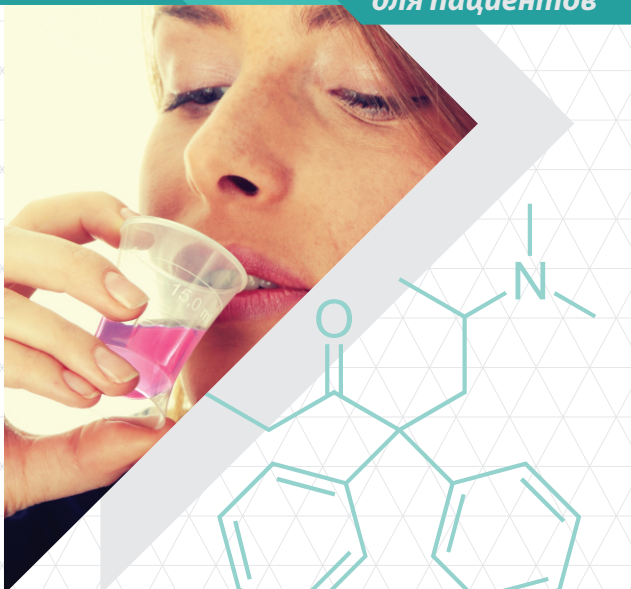


ВСЁ, ЧТО ВАМ НЕОБХОДИМО ЗНАТЬ О ФАРМАКОТЕРАПИИ МЕТАДОНОМ

*Пособие
для пациентов*



UNODC

United Nations Office on Drugs and Crime



Initiativa
POZITIVĂ



ACT FOR
ENVIRONMENT
AMFOTRIL
AMFOTRIL
AMFOTRIL



Dispensarul Republican
de Narcologie

Содержание:

Что такое фармакотерапия метадонотом (ФТМ)	3
Все что вам необходимо знать о фармакотерапии метадонотом	4
Факты о метадонотоме	5
Как начать фармакотерапию метадонотом	6
Если вы решили, что фармакотерапия метадонотом для вас	7
Схема лечения	8
Сочетание метадонотом с другими медикаментами	9
Как долго я буду принимать метадон	9
Психологическая поддержка	10
ВИЧ, гепатит и метадон	14
Советы по приему метадонотом	14
Если вы оказались в больнице или попали в камеру предварительного заключения	15
Как предотвратить побочные эффекты	16
Метадон и облегчение боли	16
Женщины и метадон	17
Конфиденциальность	17
Метадон и работа	18
Прием метадонотом на дому	19
Как правильно хранить препарат	20
Завершение лечения	20
Необходимые адреса	23

Что такое фармакотерапия метадонем (ФТМ)

ФТМ подразумевает лечение опиоидной зависимости, включая продолжительный прием лекарства совместно с психосоциальной поддержкой.

ФТМ помогает нормализовать неврологические и гормональные функции, нарушенные использованием героина или неправильным использованием других опиоидов кратковременного действия.

ФТМ — это возможность улучшить физическое и психологическое здоровье и начать путь к получению помощи, которая вам необходима.

ФТМ разрешена к применению в Молдове и предоставляется в медицинских и пенитенциарных учреждениях.

Правильно построенная ФТМ обеспечивает несколько преимуществ:

- ✓ полностью снимает все симптомы физической абстиненции (ломки);
- ✓ уменьшает или устраняет тягу к опиоидным наркотикам;

✓ нейтрализует влияние других опиоидов;

✓ способствует формированию приверженности к другим видам лечения. Хорошо сочетается со многими лекарственными препаратами, которые назначаются пациентам для лечения сопутствующих заболеваний;

✓ повышает общее качество жизни пациента. При правильно подобранной дозе метадона пациент чувствует себя комфортно физически и психологически, вследствие чего пропадает желание употреблять «уличные» наркотики;

✓ уменьшает необходимость употребления «уличных» наркотиков и связанную с ними возможность передозировки;

✓ уменьшает криминальную активность больного, так как нет необходимости добывать деньги для приобретения наркотиков.

Все, что вам необходимо знать о ФТМ



Вам подходит ФТМ, если:

✓ вы принимаете опиоиды, у вас сформировалось психологическая и физическая зависимость;

✓ у вас положительный результат на ВИЧ-инфекцию или гепатит С;

✓ вы употребляете опиаты, у вас отрицательный ВИЧ-статус, вы не заражены вирусными гепатитами, но не справляетесь с зависимостью и хотите сохранить здоровье;

✓ вы планируете беременность или уже ждете ребенка, и употребляете опиаты.



