

RAVI: Sillamäe riiklikult rahastatavas keskuses kasvavad narkomaanid uuesti inimeseks

Lootus kustub viimasena

■ Kui Artur (nimi muudetud) läks Sillamäe narkorehabilitatsioonikeskusest teist korda ula peale, oli tal veel kaks jalga. Tagasi kargutas noormees ühe jalaga. Ja lootusega viimaks puhtaks jääda.

SIRLE SOMMER-KALDA
sirle@pohjarannik.ee

Kui Sompä trööstitus ümbruses, aga tavalises peres kasvanud Arturi allakäigu kronoloogia kiretult kokku võtta, kõlaks see nii: 15aastaselt esimene tutvus alkoholiga, 16aastaselt kanepiga, 17aastaselt vanglaga, 18aastaselt süstimisega.

"Kui vanglast välja sain, oli suve lõpp ja nägin, et poisid käivad mööda naabrite aedu. Hakkas huvitama, mida nad seal teevad. Vaatasin, kuidas nad hiljem moonivedeliku keetsid. Pakuti ja mõtlesin, miks mitte proovida. Pärast proovimist olid esimesed sõnad: tulen homme teiega. Hakkasin tarvitama iga päev. Ja nii 20 aastat."

2003. aasta lõpust hakkas Artur käima metadooniravil. "Sellele vaatamata tarvitasin edasi. Ma ei näinud, et metadooniravi oleks midagi muutnud." Metadooniravi ainsaks kasuteguriks loeb Artur seda, et sealne sotsiaaltöötaja soovitas tal pöörduda narkorehabilitatsioonikeskusesse.

Sillamäel on ta juba neljandat korda. Esimesel korral pidas vastu kaks, teisel kuu päeva. "Sel aastal tulin kolmandat korda, olin vahepeal kaotanud jala, mis amputeeriti. Kuna olin juba nii palju süstinud, oli mul veenide ummistus ja polnud teist väljapääsu."

Artur lahkus ka pärast kolmandat katset puhtaks jääda. "Kusjuures mul polnud kusagile minna, isegi sõiduraha mitte. Kui juba bussipeatuses külmetasin, olin enda peale nii vihane!"

Neljandal korral on Artur pidanud vastu rekordilised neli kuud. "Ma olen väga tänulik keskuse direktorile, et mind tagasi võeti, tänu sellele olen veel kaine. Ausalt öeldes on mul usku paranemisse väga vähe, aga eriti tarvitada ka ei taha. Olen lihtsalt elust nii väsinud."

Keldrielu tundus hüllem

Kui Artur liigitub juhtumite hulka, kus lootus sureb viimasena, siis Kohtla-Järvelt pärit Aleksander Obuhhov on keskuse tõeline edulugu. Praegu ei viita 32aastase mehe tervise pakatavas välimuses miski, et ta oleks kunagi elanud asotsiaali kombel. Aga anname talle endale sõna:

"Minu kodus joodi pidevalt. Ise proovisin alkoholi esimest korda 8aastaselt, mulle eriti ei meeldinud, sest see tekitas kontrollimatuse tunde. Nuu-sutasin kõikvõimalikke liime, bensini. Siis proovisin kanepit. See meeldis, sest tekitas tunde, nagu ma armastaksin kõiki, kuigi tegelikult tundsin ainult vihkamist. Aga kõiki vihates endale elada."

Siis püüdis selle poole, et selline seisund oleks kogu aeg. Aga selleks oli vaja raha, mina olin kõigest 11aastane. Seetõttu hakkasin varastama. Kaua karistamatult varastada ei õnnestunud. 15aastaselt pandi mind kinni. Vanglas õppisin, et peab olema kuri

ja julm, et ellu jääda. Ja et on veel teisi narkootikume, mis on kanepist paremad.

Amfetamiini tarvitamisest sain depressiooni, mille peale üks kutt pakkus heroini. Kui kukkusin jälle kinni, siis tarvitasin ka vanglas. Seal õppisin, et tuleb sooritada selliseid kuritegusid, mille eest on raske karistada. Seda kõike selleks, et saaksin rahulikult tarvitada. Nii tegelesin metalli- ja pisivargustega.

Selleks ajaks polnud minule enam midagi püha. Kohtla-Järvel polnud ühtegi inimest, kellele ma poleks olnud võlgu või keda ma poleks petnud. Ma ei saanud enam tänavale minna, sest minuga taheti arveid õendada. Peitsin end kodus, aga kuna süstida ju tahtsin, hakkasin kõike kodust välja viima. Ema ja vend viskasid mu välja. Ainus koht, kuhu sain minna, oli kelder. Seal elasin kolm kuud. Isegi meeleülest ei hakanud enam kergem, kogu aeg oli paha olla.

Keldris on temperatuur kogu aeg 8 kraadi. Mul oli tunne, nagu mind oleks külmutatud, magasin 16 tundi ööpäevas. Mõtlesin, et tore oleks surra, see olnuks väljapääs, aga olin argpüks ega julgenud auto alla viskuda.

