NARZYNKI — GWINTOWNIKI
MM Metal-Market
HURT DETAL
NARZĘDZIA, art. METALOWE
ul. Mińska 38, tel. 813 99 55
www.metal-market.pl
własny parking P
NARZĘDZIA — ŚRUBY — ZAMKI — LINKI

Alkoholizm to choroba

Mówią, jak trudno im było zdecydować się na terapię, ile nadziei w niej pokładali, ile było w nich entuzjazmu, ile bólu kiedy musieli opowiadać o swoim uzależnieniu, ile radości z pokonywania słabości. Czują się rozczarowani. Terapia ruszyła wartko, by na drugim etapie utknąć na miesiąc. Zachorowała terapeutka, nikt jej nie zastępował. Przez następny miesiąc spotkania były krótsze i rzadsze.

W tym czasie część uczestników jednej z grup terapeutycznych w Poradni terapii uzależnienia od alkoholu i współuzależnienia, przy Jagiellońskiej 34 - zrezygnowała. Gdyby nie oddolna inicjatywa uczestników grupy, którzy zdecydowali, że będą się spotykać bez terapeuty, wykruszyłoby się znacznie więcej osób. Psychologowie są dziś zgodni – psychoterapia – indywidualna i grupowa jest podstawą wychodzenia z uzależnienia. Jej skuteczność zależy w równym stopniu od nastawienia samych uzależnionych jak i od zaangażowania terapeutów. Praca jest żmudna i trwa czasem lata. Pozostawienie uzależnionych samym sobie w trakcie terapii niweczy jej efekt. Wiadomo jednak jakie są realia państwowych placówek leczących uzależnienia – niedobory kadrowe i braki w finansowaniu są powszechne.

Uzależnienie od alkoholu jest chorobą i jako takie jest wpisane do rejestru Światowej Organizacji Zdrowia, ma swój numer statystyczny. Alkoholizm to okresowe picie, któremu towarzyszą doznania w sferze psychicznej i fizycznej, subiektywnie odczuwane jako przyjemne. Osoba uzależniona pije również, by uniknąć złego samopoczucia wynikającego z odstawienia. Istotą choroby jest psychiczne i fizyczne uzależnienie od środka psychoaktywnego jakim jest alkohol. Uzależnienie psychiczne polega na potrzebie picia alkoholu dla poprawy samopoczucia, zaś uzależnienie fizyczne przejawia się we wzroście tolerancji na alkohol, utracie kontroli nad spożytą ilością, niemożnością przerwania picia w z góry zaplanowanym momencie, ciągami, tzw. przerwami w życiorysie i występującym po odstawieniu alkoholowym zespole abstynencyjnym.

Alkoholizm jako chorobą pierwotną może stać się przyczyną powstawania wielu chorób - somatycznych i psychicznych. Początki alkoholizmu są trudne do uchwycenia - granica między piciem towarzyskim a chorobowym jest bardzo płynna, zaś reakcje na alkohol osobnicze. Może się zdarzyć i tak, że długoletnie picie nie degeneruje psychiki i organizmu. Osoby pijące funkcjonują w rodzinie i w społeczeństwie w miarę normalnie. W innych przypadkach długoletnie picie powoduje tak daleko idące zmiany, że wymagają one leczenia na oddziale psychiatrycznym. Inną kategorię stanowią osoby funkcjonujące pozornie normalnie, u których zmiany w psychice są widoczne dopiero po wykonaniu specjalistycznych testów. Symptomy choroby alkoholowej są rozpoznawalne. Nasz niepokój powinny wywołać – zmiana tolerancji na alkohol – w początkowej fazie choroby zwiększenie, w ostatniej fazie – zmniejszenie tolerancji, palimpsesty, tzw. przerwy w życiorysie, które są rodzajem krótkotrwałej amnezji bez utraty przytomności. Światło ostrzegawcze powinno się zapalić kiedy klinujemy, leczymy kaca alkoholem, kiedy tracimy kontrolę nad piciem – nie wiemy ile wypiliśmy, nie jesteśmy w stanie przerwać picia. Konsekwencją tego są ciągi opilcze, które trwają od kilku dni do nawet kilku miesięcy.

Warunkiem wyzdrowienia jest trzeźwienie. Warto rozpocząć leczenie alkoholizmu jak najwcześniej. Nie jest to łatwe, bowiem czujność pijącego jest uśpiona. Długo łudzi się, że jest w stanie kontrolować picie. Choroba może dotknąć każdego – bez względu na status społeczny i ekonomiczny, wiek, płeć, kolor skóry. Zadaniem terapii jest zmiana myślenia, postaw, przekonań, zachowań, przeżywania i odczuwania. Nie jest to jak widać program łatwy i trzeba go potraktować bardzo poważnie. Program przygotowany przez terapeutę, we współpracy z osobą uzależnioną, powinien być na bieżąco modyfikowany, a jako uzupełnienie powinny posłużyć inne formy terapii – Program Dwunastu Kroków Anonimowych Alkoholików, realizowany na spotkaniach Wspólnoty AA. Aby program był pełen, bliscy osoby uzależnionej, współuzależnieni, powinni poddać się terapii na spotkaniach grup Alateen i Al.-Anon.

