

# Jak pomóc mężowi uzależnionemu od alkoholu

Ostatnio do jednego ze specjalistów przyszła zrozpaczona kobieta. Opowiedziała swoją historię, w której niestety niektórzy z Was znajdą wspólne elementy. Od pięciu lat są małżeństwem. Mąż jest biznesmenem, codziennie ma bardzo dużo pracy, stres jest na porządku dziennym. Na początku mąż lubił sobie po prostu wypić wieczorkiem piwko. Później ich ilość zwiększała się, to było takie wieczorne oczyszczenie po stresach dnia. Codziennie dwa piwka, niby nic, a jednak. Każdy myśli, że przecież to nic złego. Później ilość zaczęła się drastycznie zwiększać, prośby kobiety nie przynosiły skutku a relacje psuły się diametralnie. Od tych niewinnych piwek mąż zaczął naprawdę pić, upijać się codziennie z kolegami na umór. Mąż zupełnie nie widzi problemu a żona znajduje pochowane kolejne puste butelki.

## Co w takim wypadku zrobić?



Sytuacja niestety nie jest łatwa. Niestety często groźby i płacz nie przynoszą skutków. Niestety coraz częściej okazuje się, że trzeba totalnie stoczyć się na dno, sięgnąć tego dna żeby się odbić. Żona jednak musi być osobą silną, która nigdy się nie poddaje. Proponujemy, aby kobieta znajdująca się w podobnej sytuacji jak najszybciej udać się do [poradni leczenia](#)

[alkoholizmu](#). Tam na nią będzie czekała cała rzesza specjalistów, która nie tylko wesprze dobrym słowem, ale także dokładnie powie co należy robić, a czego unikać. Musimy pamiętać, że kobieta jest w niezwykle ciężkiej sytuacji, która także zostaje obciążona psychicznie. Okazuje się, że takie wsparcie specjalistów i nakierowanie żony może być totalnie kluczowe w **leczeniu alkoholizmu**! Szybka reakcja żony może uchronić całą rodzinę od tragedii.

Znalezienie takiego ośrodka nie jest trudne wystarczy odwiedzić [Ranking Ośrodków Leczenia Alkoholizmu](#). Niemal w każdym mieście istnieją wyspecjalizowane kliniki lub choćby grupy AA pomagające osobom uzależnionym od alkoholu. Jednak nie wszystkie placówki są dobre, dlatego lepiej jest zdać się na specjalistów prowadzących ranking. Nie należy wstydzić się, to czyn bohaterski, że chcemy wziąć sprawę w swoje ręce i obronić rodzinę.

---

## Czy terapia alkoholowa pomaga?

Wiele osób, które w sposób pośredni lub bezpośredni zetknęły się z **alkoholizmem** zadają sobie pytanie czy [terapia alkoholowa](#) pomaga. Otóż trzeba śmiało i zdecydowanie powiedzieć, że skutecznie przeprowadzona terapia oraz konsekwencja samego pacjenta



sprawiają, że skutki terapii są bardzo zadowalające. Okazuje się, że wykwalifikowani specjaliści są w stanie wyciągnąć z

choroby alkoholowej nawet bardzo ciężkie przypadki. Co jest ważne? Zobaczmy sami!

