

## Tabletka na alkoholizm?



**Baklofen może pomóc uzależnionym, którzy trwają w nałogu bardzo długo, próbowali wielu rodzajów terapii i wszystkie zawodziły**

Rozmowa z Robertem Rutkowskim\*, terapeutą uzależnień

**Marcin Kowalski: Czy istnieje tabletka na alkoholizm, jak twierdzi Olivier Ameisen w swojej książce "Spowiedź z butelki"?**

Robert Rutkowski: Nie istnieje i nigdy nie będzie istnieć, bo uzależnienia nie da się wyleczyć tabletką. Ameisen doszedł do wniosku, że w jego konkretnym przypadku bardzo pomocne jest lekarstwo o nazwie baklofen, środek zwiotczający mięśnie, czyli niwelujący napięcie i lęk. Przestrzegam jednak przed nadinterpretowaniem tego odkrycia.

E-book "Spowiedź z butelki" dostępny w Publio.pl: <http://www.publio.pl/spowiedz-z-butelki-olivier-ameisen.p68493.html>

**Może Ameisen ma rację? Przecież to lęk i napięcie leżą u podstaw uzależnienia.**

- Przyczyny uzależnienia są bardziej skomplikowane i bardzo indywidualne, unikajmy uogólnień. Jest taka teoria, że człowiek uzależniony zaczyna wychodzić z choroby, kiedy odbija się od swojego dna. Tylko gdzie leży dno? Znam pacjentów, którzy je osiągnęli, bo upili się trzy razy w życiu, ale rozmawiałem też z takimi, którzy nie widzieli swojego dna, a pili trzy razy dziennie przez 30 lat. Jak w słynnym aforyzmie: "Kiedy myślałem, że leżę na dnie, ktoś zasukał w podłogę". Środek pomagający Ameisenowi wcale nie musi być pomocny dla innego uzależnionego. A nawet może okazać się dla niego szkodliwy.

**Ameisen przedstawia mnóstwo dowodów na skuteczność baklofenu. To nie tylko świadectwo jego życia, ale również ekspertyzy naukowców z wielu krajów.**

- Wszystkie te dowody sprowadzają się do jednego: ograniczenie napięcia mięśni, a co za tym idzie - lęku - może okazać się pomocne w leczeniu uzależnienia, szczególnie na etapie mocno zaawansowanym. I trudno ten fakt kwestionować.

**Autor "Spowiedzi z butelki" idzie dalej. Uważa, że dzięki baklofenowi wrócił do kontrolowanego picia. Czyli całkowicie pozbył się uzależnienia.**

- Człowiek nie musi być uzależniony do końca życia. Spotkałem ostatnio swojego byłego pacjenta, który przyznał, że jest smakoszem wina, od 10 lat nie wpadł w ciąg. Dlaczego mam mu nie wierzyć?

**Bo w mózgu, w ciele migdałowatym, mamy zakodowane wszystkie przyjemności z całego życia. Dlatego alkoholik, który zapije po 20 latach abstinencji, najczęściej wpada w ciąg.**

- Najczęściej, ale nie zawsze. Od 26 lat nie biorę heroiny, jestem od niej uzależniony. Gdybym tylko wziął małą działkę, pewnie bym popłynął. Tak daje o sobie znać uzależnienie na poziomie psychologicznym. Jest jednak również drugi aspekt - społeczny. Przecież nałóg to nic innego jak permanentne robienie sobie przyjemności za pomocą substancji psychoaktywnych. Nie ma większego znaczenia, czy wywołujemy ten stan alkoholem, narkotykami, oparami kleju albo marihuany. Narzędzia schodzą na dalszy plan, liczy się efekt. Terapia ma zniwelować ciekawość substancji psychoaktywnych do zera. U mnie ta ciekawość zanikła. Nie jestem całkowitym abstynentem - potrafię wypić lampkę wina albo szklankę piwa. Nie odczuwam jednak pragnienia, żeby się upić, chemia nie jest mi do niczego potrzebna. Zapędziłem do roboty swój mózg, uruchomiłem zasoby własne, hormony szczęścia aż hulają! Pacjentom zawsze powtarzam: nie ma reguły, która pozwoli wrócić do kontrolowanego picia czy brania. Choć nie ukrywam, że istnieją osoby, którym to się udaje.

