



Murind pentru o înghititura

Ce ar trebui să știe familia ta despre alcoolism



Autor: Thomson, Barbara R.

Editura: LIFE PUBLISHERS

Cod de bare: 9789737908223

URL produs:

https://librariaonline.ro/practice_si_timp_liber/educatie/altele/murind_pentru_o_inghititura_ce_ar_trebui_sa_stie_familia_ta_despre_alcoolism-thomson_barbara_r-life_publishers-p10036858

Descriere produs

Murind pentru o înghititura

Ce se întâmplă dacă o persoană dependentă nu renunță la alcool? Care sunt riscurile alcoolismului? Există o predispoziție genetică? Cum pot familia și prietenii să ajute?

Adesea diagnosticat greșit și înțeles eronat, alcoolismul este o tulburare care afectează milioane de persoane și produce consecințe grave asupra sănătății, relațiilor și familiei.

Ce răspunsuri oferă cartea?

Daca tu sau o persoana apropiata va confruntati cu efectele dependentei de alcool si cautati principii spirituale care sa va calauzeasca spre recuperare, Murind pentru o inghititura va poate oferi informatii si indrumari valoroase.

Dr. Anderson Spickard Jr. si Barbara R. Thompson abordeaza intrebarile dificile despre cauzele alcoolismului, simptomele dependentei, influenta genetica, efectele asupra familiei, interventie, abstinenta si prevenirea recidivei. Autorii se bazeaza pe cercetare, practica medicala si multi ani de experienta alaturi de mii de pacienti aflati pe drumul recuperarii.

Cartea imbina dovezile medicale, indrumarea practica si principiile spirituale, oferind speranta persoanelor dependente si familiilor lor.

Aprecieri pentru carte

„Alcoolis...

O combinație de concepte extrase din vasta experiență a unei clinici, de date științifice, precum și de anecdote convingătoare, acest ghid, scris într-o manieră candidă, îl poartă pe cititor prin complexitățile dependenței de alcool. Se poate spune că trăsătura care oferă unicitate acestei lucrări constă în abilitatea autorului de a țese idei de compasiune și spiritualitate în matricea acestei boli complicate. Aceasta dovedește faptul că, într-adevăr, credința nu este incompatibilă cu știința—ci complementară!“

— DR. ROBERT MORSE, *Profesor emerit în Psihiatrie
Clinica Mayo și Facultatea de Medicină Mayo*

„Alcoolismul nu doar se mișca prin familia mea—ci curgea ca un torent. Mi-aș fi dorit să aflu de această carte *Murind pentru o înghițitură* (în original, *Dying for a Drink*, n.t.) acum 30 de ani, când tatăl meu se lupta cu acest monstru. Această carte îmi deslușește lucrurile atât de bine și mă ajută să îmi înțeleg tatăl, să mă înțeleg pe mine însumi și să îmi înțeleg familia în moduri în care nu aș fi putut-o face niciodată dacă nu aș fi citit-o.“

— JOEL LEE, *Vice cancelar asociat în Comunicare
Centrul Medical Vanderbilt University*

„Ajunge la tine și te captivează ... ar trebui citită de fiecare persoană care a avut tangență cu alcoolismul sau cu dependența de substanțe chimice.“

— HAROLD E. HUGHES,
Fost senator al Statelor Unite

„Cea mai autoritară carte pe care am citit-o vreodată tratând subiectul alcoolismului.“

— RICHARD C. HALVERSON,
Fost capelan în Senatul Statelor Unite

„Este, fără îndoială, cea mai bună carte care tratează alcoolismul din perspectiva credinței, pe care am citit-o vreodată.“

— ARCHIBALD D. HART, *Doctor, profesor de psihologie și
Fost decan al Facultății de Psihologie,
Seminarul Teologic Fuller*

MURIND PENTRU O ÎNGHIȚITURĂ

MURIND PENTRU O ÎNGHIȚITURĂ

Anderson Spickard Jr., medic
Barbara R. Thompson



Originally published in English as *DYING FOR A DRINK*
Copyright © 1985, 2005 by Anderson Spickard Jr., MD, and Barbara R. Thompson
Printed in the U.S.A.

Drepturile de autor pentru ediția în limba română:
© 2006 LIFE PUBLISHERS INTERNATIONAL
Springfield, Missouri, SUA
și LIFE PUBLISHERS ROMÂNIA
Str. Ady Endre nr. 33, 410002 Oradea, România
Tel. (0259) 436 264, fax (0259) 447 180
E-mail: liferom@rdslink.ro, Website: www.liferomania.ro

Toate drepturile rezervate.

Nici o parte a acestei publicații nu poate fi reprodusă, copiată sau transmisă prin orice fel de mijloace – electronice, mecanice, fotocopiare, înregistrare, sau oricare altul – cu excepția unor citate scurte incluse în articole de critică sau recenzii tipărite, fără permisiunea prealabilă a editurii.