Często się zdarza, że osoby będące w ciągu są tak zdesperowane, że wyrażają wolę zgłoszenia się na detoksykację czy terapię. Nie mogą jednak na nią liczyć w państwowych placówkach. Warunkiem znalezienia się na oddziale czy w poradni jest wytrzeźwienie, a to często przekracza możliwości alkoholika. Środowiska medyczne powinny poddać tę kwestię weryfikacji, bowiem lwia część prywatnych placówek leczących uzależnienia przyjmuje osoby nietrzeźwe czy będące pod wpływem narkotyków. Problem w tym, że detoksykacja i leczenie w tych placówkach są bardzo drogie.

(joel)

Gdzie szukać pomocy?

Oto kilka adresów:

- Poradnia terapii uzależnienia od alkoholu i współuzależnienia, Jagiellońska 34, tel.: 022 679 21 45;
- Oddział dzienny terapii uzależnienia od alkoholu, Wojewódzki Szpital Bródnowski, ul. Kondratowicza 8, tel.: 022 326 59 40;
- Ośrodek terapii uzależnień przy Instytucie Psychiatrii i Neurologii w Warszawie, al. Sobieskiego 9, tel./fax: 022 651-93-18;
- Przychodnia terapii uzależnienia i współuzależnienia od alkoholu, ul. Ciołka 11, tel. 022 836 01 91, 022 837 81 65;
- Przychodnia terapii uzależnienia i współuzależnienia od alkoholu, ul. Elektoralna 26, tel.: 022 620 35 24;
- Ośrodek terapii uzależnień alkoholowych, ul. Władysława Łokietka 11, tel.: 022 679 21 45;
- Poradnia Leczenia Uzależnień i Współuzależnień, Szpital Wolski, ul. Kasprzaka 17 paw. 6, tel.: 022 389 48 09;

STOMATOLOGIA
PROMOCJA
- wypełnienia 70-80 zł
- korony porcelanowe 370 zł
- zniżki na protezy
- wybielanie zębów
ul. Jagiellońska 3
tel. 022 619-99-99
022 818-44-77
poniedziałki, środy, piątki 15-19

Jeśli masz problemy ze zdrowiem zgłoś się do nas, pomagamy!
Przy bólach mięśni, stawów, nerwobólach, w dolegliwościach układu trawienia, w chorobach układu krążenia, w depresjach, nerwicach i innych.
Zapraszamy na kierowane i kontrolowane oczyszczanie organizmu z toksyn metodą Jozefa Jonaša.
ul. Wysockiego 24 kl. II domofon 1
tel. 0606-442-856

Zaproszenie

Fundacja Hereditas wraz z Urzędem Dzielnicy Praga Północ m.st. Warszawy mają przyjemność zaprosić 20 listopada o godz. 16.30 na promocję książki pt. „Warszawska Praga w latach 1939-1945. Fakty i wspomnienia z czasów terroru" do sali konferencyjnej Urzędu Dzielnicy Praga Północ ul. Kłopotowskiego 15.

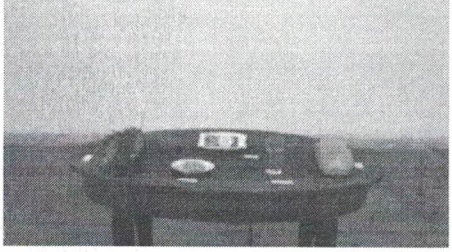
Promocji książki towarzyszyć będzie prezentacja filmu Huberta Kossowskiego pt. „VI i VII Obwód AK" oraz nagrania z relacją komendanta VI Obwodu AK, płka Antoniego Władysława Żurowskiego ps. „Andrzej".

Zacisze luksus wśród willi!
KLIMATYZACJA GRATIS!

- metraże od 45-88 m²
- cena na dziś od 7000 zł/m²
- kameralny, chroniony budynek
- garaż podziemny
- własność hipoteczna
Sprzedaż POL-TOP
0501-273-333
www.poltop.waw.pl

Działania nie militarne?

Zagrożenia asymetryczne to takie zagrożenia, które pozornie nie wyglądają tak groźnie, jakimi są w rzeczywistości. Ich możliwości wyrządzania szkód są dużo większe niż się spodziewamy. Na istnienie takich zagrożeń zwraca uwagę wystawa fotografii Wieńczysława Sporeckiego, otwarta 8 listopada w galerii Stowarzyszenia Artystów fabs przy ul. Brzeskiej 7.



