

Spis treści

Od Autora	9
Rozdział 1. Co warto wiedzieć o alkoholu	11
Rozdział 2. Reakcje organizmu na alkohol	19
Rozdział 3. Powody picia alkoholu i czynniki wpływające na rozwój uzależnienia	24
Wpływ czynników biologicznych	27
Wpływ czynników społecznych	33
Wpływ czynników psychologicznych	34
Wpływ czynników duchowych	38
Rozdział 4. Picie alkoholu a zdrowy rozsądek	42
Pijaństwo	42
Nadużywanie alkoholu	43
Czy istnieje picie bezpieczne?	44
Objawy ostrzegawcze	48
Sprawdź, czy pijesz rozsądnie	49
Rozdział 5. Problemy zdrowotne	52
Powikłania somatyczne (fizyczne)	53
Powikłania psychiatryczne	71

Rozdział 6. Jak zidentyfikować osobę z problemem alkoholowym	82
Wskaźniki kliniczne.	82
Testy ułatwiające postawienie diagnozy.	84
Badania laboratoryjne.	88
Rozdział 7. Droga do uzależnienia.	90
Rozdział 8. Uzależnienie jako choroba	94
Rys historyczny.	94
Fazy alkoholizmu według Jellinka.	96
Definicje i klasyfikacje.	99
Kryteria uzależnienia od alkoholu według Światowej Organizacji Zdrowia	104
Podejście do uzależnień w Stanach Zjednoczonych i klasyfikacje DSM.	106
Dlaczego alkoholizm jest chorobą?	111
Typy alkoholizmu	113
Uzależnienie a inne zaburzenia psychiczne.	114
Rozdział 9. Interwencje.	126
Rozdział 10. Picie kontrolowane czy abstynencja?	129
Rozdział 11. Motywowanie do zmiany.	134
Rozdział 12. Leczenie.	139
Środki farmakologiczne.	139
Programy zdrowienia	145
Model Minnesota	149
Cele realizowane w trakcie psychoterapii uzależnienia	153
Przebieg procesu zdrowienia.	157
Skuteczność leczenia	160
Znaczenie właściwej diety.	164
Powrót do picia i nawrót choroby.	165

Rozdział 13. Dylematy terapeuty uzależnień	169
Rozdział 14. Historia leczenia odwykowego w Polsce	178
Od początków państwowości do II wojny światowej	179
Okres powojenny.	183
Lata 80.	188
Lata 90. i stan obecny.	192
Rozdział 15. Ruchy samopomocowe.	195
Anonimowi Alkoholicy (AA).	197
Program 12 kroków.	201
Al-Anon.	214
Alateen, Alatot i DDA.	215
Kluby abstynenta.	216
Rozdział 16. Stowarzyszenia trzeźwościowe i abstynenckie. .	221
Rozdział 17. Alkohol i przemoc.	224
Rozdział 18. Alkohol w miejscu pracy.	230
Rozdział 19. Alkohol a kierowca.	234
Rozdział 20. Wybrane zagadnienia prawne.	237
Leczenie odwykowe.	238
Obowiązek leczenia.	242
Leczenie wbrew woli.	246
Izby wytrzeźwień.	247
Prowadzenie pojazdów mechanicznych.	250
Odpowiedzialność karna.	252
Rozdział 21. O czym jeszcze warto wiedzieć.	256
Ostry i przewlekły zespół abstynencyjny.	256
Dlaczego alkoholikowi nie wystarcza jeden dzień picia?. .	257
Co to jest głód alkoholowy?.	259

Zespół rzekomoabstynencyjny („suchy kac”).	261
Alkohol i inne substancje psychoaktywne.	261
Rozdział 22. Zapobieganie uzależnieniom.	264
Rozdział 23. Rola lekarza w zapobieganiu uzależnieniom. . .	271
Rozdział 24. Specyficzne grupy osób z problemem uzależnie- nia	273
Kobiety.	273
Dzieci i młodzież	277
Osoby w wieku podeszłym	281
Osoby niepełnosprawne.	284
Osoby o odmiennej orientacji seksualnej.	286
Osoby bezdomne.	288
Rozdział 25. Współuzależnienie.	291
Co robić, żeby nie pomagać w picciu?.	296
Rozdział 26. Dzieci alkoholików.	299
Role pełnione przez dzieci.	299
Dorośle dzieci alkoholików.	303
Rozdział 27. Uzależnienie od leków.	305
Benzodiazepiny (BDZ).	306
Pochodne kwasu barbiturowego.	309
Leki o działaniu przeciwbólowym.	310
Leczenie uzależnienia od leków.	311
Kodeks etyczno-zawodowy terapeuty uzależnień.	312
Piśmiennictwo (wybrane pozycje).	318
Słownik terminów i nazw	322