Dacă nu există alte precizări, citatele biblice sunt luate din Sfânta Scriptură, traducerea Dumitru Cornilescu.

Traducerea: *Lidia Mihăilescu*
Editarea: *Răzvan Mihăilescu*
Tehnoredactarea: *Daniel Ardelean*
Coperta: *Adrian Abrudan*

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României
SPICKARD, ANDERSON, JR.

Murind pentru o înghițitură: ce ar trebui să știi tu și familia ta despre alcoolism / Anderson Spickard Jr. / Barbara R. Thompson; trad.: Lidia Mihăilescu. - Oradea : Life, 2006
ISBN (10) 973-7908-22-8 ; ISBN (13) 978-973-7908-22-3

I. Thompson, Barbara
II. Mihăilescu, Lidia (trad.)

613.81

Romanian edition.

Printed in Romania by *Tipografia LES s.r.l.*
440097 Satu Mare, Str. Arenei 16
Tel. (0261) 768352, fax (0261) 730454

Această lucrare le este dedicată dragilor noștri
Caroline, Kate, Mark, Emily, Anna, Lucas, William,
Ben, Scott, Megan si Claire

și

Daniel, David, Kiera, Peter, Julia and Claire

Cuprins



<i>Mulțumiri</i>	xi
<i>Introducere</i>	xiii
1. O epidemie de șanse egale	1
2. Mie nu mi s-ar putea întâmpla niciodată	7
3. Cine este supus acestui risc?	13
4. Cât de mult este prea mult?	23
5. Abuz — sau dependență?	31
6. Primele semnale de avertizare	41
7. „Nu mă numi alcoolic!”	51
8. Distribuția susținătorilor dependenței de alcool	57
9. Un punct de vedere al partenerului de viață	67
10. Capcana familiei	71
11. „Cineva o va păși!”	81
12. Prea mult și prea devreme	85
13. Jocuri de copii	93

14. Cele cinci mituri ale dependenței	105
15. Motivația pentru schimbare: primii pași	111
16. Detașarea	121
17. Cum să primești ajutor: noi instrumente de intervenție	127
18. Intervenția de grup: dragostea și sinceritatea	133
19. Timpul de luare a deciziei	141
20. Câteva avertizări	149
21. Căile spre abținere	153
22. Când luna de miere se sfârșește	165
23. Principiile pentru recuperarea alcoolicilor	169
24. Reabilitarea familiei	179
25. Prevenirea recidivei	189
26. Ce trebuie făcut dacă alcoolicul nu se oprește niciodată din băut?	199
27. O chemare la acțiune	205
<i>Epilog</i>	217
<i>Appendicele A: Scrisoare către nepoți</i>	219
<i>Appendicele B: Testul MAST: Un test de diagnostic</i>	223
<i>Appendicele C: Resurse</i>	229
<i>Note</i>	235
<i>Despre autori</i>	245

Mulțumiri



Pentru scrierea acestei cărți și pentru colaborarea de peste treizeci de ani, suntem datori să recunoaștem meritele mai multor colegi, prieteni și membri ai familiei decât ne permite spațiul limitat al acestei cărți. Suntem datori să le mulțumim numeroaselor persoane care s-au vindecat de alcoolism, precum și familiilor lor, pentru generozitatea de care au dat dovadă când ne-au împărtășit povestea vieții lor. Numele lor și detaliile care i-ar face ușor de recunoscut au fost schimbate pentru a le proteja identitatea, însă relatările despre triumful lor asupra dezastrului sunt reale.

Le datorăm recunoștință numeroșilor colegi de la Anderson Spickard, menționându-i pe Billie Alexander Avery, Josh Billings, Greg Dixon, David Dodd, Peter Martin, și Bill Swiggart pentru asistența pe care ne-au acordat-o cu atâta profesionalism și pentru prietenia lor plină de credincioșie. Îi suntem în mod deosebit recunoscători Diane Phillips pentru sprijinul ei calm, generos și competent în administrarea proiectului nostru.

Le suntem recunoscători dragilor noștri prieteni comuni care au susținut proiectul acesta pe tot drumul pe care l-a urmat. Aici sunt incluși Howell și Madeline Adams, sora Patty Caraher,

Mulțumiri

Alfred și Carney Farris, Connie și Dale Nash, Myo Naing și Htwe Htwe și numeroși prieteni de la International Community School (Școala Comunității Internaționale, n.t.) din Decatur, Georgia.

Dorim să îi mulțumim lui David Moberg de la Thomas Nelson pentru sprijinul vizionar acordat acestui proiect, precum și lui Kate Etue și Adria Haley pentru asistență în domeniul editorial. O mulțumire specială îi adresăm editoarei noastre, Suzie Jacobs.

