

Tere!

Kirjutame Teile Tervise Arengu Instituudist programmi „Kainem ja tervem Eesti“ nimel. Soovime lähemalt tutvustada programmi võimalusi, millest sotsiaaltöötajal ja lastekaitsetöötajal, aga ka muudel kohaliku omavalistuse spetsialistidel võiks oma töös kasu olla. Palume kirja edastada ka teistele kolleegidele, kes alkoholi tarvitamise häire ja selle ravi teemaga oma töös kokku võivad puutuda.

Programmi „Kainem ja tervem Eesti“ eesmärk on alkoholi liigtarvitamise ja sellega kaasnevate kahjude vähendamine. Programmi raames tegeleme järgmiste teemadega:

* alkoholi liigtarvitamise ennetamine <http://terviseinfo.ee/et/valdkonnad/alkohol/kainem-ja-tervem-eesti/ennetus> ;

* alkoholitarvitamise häirega patsientidele tänapäevaste ravivõimaluste <http://terviseinfo.ee/et/valdkonnad/alkohol/kainem-ja-tervem-eesti/aravi> tagamine;

* avalikkuse teavitamine <http://terviseinfo.ee/et/valdkonnad/alkohol/kainem-ja-tervem-eesti/teadl...> alkoholitarvitamise häire olemusest ja ravivõimalustest.

Märkame oma töös sageli, et alkoholitarvitamise häire (alkoholi kuritarvitamine ja sõltuvus) ning selle ravi osas on infopuudus suur ja väärarvamusi palju. Seetõttu püüamegi siinkohal tekkinud lünka täita ja alkoholitarvitamise häire ravivõimaluste kohta rohkem infot anda. Enam ei vasta tõele arvamus, et alkoholi tarvitamise häire ravi on Eestis halvasti kättesaadav ja ainus ravivõimalus ampull.

Tervise Arengu Instituudil on lepingud viie haiglaga, kes pakuvad tänapäevast ja professionaalset alkoholitarvitamise häire ravi. Kuna kiire ravile pääsemine on alkoholitarvitamise häirega patsiendi puhul olulise tähtsusega, pääseb vastuvõtule kolme tööpäeva jooksul. Raviteenuse osutajate kontaktid leiate siit: <http://alkoinfo.ee/et/kuhu-poorduda/kust-saada-abi-2/>

Ravi toimub Tervise Arengu Instituudi algatusel valminud ravijuhendi <http://ravijuhend.ee/juhendid/ravijuhendid/146/alkoholitarvitamise-haire...> alusel. Lihtsalt ja lühidalt on ravi põhimõtted kirja pandud ka meie veebilehel: <http://alkoinfo.ee/et/kuhu-poorduda/alkoravi/kuidas-ravitakse-alkoholita...>

Mida alkoholi liigtarvitava kliendiga kohtudes kindlasti meeles pidada:

* Alkoholitarvitamise häiret saab ravida vaid siis, kui inimene ise seda soovib. Sundravi ja kellegi teise tahtel ravile pöördumine ei anna tulemusi, sest enesemotivatsioon on ravi edu alus.

* Alkoholisõltuvus on ajuhaigus, mille puhul inimene võib mõista, et tal on probleem, kuid füüsiline sõltuvus on tema üle võimust võtnud ning ainult tahtejõuga pole võimalik sõltuvust ravida.

* Raviteenusele saab pöörduda siis, kui inimene ei ole purjus. Purjus inimest ei saa teenusele võtta, kuna inimene peab raviga nõustumiseks tegema teadliku otsuse.

* Ravi on pikk protsess (6 kuud-12 kuud) ning toimub valdavalt ambulatoorsest inimest ei panda kogu raviperioodiks haiglasse. Raviga

paralleelselt toimub ka kliendi ühiskonda rehabiliteerimine. Ta võib vajada töökohta, võlanõustamist või tuleb korrastada suhteid lähedastega. Seetõttu on väga oluline, et kohaliku tasandi spetsialistid teeksid raviteenuse osutajaga võimalikult tihedat koostööd. Tihti kuulub ravimeeskonda ka sotsiaaltöötaja, kes on parim lüli tervishoiu ja sotsiaalsüsteemi vahel. Seega julgustame Teid telefoni või e-posti teel raviteenuse osutajaga <http://alkoinfo.ee/et/kuhu-poorduda/kust-saada-abi-2/> ühendust võtma ning välja selgitama, kes on see inimene, kellega koostöös kliendi ravi toetada.

Sellest kõigest plaanime täpsemalt rääkida sügisel erinevates Eesti paikades toimuvatel infopäevadel. Kindlasti anname Teile teada, kui täpsem info on olemas ja registreerumine avatud. Seniks soovime Teile värvilist suve ning edulugusid Teie töös!

Loe ka:

www.terviseinfo.ee/kte

www.alkoinfo.ee

Programmi Kainem ja tervem Eesti naiskond

+372 659 3807

kte@tai.ee

Tervise Arengu Instituut

Hiiu 42, 11619 Tallinn