



HOITOKOKONAISUUS MINNESOTA-HOIDOSSA ON 1 VUOSI.

Hoitokokonaisuuteen kuuluu:

Perushoito hoitolaitoksella kestää vähintään 28 vuorokautta. Tarvittaessa hoitoaikaa voidaan jatkaa.

Perhepäivät (4vrk)

Lapualla perushoitojakson kolmannen viikon lopulla.

Jatkohoito kerran viikossa 48 viikon ajan.

Toipuvan alkoholistin lisäksi jatkohoitoon ovat oikeutettuja Perhepäiville osallistuneet läheiset. Jatkohoitoa annetaan 15 paikkakunnalla Suomessa.

Lisäviikko (7 vrk)

Lapualla on raittiille alkoholistille käytettävissä perushoidon jälkeen hänen itse valitsemana ajankohtana.

Minnesota-hoidossa Lapualla jo noin 5000 perhettä on saanut avun.



PÄIVÄOHJELMA

08:00–12:00	Ohjattua terapiaa
12:00–13:30	Ruokailu + tauko
13:30–17:00	Ohjattua terapiaa
20:00–21:30	Iltamietiskely

Minnesota-hoito perustuu todellisuusterapiaan ja 12 askeleen toipumishjelmaan, jossa jokainen itse ottaa vastuun teoistaan ja toipumisestaan. Päiväohjelmassamme on paljon ohjattua terapiaa sekä keskustelua toisten potilaitten kanssa. Toipumisen lähtökohta on, että potilas kertoo itselleen, toisille potilaille ja terapeutille koko elämänsä. Paino on oman päihdehistorian avoimessa ja rehellisessä esiintuomisessa. Potilasta autetaan ymmärtämään sairautensa koko kuva kaikkine seurauksineen. Hoidon aikana potilaat toimivat toinen toistensa peleinä. Potilaat ovat keskenään tasa-arvoisia.

Perushoito on tiivis kokonaisuus, jonka aikana keskitytään ainoastaan alkoholismi sairauden hoitoon. Sairaus on kaikilla sama.

PERHEPÄIVIEN OHJELMA

Perjantai klo 14:30

Informaatiotilaisuus alkoholismi sairaudesta

– päihdeterapeutti

Lauantai klo 10:00

Elämä alkoholistin läheisenä, läheisriippuvuus, alkoholistiperheen roolit

– päihdeperheterapeutti

Klo 18:00 – n. 23:00 Kohtaaminen

– päihdeterapeutti

Sunnuntai klo 09:00 Läheisen oma toipuminen ja tulevaisuus

– päihdeperheterapeutti

Maanantai klo 09:00 Kohtaaminen

– päihdeterapeutti

Minnesota-hoidossa hoitoprosessiin otetaan mukaan aina myös hoidossa olevan päihderiippuvaisen eli potilaan läheiset. Perhepäivien aikana läheiset saavat tietoa alkoholismi sairaudesta ja pääsevät jakamaan kokemuksia toisten samassa tilanteessa olevien kanssa. Lauantai-illan kohtaamisessa he saavat turvallisessa ympäristössä kertoa potilaalle, miltä elämä on tämän lähellä tuntunut. Tapaaminen on haastava, mutta myös vapauttava. Kieltäminen, alkoholismin pahin oire, murtuu viimeistään kohtaamisessa.

JATKOHOITO

Alkoholistin toipumisen kannalta on tärkeää, että myös läheiset saavat tietoa sairaudesta. Läheisten toipumisen kannalta on yhtä tärkeää, että hekin saavat hoitoa. Perushoidon käyneet raittiit alkoholistit sekä Perhepäiville osallistuneet läheiset kokoontuvat viikoittain jatkohoitoryhmiin. Jatkohoitoryhmät toimivat itseohjautuvasti eli terapeuttimme ovat mukana kokoontumisissa vain tarvittaessa.

Depressio, masennus.

Tavallinen tila alkoholistilla koko sairauden ajan. Hoitamattoman alkoholismin myöhemmissä vaiheissa melkein kaikki potilaat kokevat masennusta, ja silloin itsemurha on tavallisin kuolinsyy. Oire on seurausta alkoholin vaikutuksesta keskushermostoon, kun kyvyttömyys kokea tunteita toistuu jatkuvasti. On kuin päihteen vaikutus mielihyvakeskukseen sammuttaisi kyvyn tuntea iloa.

Tämä ”kemiallisen depression” oirekuva muistuttaa psyykkistä sairautta. Alkoholin aiheuttama depressio on kuitenkin harvoin hoidettavissa antidepressiivisillä lääkkeillä. Tavallista on, että se häviää itsestään ilman erityistä hoitoa muutamassa viikossa, kun potilas raitistuu.

Lähde: Söderling, Lars. 1993. Alkoholismin Aakkoset. s.131

KEMIALLINEN RIIPPUVUUS – LÄÄKKEET

Alkoholi on mieleen ja tunteisiin vaikuttava kemiallinen aine. Alkoholismissa on kyse keskushermostoperäisestä kemiallisesta riippuvuudesta, joka sairastuttaa mielen ja tunne-elämän. Alkoholismi on sairaus, joka hallitsee uhriaan sekä fyysisesti että psyykkisesti. Termi alkoholismi ei kuitenkaan riitä kertomaan koko totuutta. Koko ajan lisääntyy keskushermostoon vaikuttavien lääkkeiden käyttö alkoholin rinnalla, eli sekakäyttäjien määrä suhteessa puhtaisiin alkoholisteihin kasvaa. Siksi emme puhu vain alkoholismista vaan päihderiippuvuudesta.

Päihdettä ei voi vaihtaa toiseen, sillä päihderiippuvaiselle yksi milligramma pääasiallisesti keskushermostoon vaikuttavaa lääkettä (esim. Diapam, Oxepam, Xanax, Risolid tai Tenox) on huumetta ja johtaa väistämättä peruspähteeseen eli alkoholiin tai huumeisiin.

Päihteen käyttäjistä noin 10 % sairastuu päihderiippuvuuteen. Toipukseen päihderiippuvainen tarvitsee hoitoa. Toipumisen ainoa vaihtoehto on täysin päihteen elämäntapa.