În final, vrem să le mulțumim familiilor noastre, în special lui Sue Spickard, Susan și Ron Graym Anderson și Margaret Spickard, David și Alice Spickard, Burnett și Ramona Thompson, Brenda Cabrera, și lui Burnett Thompson III pentru sprijinul lor loial de-a lungul multor ani.

ANDERSON SPICKARD JR., medic

BARBARA R. THOMPSON

Introducere



Nu era un început promițător. Când am început să tratez alcoolici cu mai bine de patruzeci de ani în urmă, credeam, asemenea multor doctori, că alcoolismul reprezenta o boală fără scăpare, care îi afectează pe oamenii cu voință slabă. Am făcut tot ce mi-a stat în putere să evit alcoolicii în exercitarea profesiei mele de medic, iar pe cei pe care nu-i puteam evita îi supuneam tratamentului spitalicesc standard de dezintoxicare, îngrijirii medicale pentru probleme fizice serioase și îi externam apoi cu un diagnostic de care eram sigur că este o „ușă rotativă“.

Singurul meu „succes“ consta în faptul că mă descotorosisem de Henry, un vechi frate de cruce. Henry, cu cât bea mai mult, cu atât apela mai mult la prietenia mea. Suna la mine și ziua și noaptea, mă pisa să îi dau pastile, și îmi cerea să îl internez în spital pentru tot felul de boli imaginare. În cele din urmă, Henry a sunat într-o după-amiază, amenințând, cum mai făcuse înainte, că se va arunca de pe Podul Memorial din Nashville, dacă nu îi prescriu din nou o rețetă pentru Valium. „Dă-i drumul“, i-am spus, „oricum ești un junghi în spate și dacă mă anunți dinainte când o vei face, îi voi invita pe toți prietenii care te cunosc să fie de față.“

Introducere

N-am dat crezare amenințării lui Henry și i-am închis telefonul în nas, fără nici o mustrare de conștiință. Aveam prea mulți pacienți care voiau să se facă bine; de ce să îmi mai fi pierdut timpul cu un om care, deși îmi era prieten, voia să se distrugă singur? (Din ferici-
cire, Henry nu mi-a urmat sfatul și, mai târziu, s-a integrat într-un
program de dezalcoolizare. Nu a mai fost dependent timp de
douăzeci de ani cât a mai trăit, iar cauzele morții sale n-au avut
legătură cu alcoolismul.)

INTENȚII BUNE, CONSECINȚE TRAGICE

La începutul anilor '70 am experimentat o convertire spirituală
profundă, care m-a făcut să am mai multă empatie pentru
pacienții mei cu diverse dependențe, printre care se număraseră
până atunci chiar și trei medici. Am simțit că, dacă Dumnezeu
m-a putut ajuta pe mine, Dumnezeu îi putea izbăvi și pe alții din
dependență. Am încercat tot ce mi-a stat în putere să ajut acest
torent de alcoolici cu minte strălucită, talentați, să găsească o
soluție spirituală pentru dependența lor. Am ajuns până în punc-
tul în care le-am dat copii ale cântecului „El ține lumea întreagă
în Măinile Lui“. În ciuda bunelor mele intenții, nu am vindecat
niciodată și nu am ajuns să țin sub control nici măcar o singură
problemă cu băutura pe care o avea cineva. Tot ce am putut face
a fost să stau și să îmi urmăresc neputincios pacienții care își
epuizau ultimele energii ale vieții lor talentate căutând „încă o
înghițitură“.

Atunci a apărut Jerry. Jerry era un om de afaceri dur, de suc-
ces și prietenia noastră se închease cu mulți ani în urmă. Știam
că Jerry obișnuia să bea mult, însă când familia lui, înspăimântată
(și stânjenită) l-a adus la cabinetul meu, îmi venea greu să cred
rezultatele propriei mele consultații. Ficatul lui Jerry de abia dacă
mai funcționa, iar pancreasul lui avea o inflamație acută. În

prezența soției și a copiilor lui, l-am avertizat că urma să moară în câteva luni, dacă nu termina cu băutura.

Jerry era vizibil zdruncinat și a jurat că niciodată nu va mai bea vreo picătură. Familia l-a sprijinit să își țină promisiunea și eu am fost convins că Jerry se va refăce. Apoi, timp de mai bine de un an, am urmărit cu o mâhnire de necrezut, cum prietenul meu cu o minte strălucită, plin de personalitate, se îmbăta din nou. Aceasta a fost una dintre cele mai triste experiențe din cariera mea medicală. Niciodată nu voi mai afirma că alcoolismul este boala oamenilor fără voință.