Факты о метадоне

Метадон - это синтетический опиоидный лекарственный препарат длительного действия, который используется как обезболивающее. Метадон - чистый препарат, который изготавливается фабричным способом и является малотоксичным для внутренних органов (печени, сердца, почек) даже при многолетнем приеме.

В случае если метадон принимают, соблюдая все предписания и указания, этот препарат:

- ✓ не вызывает эйфорию;
- ✓ не разрушает печень или другие органы;
- ✓ не влияет на иммунную систему;
- ✓ не вредит вашим зубам и костям.



Как начать ФТМ?

Для того чтобы получить полную информацию и консультацию по поводу того, как и с чего именно начать ФТМ, вам следует обратиться к врачу-наркологу или к представителю общественной организации. Как правило, метадон применяется в виде 1% раствора (питьевой сироп). Он начинает действовать через 40 минут после приема, за исключением первых приемов, когда действие может

начаться позже. Разным людям назначается различная дозировка, которая не обязательно зависит от количества наркотического вещества, потребляемого прежде. Период обезболивающего, успокоительного действия метадона продолжается от 1 до 3 суток.



Если вы решили, что ФТМ — для вас



Вам предстоит пройти конфиденциальное медицинское обследование у врача-нарколога, которое включает в себя определение истории зависимости, тест на наличие наркотиков в организме, а также исследование физического и психологического состояния, наличие или отсутствие медицинской страховки. Врач спросит вас о медицинских проблемах, обычно связанных с опиоидной зависимостью, и может попросить вашего согласия на проведение анализа крови на ВИЧ, гепатит и другие инфекционные заболевания.

Схема лечения



С целью безопасности ваша первая доза метадона должна быть малой или средней. Новые пациенты обычно начинают с дозы размером 10–30 мг. Более высокая доза, 60–120 мг в день, рекомендуется для долгосрочного лечения. Оптимальную для вас дозу необходимо определить вместе с лечащим врачом.

Ваша доза является подходящей, если:

- ✓ уменьшаются симптомы абстиненции;
- ✓ снижается тяга к уличным наркотикам;
- ✓ уходят сонливость и побочные эффекты;
- ✓ появляется больше энергии, ясность мышления, а также способность и желание выполнять важные для вас вещи.

Если вы все еще испытываете тягу к наркотикам, следует обсудить корректировку дозы метадона с врачом. Однако, как показывает многолетняя практика, у большинства пациентов на фоне приема метадона отсутствует физическое желание принимать другие препараты.

Пациенты, регулярно принимающие метадон, отказываются от инъекций и связанных с ними рисков: инфицирования ВИЧ и гепатитами, образования абсцессов в месте введения наркотических веществ.

Сочетание метадона с другими медикаментами



Несмотря на то, что метадон хорошо сочетается с другими медицинскими препаратами, важно сообщить своему врачу обо всех лекарственных препаратах, которые вы принимаете. Особо опасными для здоровья являются сочетания метадона с алкоголем, бензодиазепинами, барбитуратами и другими наркотическими веществами. При включении пациента в ФТМ, стоит отказаться от потребления любых наркотических веществ и психотропных препаратов, в противном случае смысл лечения теряется, а на фоне приема наркотических веществ могут возникнуть побочные реакции.

Как долго я буду принимать метадон?



ФТМ дает возможность реабилитации и ресоциализации, а это длительный процесс, так как наркозависимость, помимо расстройства психологического и физического здоровья, включает еще множество проблем почти во всех

сферах жизни. Чем дольше вы употребляли опиоиды, тем длительнее процесс восстановления. Если проводить лечение метадонотом кратковременно, то есть в рамках курса детоксикации, это лишь облегчает и решает проблему абстинентного синдрома, пациент уходит с тревогой, депрессией и огромным грузом нерешенных проблем, которые накопились за время зависимости.

Продолжительное лечение — от 6 до 12 месяцев и более — даёт длительный результат. Оставаясь в лечении долгое время, человек может заниматься любым видом деятельности, в том числе работать, учиться, заводить семью, растить детей и жить полноценной жизнью. В отдельных случаях лечение может продолжаться всю жизнь.