## **Żeby terapia alkoholowa przyniosła skutek należy pamiętać o kilku ważnych zasadach:**

- **terapię warto rozpocząć jak najszybciej.** Oznacza to, że jeśli u siebie lub u bliskich zobaczymy wyraźne oznaki alkoholizmu, już powinniśmy szukać odpowiedniego ośrodka leczenia uzależnień
- **warto wybrać taki [ośrodek leczenia uzależnień](#),** który może pochwalić się wieloma sukcesami. Istnieją różne metody leczenia alkoholizmu a ośrodki proponują najróżniejsze warunki. Naszym zdaniem, by terapia miała dobry skutek, pacjent musi być otoczony przyjazną atmosferą, godnymi warunkami, dobrym jedzeniem oraz spokojem, by czuł się całkowicie anonimowy
- **przy powodzeniu terapii ważne jest także wsparcie całej rodziny.** Pamiętajmy o tym, że nasz bliski potrzebuje wiele rozumienia i wsparcia, ale jednocześnie konsekwencji z naszej strony. Unikajmy wraz z nim sytuacji kuszących, starajmy się mu stworzyć warunki do dobrego leczenia
- **kluczowym elementem jest samo nastawienie chorego oraz motywacja do zmiany swojego życia.** To nad tym głównie pracują terapeuci. Ważna jest siła woli, ćwiczenie charakteru oraz wiele innych czynników. To sam chory musi postanowić, że chce wyjść z nałogu. Nikt nie może go zmusić do leczenia.
- **terapia alkoholowa musi być przeprowadzona od początku do końca.** Nie powinno się jej przerywać.

Należy więc śmiało podkreślić, że każda terapia alkoholowa ma sens. A My trzymamy równie mocno kciuki za każdą za jej powodzenie od początku do końca.

---

# Alkoholizm czy da się wyleczyć?

Alkoholizm to problem, który od pokoleń niszczy ludzkie relacje, życie, osiągnięcia, rodziny a nawet prowadzi do śmierci. Odpowiedzią na tę chorobę jest intensywna terapia alkoholowa oraz ogromna siła woli osoby uzależnionej. Jedno z podstawowych pytań, które pojawiają się myśląc o alkoholizmie jest jego wyleczalność.



## **Towarzyszka na całe życie**

Należy śmiało powiedzieć – alkoholizm to choroba chroniczna, czyli taka, której nie można wyleczyć. Jeśli raz poddamy się do reszty pokusie, do końca życia uzależnienie pozostaje z nami. Sytuacja nie musi być jednak tak tragiczna, jeśli chory zdecyduje się poddać skutecznej terapii. Warunek jest jeden – absolutna abstynencja do końca życia.

## **Nawroty choroby**

Jesteśmy tylko ludźmi i wielu zdarzają się chwile słabości. Nawet po wielu wyrzeczeniach, przy ogromnej sile woli i po najlepszej terapii w [prywatnym ośrodku leczenia uzależnień](#) może zdarzyć się, że osoba uzależniona z różnych powodów sięgnie po kieliszek, powodując nawrót choroby. To bardzo niebezpieczna sytuacja, na którą należy natychmiastowo reagować.

## Leczenie alkoholizmu

Statystyki pokazują, że leczenie alkoholizmu na własną rękę nie przynosi oczekiwanych rezultatów. Osoby chore trafiają zazwyczaj do ośrodków odwykowych, gdzie na początku czeka ich niezbędna w wielu wypadkach detoksykacja. Następnie rozpoczyna się terapia, polegająca na uczestnictwie w szeregu zajęć, prowadzonych przez doświadczonych terapeutów. Prywatne ośrodki leczenia uzależnień proponują zazwyczaj ciekawy i co najważniejsze skuteczny program leczenia, oparty na terapii grupowej, zajęciach sportowych, oglądaniu filmów edukujących czy otwartych dyskusjach.

Jako że alkoholizm jest chorobą nieuleczalną, po zakończonej terapii pacjenci są zapraszani do udziału w cotygodniowych spotkaniach. To umożliwia im utrzymanie wysokiej motywacji do życia w trzeźwości oraz kontroli nad własnymi słabościami.

---

## Pierwsze objawy choroby alkoholowej

### **Pierwsze objawy choroby alkoholowej – bądź czujny!**

Choroba alkoholowa może zniszczyć nie tylko nasz organizm, ale całe dotychczasowe życie, które budowaliśmy przez lata w pocie czoła. Początki natomiast są często bardzo niewinne – kolejny kieliszek, wesołe picie ze znajomymi, inicjowanie spotkań alkoholowych tylko wyglądają tak niewinnie. Warto więc wiedzieć jak wyglądają początki choroby alkoholowej, by móc

jak najwcześniej zareagować i poddać się kompleksowemu leczeniu w dobrej prywatnej klinice leczenia uzależnień.