O ÎNTÂLNIRE CARE MI-A SCHIMBAT VIAȚA

La scurt timp după moartea lui Jerry, am participat la un atelier de o săptămână la un centru pionier de reabilitare din Minnesota. Scepticismul meu inițial (Ce lucruri pe care nu le-am auzit deja în Facultatea de Medicină le-aș putea învăța aici?) s-a transformat în uimire, în timp ce urmăream consilieri iscusiți conducând grupuri de alcoolici printr-un program amplu de recuperare. Mulți dintre consilieri erau ei înșiși alcoolici recuperați, care practicau abținerea totală de la băutură de zece, douăzeci și chiar treizeci de ani.

Chiar și acum pot retrăi amestecul de uimire și regret pe care l-am simțit când digeram această nouă informație. Eram profesor la o Universitate Medicală de prestigiu, predându-le studenților știința medicală cea mai modernă și, totuși, tratând fără succes un număr mare de alcoolici. Toți acești pacienți, după cum putea vedea, se îmbătau până mureau și nici eu, nici colegii mei din personalul medical nu cunoșteam vreo alternativă credibilă sau eficientă în afara neglijării problemei. Am încercat să umplu acest vid, vorbindu-le pacienților mei alcoolici despre viețile lor spirituale, însă acei câțiva care și-au recunoscut problema nu au fost în stare să se lase de băutură.

Introducere

Acum, după douăzeci de ani de practică medicală, am învățat că alcoolismul răspunde la un program de tratament specific și că există dependenți de alcool *în curs de vindecare* peste tot în lume. Mă simțeam de parcă aș fi petrecut ani de zile tratând fără efect pacienții de diabet cu rugăciune și cu bune intenții, pentru a descoperi că există milioane de oameni care se simt bine, prin controlarea consumului de zahăr și prin folosirea insulinei. Era, cel puțin, o trezire dură și care avea să îmi schimbe viața.

O TULBURARE CARE SE POATE TRATA

Domeniul medicinei care tratează dependența s-a schimbat considerabil de atunci. Deși medicii în general eșuează în diagnosticarea corectă a dependenței *în peste 50% din cazuri* (sau eșuează în a trimite pacientul la un medic specialist), concepția noastră despre alcoolism, impactul asupra familiilor și metodele folosite pentru recuperare continuă să se îmbunătățească. Acum, mai mult ca niciodată, alcoolismul este o tulburare care se poate trata. În întreaga lume, alcoolicii a căror viață a fost devastată de băutură află vindecare pentru trupurile, mințile, emoțiile, duhurile și relațiile lor. La fel de important, familiile și prietenii lor sunt instruiți să înceapă propriul lor proces de reabilitare. Propria mea implicare în viața alcoolicilor și în cercul celor apropiați lor a devenit una dintre laturile cele mai pline de speranță și de inspirație din practica mea medicală. Deși eșecurile nu pot fi evitate, bucuria de a fi partener în reabilitarea unui alcoolic depășește cu mult orice dezamăgire. În ultimii douăzeci de ani, această călătorie m-a purtat în comunități din Statele Unite și din fosta Uniune Sovietică, în care unul din trei decese se datorau alcoolului. Prin traducerea primei ediții a cărții *Murind pentru o înghițitură* (*Dying for a Drink*) cu mai mult de douăzeci de ani în urmă, cercul meu de preocupare s-a extins și include grupuri de reabilitare în diverse țări, precum Coreea, Franța și Mongolia.

Introducere

Succesul cărții *Murind pentru o înghițitură* (*Dying for a Drink*) se datorează în mare parte iscusinței de a intervieva și de a scrie în mod convingător a prietenei și kolegi mele Barbara Thompson. Am întâlnit-o pe Barbara cu mulți ani în urmă, pe când ea lucra cu refugiații ugandezi, iar grija ei pentru victimele de război dăinuiește și azi. Ea este co-fondatoare a International Community School (Școala Comunității Internaționale, n.t.), o școală pionieră pentru refugiați și pentru copiii fără posibilități materiale din Decatur, Georgia. Sunt recunoscător că și-a făcut timp, printre multele ei responsabilități, să facă revizia cărții *Murind pentru o înghițitură*.

Versiunea revizuită a cărții *Murind pentru o înghițitură* a fost realizată pentru a echipa cititorii cu informații, cu metode și cu încrederea de care au nevoie pentru a participa la procesul de reabilitare. În capitolele care ne stau în față ne vom ridica întrebări importante și trebuie să fim pregătiți să schimbăm păreri care nu și-au găsit răspuns vreme îndelungată. De exemplu:

- Cine este expus riscului alcoolismului? Există o genă a alcoolismului?
- Cum convingi un alcoolic să primească ajutor? Ce program este cel mai bun?
- Cum pot începe membrii familiei și prietenii propriul lor proces de recuperare?
- Ce se întâmplă dacă un alcoolic nu se oprește niciodată din băut?
- Cum să abordăm propriile noastre obiceiuri de a consuma băuturi alcoolice? Ce factori ar trebui să guverneze deciziile noastre?