**Ameisen dowodzi, że każdy alkoholik może pić w sposób kontrolowany, jeśli tylko dobierze odpowiednią dawkę baklofenu.**

- Przestrzegam przed takim uproszczeniem. Terapia baklofenowa to nic innego jak pewien rodzaj programu redukcji szkód powszechnie stosowanego na świecie w przypadku narkomanów. Uzależnionym od heroiny podaje się pod nadzorem lekarza metadon z taką samą substancją uzależniającą jak w narkotyku. Różni się tylko forma podania. W 2004 roku byłem na szkoleniu w Wiedniu, jeden z terapeutów w formie żartu prorokował, że ktoś kiedyś wymyśli substytut alkoholu. Wybuchliśmy śmiechem. Wyobraziłem sobie wódkę podawaną pacjentowi w tabletkach albo czopku.

**Baklofen nie zawiera alkoholu.**

- Ale pozwala odczuwać przyjemność, którą dotychczas uzależniony osiągał dzięki alkoholowi. Rozluźnia mięśnie. Przypominają mi się świadectwa pacjentów, którzy opowiadają, jak sięgają po butelkę, żeby napięcie puściło. I po kilku łykach przychodzi luz. Ameisen zamiast wódki stosuje baklofen. Lek gra rolę substytutu alkoholu, mimo że zawiera inne substancje.

**Co w tym złego?**

- Leczenie powinno zakładać w jakiejś perspektywie koniec farmakoterapii. Ameisen godzi się, że będzie do śmierci przyjmował baklofen, bo jeśli przestanie, to wróci do niekontrolowanego picia. Czyli w gruncie rzeczy nie wraca trwale do zdrowia, tylko za pomocą środków chemicznych utrzymuje równowagę psychofizyczną. Proszę pamiętać, że nie znamy wszystkich skutków ubocznych baklofenu, nie wiemy, jak wpłynie na chorego po 10 czy 20 latach spożywania.

**Ale chyba lepiej w miarę normalnie funkcjonować na baklofenie, niż zapić się na śmierć?**

- Bez wątplenia. Dlatego baklofenu nie skreślałem. Pewnej grupie pacjentów może pomóc.

**Jakiej konkretnie?**

- Uzależnionym, którzy trwają w nałogu bardzo długo, próbowali wielu rodzajów terapii, ale w ich przypadku wszystkie

zawodzili. Z jakiegoś powodu nie pomogła im rozmowa z psychologiem, mają awersję do grup wsparcia typu wspólnota Anonimowych Alkoholików. Są tacy ludzie. Najlepszy przykład - Olivier Ameisen.

**On sam uważa, że terapeuci i lekarze zajmujący się uzależnieniami są sceptyczni wobec baklofenu, bo tkwią w przestarzałych metodach leczenia nalogów, praktycznie tych samych od 1935 roku, kiedy powstał ruch Anonimowych Alkoholików.**

- A czy alkoholizm zmienił się przez stulecia? Jeśli już, to niewiele. Upijanie się wygląda tak samo od wieków. Rozumiem, że u Ameisena występuje tęsknota za kontrolowanym pićciem, każdy uzależniony ją ma, choć nie wszyscy się do tego przyznają. Wychodzi z niego złość, to normalny proces, a środek, który mu pomógł, gloryfikuje, stawia na piedestał. To jednak nie oznacza, że inne metody są nieskuteczne i należy je dyskredytować. Przestrzegam przed tym. Każda droga prowadząca do trzeźwości jest dobra, ale podstawowym warunkiem niezmiennie pozostaje nakaz odstawienia substancji uzależniającej.

