

Przepiliśmy ponad

życie Rawicza 2018 r. 15.8/9 110-541

► Prawie 50 milionów złotych wydali mieszkańcy powiatu rawickiego w ubiegłym roku na alkohol. Najwięcej pieniędzy, bo ponad 23 miliony złotych, przeznaczono - niestety - na napoje wysokoprocentowe.

O tym, że z roku na rok pijemy coraz więcej informują nas dane zbierane w urzędach gmin. Jak się okazuje, w ubiegłym roku najczęściej alkoholu wypili mieszkańcy gminy Rawicz, przeznaczając na niego prawie 30 milionów złotych. To ponad 1 tysiąc złotych na jedną osobę i 3 miliony złotych więcej niż 9 lat temu. - Największą sprzedaż alkoholu odnotowuje się w punktach sprzedaży detalicznej napojów alkoholowych, czyli sklepach, które znajdują się na terenie Gminy - informuje Elżbieta Pawlak, sekretarz z rawickiego urzędu miejskiego.

Sporą kwotę, bo ponad 23 miliony, miesz-

kańcy powiatu rawickiego przeznaczili na zakup napojów wysokoprocentowych. Niewiele mniej, bo 22 miliony złotych wydano na piwo. Poza tym, najmniejsze wzięcie miały napoje o zawartości alkoholu od 4,5 do 18%, bo to właśnie na nie mieszkańcy przeznaczili prawie 4 miliony złotych. Z danych Państwowej Agencji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych wynika, że po alkohol sięga już ponad 80% Polaków. Tylko 20% jest abstynentami. Największe ilości spożywają mężczyźni w wieku 30-49 lat, z wykształceniem zasadniczym, samotni i źle oceniający swoją sytuację materialną. Po alkohol coraz

częściej sięgają również kobiety w wieku od 18 do 39 lat, panny, z wykształceniem wyższym lub średnim, w dobrej sytuacji materialnej.

O tym, jak zgubne skutki niesie za sobą picie alkoholu, pokazują choćby policyjne statystyki. Wskazują one m.in., że od stycznia do marca na terenie gminy Rawicz zatrzymano 12 nieletnich osób, które były pod wpływem alkoholu. Dwójka z nich poruszała się rowerem. - Alkohol spożywany jest zazwyczaj na plantach, w parku, w godzinach popołudniowych na terenach boisk szkolnych, czyli w miejscach, gdzie ludzie mogą po prostu się zaszty i ten alkohol spożywać - in-

formuje mł. asp. Katarzyna Starczewska, profilaktyk społeczny w rawickiej KPP i dodaje: - Wzrost jest i problem się pojawia. (...) Duża jest również ilość czynów, które są popełniane pod wpływem alkoholu, np. zaśmianie, zakłócanie spokoju i porządku publicznego. Dochodzi nawet do dewastacji gminnego mienia, placów zabaw, czy wiat przystankowych. Ponadto od początku roku policjanci zatrzymali 23 osoby, które prowadziły pojazd w stanie nietrzeźwości. W ubiegłym roku, w tym samym okresie, było ich aż o 7 mniej.

(WS)

Kiedy powinna nam się zapalić lampka?

Z **MICHAŁEM KRZOSĄ** - certyfikowanym specjalistą psychoterapii uzależnień z Poradni „Terapia” w Rawiczu - rozmawia Weronika Skrzypczak

• Niektórzy, by się odprężyć sięgają po alkohol. Kiedy wiadomo, że pijemy „bezpiecznie”, a kiedy powinna zapalić się nam czerwona lampka, która zasugeruje, że jednak coś jest nie tak?

Żebyśmy mogli mówić o chorobie, musimy przyrzeć się jej sześciu objawom. Pierwszy z nich to głód alkoholu, czyli nieodparta chęć picia. Wówczas człowiek szuka powodów, np.

• Jeśli po przeanalizowaniu tych sześciu objawów dotrze do nas, że z którymś z nich możemy się utożsamiać, co powinniśmy zrobić? Gdzie się kierować?

Wystarczy, że zdiagnozujemy trzy z tych sześciu objawów i możemy mówić, że jesteśmy uzależnieni. Wtedy najlepiej iść do poradni i porozmawiać z kimś, kto się na tym zna, opowiedzieć mu swoją historię, otworzyć i szczerze, a terapeutę diagnozować czy to już jest uzależnienie i jaki ma

człowiek mózgu, gdzie mieści się nasze „człowieczeństwo”. Podstawowe skutki takich zaburzeń psychicznych to kłopoty z pamięcią, koncentracją, skupianiem uwagi. Pojawiają się również inne historie, np. psychozy, halucynacje. Może dojść nawet do trwałego uszkodzenia mózgu i funkcjonowania na poziomie upośledzenia mózgowego.