## Na co należy zwrócić uwagę?

Jeśli u siebie lub w swoim najbliższym otoczeniu zauważycie następujące objawy, warto jak najszybciej zgłosić się do dobrego specjalisty, któremu temat uzależnień nie jest obcy. Takie osoby można znaleźć w prywatnych klinikach odwykowych. Poniżej przedstawiamy najbardziej niepokojące rzeczy:

- alkohol staje się odpowiedzią na niepowodzenia, stres w życiu, ciężką sytuację czy problemy
- można zauważyć zwiększenie ilości i częstotliwości wypijanego alkoholu
- niemożność napicia się powoduje u alkoholika rozdrażnienie
- pojawia się tzw. urwany film, alkoholik nie pamięta co działo się po wypiciu alkoholu
- coraz częściej sięga się po alkohol w celu zabicia objawów kaca
- coraz łatwiej można się upić
- alkoholik zaczyna pić w sytuacjach niedozwolonych (np. w pracy, będąc w ciąży czy przed prowadzeniem pojazdu)

Pojawienie się tych objawów sprawia, że alkohol naprawdę zbyt mocno zaczął o sobie dawać znać w naszym życiu.



Najlepszym wyjściem z tej sytuacji jest [dobry prywatny ośrodek leczenia uzależnień dla alkoholików](#). Już na pierwszych etapach można zastosować [terapię odwykową](#). W takiej klinice specjaliści pokierują terapią. Wszyscy zgodnie potwierdzają, że

im wcześniej rozpocznie się leczenie, tym bardziej widoczne są efekty i możliwość całkowitej możliwości do normalnego życia.

W skrócie: nasza recepta na pierwsze objawy alkoholizmu? Dobry prywatny ośrodek leczenia uzależnień dla alkoholików. Taka klinika to dyskrecja i skuteczne leczenie.

---

## [Alkoholizm dane statystyczne](#)

Alkoholizm w statystykach, czyli liczby nie kłamią

Dziś chcielibyśmy podać kilka niezbitych dowodów, że niekontrolowane picie alkoholu może być naprawdę tragiczne w skutkach. Tylko niewielka część osób uzależnionych od alkoholu, zgłasza się do [ośrodka leczenia alkoholizmu](#) z prośbą o pomoc. Przedstawimy kilka faktów opartych na realnych liczbach.

### **Polska „kultura” picia**

Chyba każdy wie jak wyglądają polskie imprezy i święta. Na stole musi pojawić się alkohol i nie byłoby w tym nic dziwnego, gdyby nie wmuszano go w osoby, które tego nie chcą. „Ze mną się nie napijesz?”, „No to jeszcze po jednym” i inne teksty są na porządku dziennym. Szacuje się, że średnio na

jednego Polaka przypada 12,5 litra alkoholu rocznie. Rzeczywiście te dane mogą być bardzo zaniżone.

## Ciąża a alkohol



Niestety – choć może to wydawać się niewiarygodne – nawet kobiety ciężarne sięgają po alkohol. I nie są to pojedyncze przypadki, ale aż 30%! Rodzą się dzieci, które już od pierwszego dnia skazane są na skutki dziania alkoholu. Mają zaburzenia rozwojowe, zwiększa się tendencja do alkoholizmu.

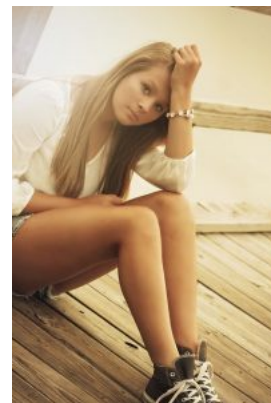
## Kierowcy z procentem

Niestety kierowcy też nie stronią od alkoholu. Pomimo wielu głośnych akcji w Polsce w styczniu 2017 roku zatrzymano aż ponad 300 nietrzeźwych kierowców! Liczba wypadków z ich udziałem też jest znacznie większa, niż u trzeźwych kierowców.