**Może to przez pana przemawia strach, bo baklofen odbierze terapeutom pracę?**

- Jeśli już, to powściągliwość. Cieszę się, że dyskutujemy o baklofenu, nie uciekniemy od tego tematu. Ten środek zdobywa popularność nie tylko we Francji, ale i w kilku innych zachodnich krajach. Znam Polaków tam mieszkających, którzy poddają się terapii baklofenowej. Pytają mnie, co o tym sądzą. Odpowiadam: "W połączeniu z terapią może skutecznie pomóc". Efektem dyskusji powinno być dokładne przebadanie skutków ubocznych leku. Pacjent zażywający jakąkolwiek substancję musi zdawać sobie sprawę z plusów, ale i minusów. Na razie znamy tylko lek podawany uzależnionym zwiększa ryzyko zatrzymania **rozwoju osobistego**, dążenia do pogłębiania pasji i zainteresowań. A to jest dla nalogowców kotwica, dzięki której nie toną. Jeżeli przykryją kryzys chemią, kotwica farmakologiczna, rozwój może się zatrzymać. Terapia jest właśnie po to, żeby ten rozwój trwał. I nie zgadzam się z zarzutem, że mamy leczenie przestarzałe czy zmonopolizowane. To tak, jakby zarzucać kardiologom, że tylko oni leczą choroby serca.

**Miał pan już pacjenta, który poprosił o baklofen?**

- Tak, mama uzależnionego nastolatka nalegała, żebym załatwił jej synowi receptę. Stanowczo odradziłem. To tak, jakby narkomanowi, który kilka razy zażył heroinę, zacząć podawać metadon. Za wcześniej, nie ten etap choroby. Poleciałem jej, żeby zniwelować u syna napięcie, ale za pomocą terapii, a nie farmakologicznej protezy. Uwrażliwiłem, że likwidacja poczucia strachu, a taka jest również rola baklofenu, może przynieść więcej szkód niż korzyści. Lęk jest niezbędny, żeby unikać sytuacji, które mogą być dla nas zagrożeniem. Człowiek uzależniony powinien walczyć o trzeźwość najlepiej siłą własnego intelektu. Dopiero po definitywnym stwierdzeniu, że wszystkie próby zawiodły, może sięgnąć po baklofen.

*\*Robert Rutkowski - certyfikowany terapeuta uzależnień, prowadzi prywatną praktykę w Warszawie ([www.robertrutkowski.pl](http://www.robertrutkowski.pl))*

Ta książka wywołała burzę



**"Spowiedź z butelki"**

Olivier Ameisen

Agora, Studio Emka 2012

Autobiografia Oliviera Ameisena wywołała burzliwą dyskusję w każdym kraju, w którym się dotychczas ukazała. "Spowiedź z butelki" jest zbudowana na twierdzeniu, że alkoholizm można wyleczyć farmakologicznie. Cudownym środkiem ma być lek uśmierający stany lękowe - baklofen. Autor broni swojej tezy naukowo, przywołuje streszczenia kilkunastu artykułów wybitnych ekspertów z różnych stron świata. Dzieli się też osobistym świadectwem, zapisem drogi prowadzącej na dno uzależnienia i kolejnych nieskutecznych prób osiągnięcia trzeźwości. Dopiero baklofen ograniczył lęk, uczucie - zdaniem Ameisena - leżące u podstaw nalogu. Książka idzie pod prąd opinii większości specjalistów, którzy twierdzą, że zupełna abstynencja to podstawowy wymóg wyjścia z uzależnienia oraz że stan trzeźwości jest niemożliwy do osiągnięcia, co najwyżej możemy mówić o procesie trzeźwienia.

MK

**Ile to kosztuje**

Baklofen dostępny jest w każdej aptece pod nazwą Baclofen (produkowany przez firmę Polfarm). Receptę może wystawić lekarz rodzinny, nie musi być od specjalisty. Lek nie jest refundowany przez NFZ. Opakowanie 50 tabletek z 10-miligramowym stężeniem baklofenu kosztuje ok. 3,50 zł, 25-miligramowe stężenie - ok. 5,50 zł za 50 tabletek. Wskazania to m.in. udary, uszkodzenie rdzenia kręgowego, zapalenie opon mózgowych, urazy głowy, stwardnienie rozsiane.

Tekst pochodzi z serwisu Wyborcza.pl - <http://wyborcza.pl/0,0.html> © Agora SA