• Czy liczba osób, które walczą z uzależnieniem jest coraz

zwiększoną potrzebę picia, z tendencją do natychmiastowej realizacji. Drugim objawem jest upośledzona zdolność kontrolowania picia, tracąc zdolność hamowania samego siebie. Czasami okazuje się, że nie wyobrażamy sobie imprezy bez picia alkoholu, a będąc na niej, zaczynamy tracić nad sobą kontrolę. Kiedy popatrzymy głębiej w chorobę, to pojawiają się również ciągi alkoholowe, czyli picie zaczyna trwać nawet trzy dni z rzędu. Trzecim objawem jest wzrost tolerancji, kiedy to pijemy więcej i częściej. Problem pojawia się również wtedy, kiedy zaczynamy mieć coraz większą tolerancję na alkohol, tzw. „mocniejszą głowę”. Kiedyś ktoś potrafił wypić dwa piwa, a teraz potrzebuję pięciu, żeby poczuć ten sam stan. Czwartym objawem jest alkoholowy zespół abstynencyjny (AZA) i klinowanie. To charakterystyczne, bo człowiek, który nie ma problemu z alkoholem, wypijając jednego dnia za dużą dawkę to na drugi dzień ma odruchy awersyjne. Część ludzi wchodząc w uzależnienie mówi „czym się struś, tym się lecz”. Nagle odkrywa, że czuje się źle, a spożycie alkoholu pomoże mu poczuć się lepiej. Kolejnym objawem jest zaniedbywanie dla picia alternatywnych źródeł przyjemności, form spędzania wolnego czasu. Picie staje się głównym sposobem na dostarczenie sobie relaksu, odprężenia i lepszego samopoczucia, a picie zaczyna mi zastępować wszystkie inne pasje. Zdarza się również tak, że ktoś pije mimo wiedzy o szkodliwości picia. Wszyscy wiemy, że alkohol szkodzi, jest trucizną. Efektem ubocznym jego działania jest stan upojenia, czujemy się źle, trzęsą nam się ręce, a parę razu „urwał mi się film”. Mimo tego, sięgam po alkohol, po raz kolejny.

jak to się mówi: „wstydem jest pić, a nie się leczyć”. Często zderzamy się ze stereotypem, że osoba, która ma problem z alkoholem jest brudna, biedna, pije tanie wino w parku na ławce. To nieprawda. Alkoholizm jest chorobą szalenie demokratyczną i dotyka wszystkich, ludzi bezdomnych, biednych i bogatych, prawników i nauczycieli. Warto przełamać ten wstyd, ale przede wszystkim przełamać siebie. Uzależnienie ma również swoje fazy. Pierwszą z nich jest faza ostrzegawcza, czyli początek uzależnienia. Człowiek podczas niej normalnie funkcjonuje, pracuje, ma rodzinę. Kolejna z faz pokazuje, że to picie jest coraz bardziej rozbudowane, zaczyna on poprzez picie zaniedbywać swoją pracę, pije więcej i częściej. Trzecia faza pokazuje już głębsze uzależnienie, a ciągi alkoholowe się wydłużają. A czwarta? Picie to jedyne, co w życiu robię. Później nie ma już nic.

• Jakie są skutki nadmiernego spożywania alkoholu?

Skutki picia alkoholu są różne, a najbardziej drastycznym z nich jest śmierć. Mówimy, że uzależnienie jest chorobą pierwotną, czyli tą na której rozwijają się też inne choroby, przede wszystkim somatyczne, np. niewydolność wątroby, marskość wątroby, stany zapalne żołądka i dwunastnicy, stany zapalne trzustki i niewydolność nerek, kłopoty z sercem. Uzależnienie powoduje również zaburzenia psychiczne, a w mózgu zachodzą nieodwracalne zmiany. Każde, jednorazowe picie alkoholu zabija od kilkudziesięciu do kilku tysięcy szarych komórek, które się - niestety - nie regenerują. Uszkodzane są również płaty

racjonalne, ale z faktu większej ilości osób pijących. Kiedyś taki standardowy alkoholik to był mężczyzna, około 50., z poważną historią życia i picia. A teraz? Coraz więcej ludzi jest pomiędzy 30. a 40. rokiem życia. Na terapię trafia również coraz więcej kobiet, co mógłbym nazwać nawet pozytywnym sygnałem. Picie kobiet jest obciążone większym wstydem, kobiety piją bardziej w samotności. Mężczyzna może się napić, a kobiecie przecież nie wypada, bo przecież jestem matką i żoną, jak mam teraz się przyznać, że jestem uzależniona.

