

PREPORUKE OBITELJIMA OVISNIKA O ALKOHOLU i svima kojima je stalo...



- opijanje je trajalo godinama, ni oporavak ne ide preko noći
- oboružaj se strpljenjem i ovisniku ostavi da sam(a) učini za sebe što mora
- ne prihvaćaj obećanje ovisnika -to je samozavaravanje kojim se izbjegava neizbježno
 - inzistiraj na uzajamnom poštivanju dogovora
- prihvaćanjem ovisnikovih laži ovisnika se ohrabruje za daljnje laganje i pijenje
 - ovisnikovo nadmudrivanje služi njegovom izbjegavanju odgovornosti
- ne valja tetošiti ovisnika, što više pažnje dobije - manje učini za sebe i nastavlja sa pijenjem
 - ne moralizirajte
 - ne grdite ovisnika
 - ne prijetite ovisniku
 - ne svađajte se s ovisnikom
 - ne prikrivajte njegovo pijenje
 - ne gubi živce (ovisnost je kronična bolest..)
- spremi se za maraton, rasporedi snage (i treniraj izdržljivost..)

Počni planirati oporavak SADA: Ne činiti ništa je najgori izbor !

**IMAJTE NA UMU: ALKOHOLIZAM je PROGRESIVNA BOLEST,
daljnjim pijenjem svakim se danom pogoršava**

GDJE:

LOKACIJE

Bolnica Popovača/IIA
Pon-čet 8:00-15:00
tel: 044 569 322

DZ Caprag, Sisak
Pon-sri 13:00-19:00
Pet 8:30-14:30



KAKO:

ZAJEDNO,
STRPLJIVO,
PROFESIONALNO.
UZ EDUKACIJU, U DOMAĆEM OKRUŽENJU
STRUČNI TIM I OBITELJI UZ OVISNIKA
MOTIVIRANOG NA LIJEČENJE

TKO:

DNEVNA BOLNICA MULTIDISCIPLINARNI TIM

Azijada Srkalović-Imširagić, psihijatar
Marija Majnarić i Snježana Borovec;
prvostupnice sestrinstva,
Jasminka Matić, klinički psiholog,
jasminka.matic@bolnicapopovaca.hr
tel: 044 569 341

Tanja Grabovac Šljubura, soc.radnik,
M.Josić, I.Jurić, A.Horčićka, I.Bovcon,
radni terapeuti



**Mjesec borbe protiv ovisnosti
15.11.-15.12.**

VAŽNO ZNATI:

OVISNIK O ALKOHOLU..
..NITI PIJE NITI APSTINIRA SAM..

..SE OPORAVLJA U OKVIRU OBITELJI KOJA SE OPORAVLJA
..IZLAZI IZ KAOSA UZ STRUČNU POMOĆ I PODRŠKU SVIM ČLANOVIMA OBITELJI

..PONOVO USPOSTAVLJA OSJEĆAJ ODGOVORNOSTI I TIJEKOM LIJEČENJA GA
PREUZIMA..

..VRAĆA SE SVAKODNEVNOM CIKLUSU AKTIVNOSTI

..EMOTIVNO "RAZVEZIVANJE" OBITELJI OD OVISNIKA JE LIJEK ..
..OBITELJ POTIČE ČLANA OBITELJI NA ZRELE OBRASCE PONAŠANJA..

..APSTINENCIJA KAO PITANJE ŽIVOTA ILI SMRTI..
APSTINIRATI ZNAČI POČETI PONOVO POŠTIVATI SEBE I NAJBЛИŽE

STRPLJIVO, BEZ PRETJERANIH OČEKIVANJA; DAN ZA DANOM..

TRETMAN U DNEVNOJ BOLNICI ZA ALKOHOLIZAM I DRUGE OVISNOSTI NPB POPOVAČA (LOKACIJE U POPOVAČI u sklopu IIA I SISKU DZ CAPRAG)

- Trijaža od strane Multidisciplinarnog tima
- Medicinsko praćenje / Farmakoterapija
- Edukacije o alkoholizmu/predavanja o "Zdravim stilovima života"
- Grupe s psihološkim terapijskim djelovanjem
- Grupna, Individualna i Obiteljska terapija
- Grupe podrške ženama(suprugama, majkama, djeci)
- Radna terapija koja potiče na aktivnosti i kreativnost/Tehnike Relaksacije