Важно осознать специфику болезни, так как зависимость является хроническим заболеванием, которое требует продолжительного лечения.

У людей, которые прерывают лечение, больше вероятность возобновления употребления наркотиков, чем у тех, кто продолжает лечение до наступления оптимальных результатов. Продолжительность фармакотерапии метадонотом должны определять только вы и ваш врач.

Психологическая поддержка

Для достижения лучшего результата лечения необходимо сочетать ФТМ с психосоциальной поддержкой, предоставляемой неправительственными организациями. Это позволит решить ряд проблем, накопившихся за период употребления наркотиков. Без комплексного подхода, который, помимо медикамента, включает психосоциальную поддержку, метадон можно сравнить с детоксикацией.



В настоящее время в Молдове доступны следующие типы психосоциальной поддержки:



Индивидуальная психотерапия

Цель такой терапии — понять личную причину развития наркотической зависимости, научиться оценивать свое настроение и регулировать его

самостоятельно, без употребления психоактивных веществ, получить информацию о специальных способах сохранения трезвости и профилактики срывов, научиться строить межличностные отношения в трезвости.



Группы самопомощи «Анонимные Наркоманы»

Это бесплатная анонимная организация или инициативная группа, для вступления в которую надо иметь опыт употребления наркотиков и искреннее желание вести трезвую жизнь. Группа работает по 12-шаговой программе духовного роста. Это не религиозное течение, оно не принадлежит к каким-либо конфессиям. На группах можно встретить людей с различными сроками трезвости, которые делятся своим опытом выздоровления.



Терапевтические сообщества

В таких сообществах создается в некотором роде «тепличная» атмосфера, где минимизируются внешние жизненные стрессы, уменьшается вероятность провокации активного употребления наркотиков, человек может полностью сосредоточиться на своем выздоровлении. В терапевтических сообществах работают психологи, психотерапевты и консультанты. Последние на своем примере показывают возможность успешной жизни без употребления наркотических веществ, делятся собственным опытом выздоровления.



Психосоциальная поддержка на базе дневных центров

В подобных центрах регулярно проводятся встречи групп самопомощи, которые ведут профессиональные инструкторы. Люди, посещающие занятия в группе самопомощи, получают поддержку, понимание, приобретают навыки нового социального взаимодействия, учатся жить без наркотиков, восстанавливают детско-родительские отношения в семье. В дневных центрах также предлагаются:

- ✓ тренинговые программы, как для повышения уровня информированности, так и для развития различных навыков, необходимых для качественной ресоциализации;

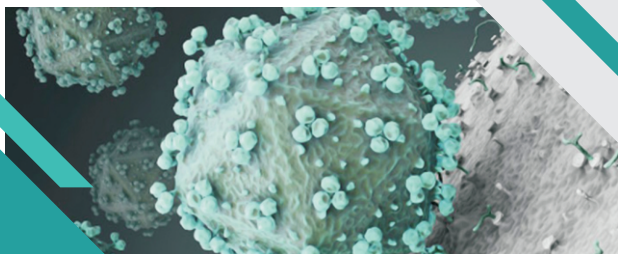
- ✓ услуги социальных ассистентов для своевременного решения различного рода социальных проблем;

- ✓ услуги психологов, которые оказывают профессиональную помощь в выявлении причинно-следственных связей формировании психологической стабильности для динамичного процесса выздоровления;

- ✓ услуги равных консультантов;

- ✓ юридические консультации.

По всем возникающим вопросам обращайтесь к лечащему врачу или представителю общественной организации, работающей в данной области.



ВИЧ, гепатит и метадон



В случае, если у вас ВИЧ, гепатит В или гепатит С, лечение метадонном позволит нормализовать жизнь, отказавшись от потребления нелегальных наркотиков, качественнее заботиться о себе, лучше питаться и принимать лекарства в нужное время. Однако лекарства, прописанные для лечения ВИЧ/СПИДа и гепатита, в некоторых случаях могут повлиять на прием метадона и подбор соответствующей дозировки. Обсудите эти вопросы с вашим лечащим врачом или консультантом.

Советы по приему метадона:



✓ Метадон лучше всего действует при ежедневном однократном приеме в одно и то же время в первой половине дня — с 8 до 11 утра.

