

Не губите, мужики ни себя, ни семьи, ни Отчизны

Однажды смотрела передачу «Жди меня». Шел сюжет о том, как один белорус уехал на заработки в Прибалтику и пропал. Спустя много лет его нашли в Италии. Но суть не в этом, а в том, что камера на улицах небольшого городка, где нашелся пропавший, запечатлела не женщин, как это было бы в России, а сплошь «джентльменов» солидного возраста. Кавычки здесь не подразумевают иронию, просто выглядят они так. Оказывается, мужчины могут жить долго, сохраняя при этом аккуратность, любознательность, и просто человеческий облик, хотя без виноградного вина жизни себе не представляют. Это и было для меня главным открытием. Что же мешает русским быть такими?

Когда увидела в нашей газете объявление о том, что в Кудымкар приезжает врач-нарколог А.Я.Зуев, решила задать ему этот и другие вопросы. Сначала, правда, узнала, кто он по специальности. Представился Андрей Яковлевич весьма необычно.

- Врач-психотерапевт и нарколог, менеджер ЗОЖ. Все это связано между собой. Если человек не понимает, что такое здоровый образ жизни, мы никогда не избавим его ни от пьянства, ни от других наркотиков.

Слово лечит

- С чего начинается алкоголизм?

- С употребления первой рюмки.

- Некоторые врачи используют в своей работе новейшие достижения техники, лазеры и магниты, различные виды кодирования, блокирования. А вы избрали слово. Это настолько эффективно?

- Помните, с чего начинается Библия?

- Да. «Вначале было слово».

- Вот именно. Это касается и моей работы тоже. Для меня важен определенный уровень интеллекта. Если человек не дотягивает этого уровня, он не понимает простого значения слов. Как я могу использовать психотерапию со всеми нюансами языка (русский язык очень богат на все эти нюансы), и для меня низкий интеллект представляет большие трудности. Заниматься фокусами, мне это неинтересно, напугать его до полусмерти, мне это тоже неинтересно. Мне бы хотелось, чтоб правда-то дошла до сознания, до сердца и побудила его изменить свою жизнь к лучшему.

- Да человек сам должен хотеть излечиться!

- Сложно с этим. Это декларация. Даже если он заявляет - я хочу излечиться, на самом деле, внутренне, не хочет ничего менять, он к этому привык. И так заявляет только потому, что его достали мать, жена, теща, еще кто-то там: лечись, лечись. Он устал сопротивляться, идет, а внутренне все равно не готов к тому, чтобы совсем избавиться от этой пьянки. И моя задача по пути еще в том, чтоб объяснить ему, как решить эту проблему, чтоб он захотел сам: создать установку, доминанту на правильное лечение - на полный отказ от употребления. Пока этой доминанты, этой установки не будет, он не станет выполнять рекомендации врача.

Три стадии алкоголизма

- Решение бросить пить должно быть полным и бесповоротным?

- Для этой категории пациентов - да, даже и в первой стадии, почему? Потому что обязательно недуг перейдет во вторую стадию, рано или поздно. А на второй стадии у них уже настолько изменились обменные процессы в мозговых тканях, что другого варианта им предложить

уже нельзя, все. Алкоголик однажды - алкоголик всегда!

- Чем отличаются первая и вторая стадия?

- Степенью зависимости, признаками определенными. Вторая стадия - это утрата контроля за количеством употребляемого алкоголя - нет тормозов у человека, стоит ему выпить граммов 100-150, у него крышу снесло, и он не может остановиться.

- А если сегодня напился, а завтра - всё?

- Можно сказать, что это переходная стадия от первой ко второй.

- А первая стадия?

- Это любое употребление. Печень она имеет какой-то резерв, и она вырабатывает противоядие против алкоголя, но этот резерв не бесконечен. Когда резерва уже нет - это переход во вторую стадию алкогольной зависимости. Но это еще не третья, когда начинаются психозы, галлюцинации, тяжелое депрессивное состояние, осложнения, припадки, эпилепсия.

- У меня к вам один простой и в то же время глубокий вопрос - ну почему в России так много пьют?

- Самая главная причина - экономическая. Если б на этом никто не зарабатывал деньги, какой был бы смысл. На этом делают огромные состояния, что у нас, что за рубежом. Потом реклама очень интересная, она не прямая, а косвенная, и если человек не знает, как она на него воздействует, то и никакой защиты от нее нет. Ну, например, говорят о культурном употреблении алкоголя, или о норме употребления - это, по сути, один из способов нейрорлингвистического программирования, то есть манипулирования нашим сознанием.

- А почему государство-то это не пресекает?

- Во главе государства стоят не бедные люди, и их интересует прибыль. В начале 90-х годов на селе работало 11 миллионов 800 тысяч человек, сейчас - осталось 2 миллиона 200 тысяч, практически в 6 раз уменьшилось число работающих. В городе они никому не нужны, поэтому спиваются и погибают в своих деревнях. Так что я не вижу, что кого-то эта проблема особо волнует. Сбережение народонаселения? Да, об этом много говорят, но ведь мы же видим, что на самом деле происходит. За 20 лет убыль населения составила 15 миллионов, 14 с половиной миллионов из них - русские. А не родившихся сколько? Если взять с конца 80-х годов, демографы подсчитали, что к 2000 году у нас должно было быть 180 млн. человек, а у нас оказалось 146, то есть не досчитались 34 млн. молодого поколения. Если исходить из этих цифр, то кого волнуют государственные интересы? Если у нас из нынешнего населения 12,5 миллионов алкоголиков - это официальные цифры, а неофициальные - 25 миллионов алкоголиков, данные Федора Углова, (прим. известного хирурга-кардиолога), официально 3-4 миллиона наркоманов, а неофициально - около 10-12 миллионов (это данные академика Петровского). Всего работающих - 76 миллионов человек, выходит, половина трудоспособного населения - это алкоголики и наркоманы. Кого они интересуют? Государство или олигархов? Они предоставлены сами себе и потихоньку умирают.