## Alkohol u nastolatków



Choć sprzedaż alkoholu osobom nieletnim jest zakazana, szacuje się, że nawet 84% nastolatków sięga po napoje wyskokowe! Najchętniej wybieranym alkoholem jest z pozoru niewinne piwo.



## Kto jest najczęściej narażony na alkoholizm?

Badania pokazują, że najbardziej narażoną na chorobę alkoholową są osoby pracujące powyżej 48 godzin. Wydaje się więc, że po alkohol sięgają osoby podatne na stres, zmęczone, z pozoru mające uporządkowane życie.

## Czym jest alkoholizm?

Alkoholizm to choroba chroniczna, czyli nieuleczalna, objawiająca się piciem częstszym i w większych ilościach. Wyróżnia się uzależnienie fizyczne i psychiczne, które idą ze sobą w parze. Złagodzenie objawów alkoholizmu powoduje kompleksowa [terapia antyalkoholowa](#) połączona z ogromną siłą woli oraz pomocą ze strony otoczenia.

---

## Alkoholizm – czym jest?

Osoby, które mają w swoim otoczeniu alkoholika, lub same mają lub miały problem z ilością wypijanego alkoholu doskonale wiedzą, że alkoholizm to bardzo poważna choroba, która może mieć bardzo tragiczne skutki. Warto sobie uświadomić czym

właściwie jest alkoholizm i do jakich konsekwencji prowadzi.

## Choroba alkoholowa



Wobec alkoholizmu nikt nie jest bezpieczny. Oczywiście istnieją uwarunkowania genetyczne, ale niestety każdy musi trzymać się na baczności, by nie dać się wplątać w sidła tej zabójczej choroby. Przebieg alkoholizmu ma podobną formę u każdego. Wyróżnia się zazwyczaj 4 fazy alkoholizmu – im dalej zabrnjemy, tym trudniej będzie walczyć z nałogiem.

Należy mieć świadomość, że alkoholizm to choroba chroniczna, czyli nieuleczalna. Można zahamować jej rozwój, złagodzić objawy, ale już do końca życia picie jakiegokolwiek alkoholu jest zakazane, by zapobiec nawrotom choroby.

Alkoholizm można podzielić na uzależnienie psychiczne i fizyczne. Te dwa czynniki bierze się szczególnie pod uwagę podczas [terapii alkoholizmu](#). Uzależnienie psychiczne objawia się poprzez niepohamowaną chęć wypicia alkoholu, wskutek czego poprawia się chwilowo samopoczucie i zapomnienie o problemach.



Uzależnienie fizyczne to wzrost tolerancji na alkohol (tylko w

ostatniej fazie ta tolerancja spada). Organizm odczuwa głęboki dyskomfort jeśli nie dostarczymy mu odpowiedniej porcji alkoholu. W przeciwnym razie pojawiają się objawy somatyczne, niepokój, dreszcze itp.

## **Ałkoholizm – dane statystyczne**

Statystyki pokazują, że osoby uzależnione żyją średnio 10-15 lat krócej. To sprawa zabójczej substancji, jaką jest alkohol. Szacuje się także, że na jednego Polaka rocznie przypada 12,5 litra alkoholu. Istnieją jednak jeszcze bardziej zatrważające dane. Mówi się, że nawet 30% ciężarnych kobiet sięga po alkohol! Aż 9 tysięcy dzieci urodziło się z różnymi wadami, spowodowanymi działaniem alkoholu. Te liczby mocno trafiają do serca i pozostawiają otwarte pytanie – czy warto ryzykować pojawienie się choroby dla kilku chwil przyjemności? Stójmy zawsze na baczności.