✓ Перед приемом метадона обязательно покусайте, не принимайте препарат натошак.

✓ После приема дозы обязательно запейте ее водой.

✓ Для ощущения корректировки дозы требуется несколько дней. Прием других лекарств может повлиять на корректировку дозы.

✓ Прием опиоидов во время ФТМ не приводит к наркотическому опьянению. Но если вы все-таки примите наркотик, у вас может произойти передозировка или проявиться побочные реакции.

Поиск оптимальной для вас дозы метадона может занять до 6 недель.

Если вы оказались в больнице или попали в камеру предварительного заключения

Обязательно сообщите лечащему врачу или представителям правопорядка о том, что вы находитесь на лечении метадонам. Это крайне важно для того, чтобы вы вовремя могли получить свою дозу метадона и избежали потенциального вреда от сочетания лекарств. Попросите персонал больницы или полицейского участка поговорить с вашим врачом по ФТМ, чтобы они убедились в том, что вы действительно являетесь пациентом, которому необходим своевременный прием метадона в соответствующей дозе.

Как предотвратить побочные эффекты

При ФТМ возможны следующие побочные эффекты:

✓ Запор. Чтобы его избежать, ешьте продукты с высоким содержанием клетчатки (овощи, фрукты, злаки), кисломолочные продукты и пейте много воды. Избегайте продуктов с высоким содержанием жира.

✓ Повышенное потоотделение. Корректировка дозы поможет снизить потоотделение, также существуют другие лекарства для устранения повышенного потоотделения, обсудите это с лечащим врачом.

✓ Снижение полового влечения. У людей, принимающих опиоиды, может наблюдаться снижение половой активности. Следует обсудить с врачом меры, улучшающие сексуальную функцию.

Метадон и облегчение боли

Метадон может принести облегчение боли, однако при приеме стабильной дозы вы можете привыкнуть к его эффекту, и, возможно, вам потребуются дополнительные препараты для этой цели. Обсудите это с вашим врачом.

Женщины и метадон



У женщин, находящихся на ФТМ:

- ✓ повышается вероятность нормализации менструального цикла;
- ✓ появляется возможность сознательно отнестись к планированию беременности;
- ✓ создаются благоприятные условия для предродового и послеродового периода;
- ✓ снижается вероятность выкидыша;
- ✓ увеличивается шанс рождения ребенка без абстинентного синдрома;
- ✓ уменьшается практика коммерческого секса, что уменьшает риск распространения ВИЧ-инфекции, гепатитов В и С, а также других ИППП.

Конфиденциальность



Пациенты ФТМ защищены законом о правах и обязанностях пациента и конфиденциальности личных данных. Никто не вправе сообщить о том, что вы проходите лечение, за исключением следующих ситуаций:

✓ По обоснованному запросу органа уголовного преследования, судебной инстанции в связи с осуществлением уголовного преследования или судебным разбирательством согласно законодательству.

✓ По запросу парламентского адвоката и членов консультативного совета, созданного Центром по правам человека с целью обеспечения защиты лиц от пыток и других жестоких, бесчеловечных или унижающих достоинство видов обращения и наказания.

✓ Вы добровольно письменно разрешаете разглашать эту информацию в определенных условиях, например, для передачи вашей истории другому врачу или привлечения команды для психосоциальной поддержки.

Метадон и работа



Прием правильно подобранной и стабильной дозы метадона не должен влиять на вашу трудоспособность. При поступлении на работу не требуется упоминание о том, что вы принимаете метадон, если только нет необходимости пропускать/опаздывать на работу в связи с необходимостью посещения поликлиники (без упоминания принимаемого лечения).

Прием метадона на дому

В начале лечения вы должны будете посещать врача каждый день для получения дозы под наблюдением.

Однако:

✓ если вы посещаете лечебный кабинет и принимаете регулярно стабильную дозу метадона, при этом хорошо себя чувствуете и дополнительно не принимаете психоактивные вещества;

✓ если у вас улучшились семейные отношения, появилась стабильная занятость или работа;

✓ если при регулярном (1 раз в месяц) наркотестировании у вас не обнаруживают наркотические вещества;

✓ если вы соответствуете всем, вышеуказанным требованиям, при этом находитесь на программе не менее шести месяцев.