- Андрей Яковлевич, вы нарисовали такую мрачную картину, почти безнадежную.

- К сожалению, это правда, от которой не уйдешь. Сколько добиваются, чтобы государство взяло под свой контроль оборот алкогольной продукции, нет, все отдано на откуп предпринимателям, а для многих самое главное - это золотой телец. Есть интерес заработать деньги, неважно, каким способом спо-



Белая водка чернит душу, туманит разум, лишает совести, крадет будущее (народная мудрость).

ить, убить человека, разрушить семью - это и делается.

Пиво страшнее водки

Профессор Жданов и Федор Григорьевич Углов разработали законопроект о запрете рекламы алкогольной продукции в средствах массовой информации и что? Как его исковеркали! Гениальный ход, они ничего не поменяли в законопроекте, они точку заменили запятой и добавили два слова «кроме пива». Рекламу пива стали гонять с утра до вечера. А что такое пиво? Это два наркотика - алкоголь, соли кобальта - и 4 вредных вещества. Одно задерживает жидкость в организме, большая нагрузка на сердечную мышцу. Большое количество аминов с короткой углеводной цепочкой вызывают подъем артериального давления, вызывают гипертоническую болезнь - это второй вредный фактор. Третий вредный фактор - содержание веществ, которые по структуре напоминают женские половые гормоны, то есть, по сути это добровольная химическая кастрация пивного пьяницы. И четвертый - разрушение ферментной системы сердечной мышцы солями кобальта. Пивные алкоголики живут совсем недолго. У них часты инфаркты миокарда, средняя продолжительность жизни - 42 года. Это самый гадкий напиток, (лучше бы уж водку рекламировали), но он же прошел через Государственную Думу!

Оптимизм - защита от трудностей жизни

- Но есть же что-то все-таки и хорошее в жизни?

Самая главная положительная тенденция - народ все-таки сопротивляется. Бесчеловечному отношению в этой жизни всегда надо сопротивляться, потому что в недрах государства, так или иначе зреют силы для будущего, и обязательно будут какие-то прогрессивные решения, какие-то прогрессивные изменения. Я - оптимист, я нисколько не сомневаюсь в этом. Но все это делается только через усилия людей. Потому что если мы ничего не будем делать, не будем пытаться изменить мир к лучшему, мы тогда уничтожим себя сами. Невозможно жить будет в этом мире: вырубим леса, завалим все мусором, ну и чем мы будем питаться, чем будем дышать? Поэтому вот эти тенденции к сохранению и природы, и народа, они есть, и власть их понимает, надо сказать. Правда, очень велики и тенденции тех людей, которые на всем пытаются заработать деньги - так развивается мир в борьбе двух тен-

денций. Старое потихонечку заменяется молодым, старое уходит вместе с плохим, появляется новое, но это новое все равно ведь надо воспитывать, за ним тоже надо ухаживать.

Наши пациенты очень часто страдают феноменом утраты смысла жизни. Но его ведь навязать нельзя. Человек сам должен продумать и придумать его для себя. Мне подсказал Алексей Второй, и я ему за это очень благодарен: «Самосовершенствование и совершенствование окружающего нас мира - вот смысл жизни человека на Земле», - ответил он в интервью корреспонденту «Самосольской правды». И у меня есть смысл жизни, и я ради этого и живу. Я воспитываю своих детей - я осуществляю смысл жизни? Конечно. Если я работаю, я пытаюсь сделать жизнь лучше? Да. Некоторое угнетение, снижение жизненного тонуса оно обязательно наступает у пьющих людей, и единственная защита - оптимистическая философия, оптимистическая психология, она должна быть сформирована за-ра-не-е, в преддверии вот таких сложных, трудных моментов жизни. Если ее нет, этой защиты, человек очень трудно, очень тяжело переносит любые проблемы, болезни. Вот это обязательно надо формировать заранее: готовность к преодолению трудных жизненных обстоятельств и стремление жить, несмотря на трудные жизненные обстоятельства.

Наш разговор был несколько в темных тонах, но это не значит, что жизнь совсем плохая. Жить-то надо даже вопреки трудным обстоятельствам. Просто для того, чтобы изменить ситуацию надо знать правду, без этого невозможно изменить ее. Я бы порекомендовал молодежи то, что рекомендовал Владимир Ильич Ленин: учиться, учиться и учиться, работать над собой. Вот молодым мое самое важное пожелание в жизнь.

А мне бы очень хотелось пожелать, чтоб люди развивали в себе инстинкт самосохранения. Чтоб мужчины, по сути своей, - защитники семьи, страны, - помнили об этом не только на поле брани, но и в быту. И для начала постарались бы найти новый смысл в этой такой непростой жизни, победить в себе тягу к алкоголю, табаку, наркотикам, которые как в бездонную трясику засасывают не только их, но и их близких, целые семьи и населенные пункты. Кто-то рассказывал мне, что в одной из деревень некому было вынести гроб с телом покойного, потому что вся деревня от малого до старого находилась в алкогольном угаре. Куда еще дальше?