Wieńczysław Sporecki, ur. w 1964 r. jest jednym z założycieli Stowarzyszenia Artystów fabs. Ma na swoim koncie wiele wystaw indywidualnych i zbiorowych, m.in. „Sztuka ukryta" – Łódź 2005, „Bioroboty" – Zbludza 2007, czy „Wolność dla Putina" – Warszawa 2008. Obecnie mieszka i pracuje w Koszalinie.

Jak sam mówi, zajmuje się sprawami niesłychanie trudnymi. Miejsca i okoliczności, które fotografuje i w których bywa, nie należą do przyjemnych. Pokazuje rzeczywistość, z którą sam miał do czynienia.

Interesuje się strukturami władzy i specyficznymi metodami oddziaływania tej władzy na ludzi. Stara się pokazać, jaki wpływ mają skryte działania instytucji państwowych na funkcjonowanie różnych społeczności. Dotychczas ten sposób działania był przypisywany formacjom, które określa się ogólnie jako służby specjalne.

Pierwsze dwa prezentowane na wystawie zdjęcia Wieńczysław Sporecki opatrzył podpisem: „Żyjemy w czasie, w którym na skutek różnych działań propagandowych wojna zniknie z przestrzeni publicznej, co wcale to nie znaczy, że zniknie całkowicie, ona zmieni tylko formę."

W wyniku działalności ruchów pokojowych nie będzie już wojen, jakie znamy z historii, to znaczy nie będzie tradycyjnych działań wojennych. Zastąpią je działania, których na pierwszy rzut oka nie widać. Będą one groźniejsze, bo ukryte, a człowiek boi się tego, czego nie zna.

Kilka fotografii przedstawia żołnierzy w pewnej jednostce wojskowej. Podpisy pod nimi to: „Tal", „Dioksyny", „Kortyzol", „Sporysz", „Sól bromowa".

Są to nazwy toksycznych substancji chemicznych, których można użyć w artykułach spożywczych, a których zupełnie nie widać. Tal łatwo rozpuszcza się w wodzie. W ten sposób został otruty były agent rosyjskiego wywiadu, Aleksander Litwinienko. Dioksyny można przemycić w jarzynach. Użyto ich przeciwko obecnemu prezydentowi Ukrainy Wiktorowi Juszczence. Kortyzol może być podany w mięsie. Sporysz, pasożyt zboża powodujący halucynacje niepostrzeżenie może być użyty w mące, a sól bromowa – w soli. Za pomocą tych substancji można eliminować niewygodnych ludzi.

To są wszystko działania nowe, które do tej pory nie były traktowane, jako militarne. A jednak posługują się nimi wojskowe siły specjalne. Okazuje się, że dziś żołnierz nie musi nosić munduru, a jego bronią nie musi być karabin.

Ostatnia grupa zdjęć pochodzi z lat 90. ubiegłego wieku. Fotografie wyglądają zupełnie „normalnie" Intrygujące natomiast są ich podpisy: „Edukacja jest przyczyną wielu groźnych chorób i następstw" czy „Jedną z najbardziej niezawodnych pułapek na człowieka jest lustro".

Wystawę zdjęć Wieńczysława Sporeckiego „Zagrożenia asymetryczne" w galerii fabs, przy ul Brzeskiej 7 można oglądać do 28 listopada, w sobotę w godz. 15-17, w niedzielę w godz. 13-15 lub po uzgodnieniu telefonicznym, tel. 0505-12-14-17.

Joanna Kiwilszo

OKNA PCV
DRZWI WEJŚCIOWE
rolety ♦ żaluzje
verticale ♦ parapety
ul. Wysockiego 26
pawilon 3
022 675-05-03
0501-108-297

TERMEK
Mała poligrafia i elektrografia
DOROBIMY KAŻDĄ GRZAŁKĘ
KSERO
BINDOWANIE
FOLIOWANIE
ul. Ząbkowska 13
róg Brzeskiej
PIECZĄTKI w 5 minut
35,00 zł
www.termek.pl

Firma „Fonem"
www.fonem.waw.pl
APARATY SŁUCHOWE 022 618-88-84
masz problem ze słuchem - zapraszamy!!!
- wykonamy bezpłatne badanie słuchu
- dobierzemy odpowiedni aparat słuchowy światowych producentów: Siemens, Phonak, Oticon, Rion
- udzielimy porady i wszelkich informacji dotyczących aparatów
jesteś użytkownikiem aparatu słuchowego - zapewnimy
- przegląd techniczny oraz porady
- środki do pielęgnacji, baterie oraz akcesoria
- wkładki uszne
Przychodnia Specjalistyczna
ul. Dąbrowszczaków 5A
gabinet 26
NFZ
Zapraszamy:
od poniedziałku do piątku
w godz.. 8.00-16.00
RATY! RATY!
KUPON RABATOWY