

Савет старатељима који се брину о особама са менталним обољењем које узимају дроге (двојна дијагноза)

Када говоримо о дрогама, подразумевамо легалне (алкохол, дуван, преписане лекове) и илегалне (марихуана, спид, хероин) дроге.

Истраживања су показала да до 80% особа са менталним обољењем узима дроге. Када особа има ментално обољење и злоупотребљава дроге, ми то називамо „двојна дијагноза“.

Породице и старатељи имају централну улогу у животима особа двојном дијагнозом.

Врло је важно да чланови породице не криве себе због тога што особа са менталним обољењем узима дроге.

Зашто особе са менталним обољењем злоупотребљавају дроге?

Постоје многи разлози због којих особе са менталним обољењем могу да злоупотребљавају дроге; на пример:

- да би боље подносили симптоме своје болести
- да би боље подносили контраиндикације лекова
- да би се осећали боље
- да би се осећали сигурно у присуству других особа
- да би припадали групи
- да би избегли досаду
- да би се забавили
- да би боље спавали

Запамтите да многи људи у заједници узимају дроге било легално или илегално, често из истих разлога из којих их узимају особе са менталним обољењем.

Шта долази прво, ментално обољење или злоупотреба дроге?

Ментално обољење и злоупотреба дрога могу да се развијају током више година и да буду тесно повезани.

У многим случајевима није важно шта долази прво, јер оба проблема подједнако захтевају лечење. Међутим, лечење менталног обољења може да буде много теже када особа такође узима дроге.

Како дроге утичу на лекове?

Истовремено узимање дрога и психијатријских лекова, може да измени дејство лекова. Резултирајуће дејство зависиће од количине и врсте узете дроге и лекова.

Нека дејстава комбиновања лекова и дрога:

- може да повећа умор и поспаност
- може да негативно утиче на способност управљања аутомобилом и руковања машинама
- може да изазове проблеме са дисањем
- може да буде непредвидљиво



- може да смањи дејство лекова
- у ректим случајевима може да буде смртоносно

1.1 Текст разрадили Мери Пиу и Шеин Свини (2007)
Превод финансиран од стране Викторијске вишенационалне комисије



Како породице могу да савладају тешкоће?

Чланови породице могу да трпе вишеструко док се старају о особи са двојном дијагнозом.

Они могу да искусе:

- забринутост, проблем са спавањем, страх, конфузију, бес, фрустрираност, кривицу, безнадежност, отуђеност од особе о којој се старају
- губитак тежине, насиље,
- срамоту, губитак пријатеља, изолованост

Ствари које помажу

- Долажење до споразума о узимању дроге. **Важно је да имате на уму да је свако смањење употребе алкохола или дроге боље него ништа.** Разговор са социјалним радником, доктором или другим старатељем
- Разумевање зашто особа узима дроге
- Препознавање момента када је могуће узимање дроге
- Постављање граница неприхватљивом понашању
- Одлазак у куповину са особом када прими новац
- Куповање само неопходних ствари
- Помагање у буџетирању и штедњи за будућност

Ствари које не помажу

- Претње, критицизам, викање на особу
- Често давање новца или увек када се тражи
- Захтевање да се сместа престане са узимањем дроге
- Претраживање личних ствари
- Захтевање да се уради преглед мокраће
- Ако нешто не помаже, не настављајте са тим, покушајте нешто ново

У посебним околностима или кризним ситуацијама, може да буде неопходно да поступате брзо да бисте заштитили и себе и другу особу, јер је безбедност на првом месту.

Породице које воде рачуна о себи

Ствари које помажу

Наставите са активностима у којима уживате:

- практиковање религије
- баштованство
- посећивање породице и пријатеља
- провођење времена са кућним љубимцима
- вежбање
- релаксирање
- организовање доброг породичног провода
- саставите листу породичних активности у којима уживате
- одржавајте поштовање чланова породице
- посећујте групе за помоћ породицама
- тражите професионалну помоћ

1.2 Текст разрадили Мери Пиу и Шеин Свини (2007)
Превод финансиран од стране Викторијске вишенационалне комисије



Начини добијања помоћи

Ако енглески језик није ваш матерњи језик, молимо да затражите помоћ преводиоца.

Може да вам буде од користи да прочитате и друге [савете у овој серији](#), нарочито [савет 3: Разумевање осећања кривице и ментално обољење](#) и [савет 4: Препознавање туге као реакције и ментално обољење](#).

Места за добијање помоћи

Групе за помоћ породицама

- Старатељи Викторије **9650 9966** or **1800 242 636** – посебна помоћ старатељима између 8.30 - 16.30 часова.
- Породична помоћна линија за дрогу **1300 660 068** – 24-воро часовна подршка члановима породице особе која узима дроге.
- Помоћна линија Друштва за ментално обољење **8486 4222** – информације о групама за помоћ породицама

Индивидуално и породично саветовање

- Директна линија **1800 888 236** – 24-воро часовно саветовање, подршка и упућивање
- Помоћна линија за самоубиство **1300 651 251** – 24-воро часовна подршка и саветовање за особе склоне самоубиству
- Помоћна линија за децу **1800 551 800** – 24-воро часовна подршка и саветовање за младе особе са проблемима
- Центар „Бувери“ **9376 9844** – породично саветовање
- Информације о дрогама **1300 858 584** – информације о дрогама на другом језику за старатеље
- Телефонирајте полицији на **000**