Вы можете обсудить с врачом вопрос о выдаче препарата для самостоятельного приема на дому (при соблюдении всех соответствующих правил).

Как правильно хранить препарат?

Ваша поддерживающая доза метадона может серьезно навредить здоровью или привести к смерти человека, который никогда не потреблял опиоиды.

Будьте бдительны:

- ✓ не наливайте свой препарат в контейнер, который можно спутать с контейнерами для бытового использования;
- ✓ помещайте препарат в закрытый контейнер;
- ✓ храните препарат в недосягаемости для детей.



Завершение лечения

Если вы планируете окончание ФТМ, поговорите об этом с лечащим врачом. Прекращение приема метадона может занять время, так как доза сокращается постепенно. Важно учитывать, что резкое уменьшение дозы может привести к негативным последствиям, в том числе к возобновлению

употребления наркотических веществ.

Уровень болезненности при выходе из программы зависит от того, насколько правильно была снижена доза и употреблял ли пациент дополнительные наркотические вещества во время ФТМ.

После завершения ФТМ вы можете испытывать беспокойство, легкое нарушение сна, снижение аппетита, пониженное настроение в течение нескольких недель. Поговорите с вашим врачом о назначении общеукрепляющего лечения после завершения ФТМ. Однако не стоит излишне переживать, со временем это должно пройти.

Во время и после окончания терапии постарайтесь сохранить и расширить свой круг поддержки. Вы можете воспользоваться услугами реабилитационных центров и общественных организаций.

Если вы считаете, что у вас может случиться рецидив, незамедлительно вернитесь в программу для повторного лечения. Возобновление терапии не является провалом.

Долгосрочная отмена может занять от шести месяцев до одного года — это время должно пройти, прежде чем вы сможете полностью прекратить терапию метадонем. Никогда не следует устанавливать ограничения по времени — прекращайте прием тогда, когда вы будете готовы к этому, в сотрудничестве с врачом.

Полезные адреса

Республиканский наркологический диспансер мун. Кишинэу,
ул. Петру Рареш, 32, Тел.: +373 22 293 685, +373 22 293 684

Первое наркологическое отделение мун. Кишинэу, ул. Гренобля 147
Тел.: +373 22 72 37 41

Четвертое наркологическое отделение мун. Кишинэу, ул. Г. Мадан 87/7
Тел.: +373 46 55 48

Наркологический кабинет при консультативном центре муниципальной больницы
мун. Бельцы, ул. Дечебал, 101, каб. 101, Тел.: +373 23 1 349 86

Наркологический кабинет г. Комрат, ул. Победы, 46, каб. 81
Тел.: +373 29 8 234 33

Наркологический кабинет г. Кагул, ул. Штефана чел Маре, 27, каб. 404
Тел.: +373 29 9 32 201

Наркологический кабинет г. Единец, ул. Индепенденций, 81, каб. 413
Тел.: +373 24 6 22 101

Наркологический кабинет г. Сорока, ул. Когэлничану, 1, консультативное отделение
районной больницы, Тел.: +373 23 0 26 419

Наркологический кабинет г. Унгены, ул. Романэ, 27, каб. 214,
Тел.: +373 236 223 82

Общественная ассоциация «Viata Noua», центр «Pas cu Pas»
мун. Кишинэу, ул. Индепенденций, 6/2, Тел.: +373 22 664 586

Общественная ассоциация «Молодежь за право на жизнь», центр «Ruls»
мун. Бельцы, бул. Викторией, 7А, Тел.: +373 231 92551, +373 231 39332

Общественная ассоциация «Viata Noua», центр «Pas cu Pas»
г. Кагул, ул. Негруцци, 46, Тел.: +373 299 84 283

Анонимные Наркоманы Молдовы, Тел.: 060 209 400

Региональный Социальный Центр для ЛЖВ «Renasterea»
мун. Кишинэу, ул. Мелестиу, 20М, Тел.: +373 22 80 92 92

Региональный социальный центр для ЛЖВ «Viata cu speranta»
мун. Бельцы, пр. Победы, 7А, Тел.: +373 23 1 36573

**Центр социальной поддержки людей, живущих с ВИЧ, подразделение ГУ «ЦПБ
СПИД и ИЗ» г. Тирасполь, ул. Мира, 33, корпус 14**
Тел.: +373 533 23477; +373 533 58034