• A jakie przypadki w pracy terapeuty są najtrudniejsze?

Każdy przypadek jest trudny. To nie jest takie łatwe przestać pić. Jeżeli popatrzymy na to, że na każde 10 osób, które skończą terapię, w ciągu trzech lub pięciu lat, aż 6 z nich wróci do picia. Statystycznie udaje nam się „wyleczyć” około 30%, ale musimy pamiętać, że uzależnienie nie jest chorobą uleczalną. Możemy tą chorobą zatrzymać, zaleczyć, człowiek może przejść proces rehabilitacji, ale nie wyzdrowieje na tyle, żeby wrócić do kontrolowanego picia. Dla nas, terapeutów, to na pewno satysfakcja, kiedy się uda. Miarą człowieka nie jest to, ile razy ktoś upada, ale ile razy ktoś się podnosi. Zawsze jest to fajne, że ktoś przychodzi, słucha, wykonuje pracę ze samym sobą. Zawsze mówię: „przeżyj rok na trzeźwo”, wtedy dopiero możemy zobaczyć, że mamy jakiś sukces. Kiedy widzi się, że zmienia się życie innego człowieka i jego rodziny, że ma on inne cele i priorytety - to dla nas największa nagroda.

GDZIE SZUKAĆ POMOCY?

Osoby, które mają kłopot z alkoholem, które czują, że potrzebują pomocy, ale także ich bliscy, rodziny mogą zgłosić się bezpośrednio do Poradni Terapii Uzależnień. Takie miejsca w Rawiczu, znajdują się, m.in. na ul. Królowej Jadwigi 13B/20 (Poradnia Terapii). Obiekt oferuje opiekę psychiatryczną i leczenie uzależnień. Poradnia Terapii, realizując kontrakt z NFZ, w poradniach zdrowia psychicznego oraz leczenia uzależnień współpracuje ze specjalistami z zakresu psychiatrii, psychologii, psychoterapii, psychoterapii uzależnień.

50 mln zł!

► WARTOŚĆ SPRZEDANYCH ALKOHOLI W MIEŚCIE I GMINIE **BOJANOWO**

ROK 2017:

- 🍷 PIWO - 3.363.110,59 Zł
- 🍷 WINO - 396.190,95 Zł
- 🍷 ALKOHOLE MOCNE - 2.549.388,76 Zł

ROK 2009:

- 🍷 PIWO - 2.505.413,17 Zł
- 🍷 WINO - 345.681,32 Zł
- 🍷 ALKOHOLE MOCNE - 1.643.869,04 Zł

► WARTOŚĆ SPRZEDANYCH ALKOHOLI W GMINIE **MIEJSKA GÓRKA**

ROK 2017

- 🍷 PIWO - 3.347.072,67 Zł
- 🍷 WINO - 391.087,59 Zł
- 🍷 ALKOHOLE MOCNE - 3.366.381,78 Zł

ROK 2009:

- 🍷 PIWO - 2.237.746,45 Zł
- 🍷 WINO - 368.706 Zł
- 🍷 ALKOHOLE MOCNE - 2.673.722,50 Zł

► WARTOŚĆ SPRZEDANYCH ALKOHOLI W GMINIE **JUTROSIN**

ROK 2017

- 🍷 PIWO - 1.871.753,58 Zł

235 - W TYŁU PUNKTACH
NA TERENIE POWIATU
RAWICKIEGO MOŻNA BYŁO W
ROKU 2017 KUPIĆ ALKOHOL.

**NA 256
MIESZKAŃCÓW
POWIATU PRZYPADA
JEDEN PUNKT Z
TRUNKAMI.**

**50 MLN
90 TYS. 803,26 ZŁ**
- TYŁE PIENIĘDZY WYDALIŚMY
NA ALKOHOL W ROKU 2017.
TO O 11 MLN 192 TYS. 523,39
ZŁ WIĘCEJ NIŻ W ROKU 2009.