "Passive drinking": A 'good lie' too far?. *Health, risk & society* 11.6 (2009): 527-540.
39. Greenfield, Thomas K., et al. Externalities from alcohol consumption in the 2005 US National Alcohol Survey: implications for policy. *International journal of environmental research and public health* 6.12 (2009): 3205-3224.
40. Tamutienė, Ilona. (2014) Construction of social exclusion in the case of harmful alcohol use. *European Journal of Research on Education* 2.2: 116-126.
41. Tamutienė, I Bučaitė Vilké (2015) Nesaikingo alkoholio vartojimo padariniai: socialinės žalos ir atskirties kontekstas [Consequences of excessive alcohol use: social harm and social exclusion context] In J. Socialinė atskirtis ir geras gyvenimas Lietuvoje : 263-308.
42. Song, Hayeon, Hochang Shin, and Youngmi Kim. (2015) Perceived stigma of alcohol dependency: Comparative influence on patients and family members. *Journal of Substance Use* 20.3: 155-161.
43. Tamutiene, Ilona, and Anne-Marie Laslett. (2017) Associative stigma and other harms in a sample of families of heavy drinkers in Lithuania. *Journal of Substance Use* 22.4: 425-433.
44. Štelemėkas, M. (2014). Alkoholio vartojimo socialinė ir ekonominė žala Lietuvoje. Daktaro disertacija, Lietuvos Sveikatos mokslų universitetas

PROKETTO KOMANDA



**MONIKA
BUDRYTĖ**



**JULIJA
JANKAITĖ**



**GUOSTĖ
SUCHADOLSKIENĖ**