Ühel hetkel tulin keldrist välja ja selgus, et on inimene, kellele ma ei olnud ükskõik. Üks sõber tõi mind koju, nad emaga toitsid mind, aga korralikust toidust sain mürgituse, mul tõusis kõrge palavik. Nad hoolitsesid minu eest kuu aega ja ma mõistsin ühte lihtsat asja: ma ei saa oma eluga hakkama ja mul on vaja abi. Ja kui sellest aru sain, ümusid kohe minu ümber inimesed, kes abi pakkusid.

Tuttavad narkomaanid viisid mind Puru sotsiaalkeskusesse Allium, kust minult saadeti Sillamäele. Tulin siia 13. aprillil 2010. Läbisin 13 kuuga rehabilitatsioonikursuse. Esimesed seitse kaint päeva olid rasked. Aga tagasimine keldrisse tundus hüllem.

Ausalt öeldes polnud sellist momenti, kus oleks olnud megaraske. Raske oli keldris, sest olin terve elu enda eest ära jooksanud, aga keldris põrkasin iseendaga taas kokku ja see mulle üldse ei meeldinud. Tuli välja, et olen 28aastaselt inimene, kes ei suuda mitte midagi, isegi mitte hambaid pesta - täielik taandareng.

Olen juba neli aastat kaine. Mina, kes ma pidasin end lootusetuks narkomaaniks. Ma ei suitseta ega joo isegi kohvi. Usun nüüd, et igas inimeses on ressursid, mis võimaldab tõsta oma tuju ilma kohvi, sigaretti või narkootikumita. Varem olin kogu aeg kõrgendatud ärevusseisundis, alles nüüd on see kadunud.

Keskuses olen õppinud rääkima, nägema oma probleeme, neid lahendama, töötama oma tunnetega ja neid mõistma. Kõike seda, mida ma varem ei osanud. Armusin keskuse meditsiiniõesse ja oleme nüüd abielus. Me töötame koos, olen siin kogemustõustaja.



Kunstiteraapia on üks tegevus, mis mahub narkorehabilitatsioonikeskuse tihedasse päevakavva.

MATTI KÄMÄRÄ

Huvitav on see, et kui ma võtsin vastu otsuse jääda kaine, lahenes kõik muu iseeneest. Isegi võlad. Kujutage ette, mind kutsuti politseisse ja öeldi, et sündmuskohalt leiti minu DNA. Tunnistasin üles, ütlesin, et olen keeranud elus uue lehekülje ja valmis kandma vastutust. Seejärel mind kutsuti prokuratuuri, kus öeldi, et avaliku huvi puudumise tõttu kriminaalasi lõpetatakse. Põhjendati, et ma läbisin rehabilitatsiooni, maksan võlgu ja minusse usutakse. Kujutage ette, minusuguse staaži ja kohtulike karistustega narkomaani!"



LAGLE ARM

Meie moto on, et kõik saab alguse ühest väikesest võidust.

töötavaid ja sportimise, teisel poolt pakutakse psühholoogilist ja psühhiaatrilist nõustamist ning õpetatakse elementaarseid toimetulekute oskusi.

"Töötame isiksustega, kes pole sõltuvuse tõttu välja kujunenud. Nad on kolmekümnesena oma psühholoogilist

mida on kaotada: tervise, lähedased, vara. "Tekib motivatsioonikriis, kus jääb üle kas surra või midagi muuta."

Tavaline taastusabise pääsemise skeem on selline, et inimene helistab keskusesse, ta pannakse järjekorda ja kutsutakse vestlusele, kus otsustatakse, kas teda on võimalik aidata. "Palju sõltub inimese valmisolekust, mis on väga erinev. Esimesed kuud aitame neil leida iseendas motivatsiooni, et endaga vaeva näha ja puhtaks saada," rääkis keskuse juhataja Lagle Arm.

Kainuse plaan

Kui klient lahkus pärast aasta kuni kaks kestnud rehabilitatsiooniperioodi tavaellu, on kainuse plaanis terve hulk reegleid, mida järgida. Ja tugi-isik, kellele toetuda. "Kui neid reegleid järgida, siis on võimalus, et midagi läheb viltu, väike. Pärast kahte aastat kainust - aasta siin, aasta väljas -, saabub stabiilsus psüühikas ja nad hakkavad kainust hindama," ütles psühholoog.

Et osa jätab rehabilitatsiooni pooleli ja tuleb hiljem tagasi, on Litvinenko kinnitusele normaalne. "Kui keegi katkestab, siis me ei suutu sellesse nii, et oleme oma tööd halvasti teinud või et klient on halb, vaid see on osa haigusest. Kes käib üks, kes kümme korda - siin on raske midagi ette enustada. Sest haigus on üks, aga inimesed erinevad oma isiksuseomaduste, mineviku, lapsepõlve ja traumaatiliste kogemuste poolest."

Lagle Arm kinnitas, et tema ja ta kolleegid suhtuvad oma klientidesse kui inimestes, kes on puntras oma eluga, kellel on soov muutuda, kes ei vaja haletsust ega hukkamõistust, vaid professionaalset abi. "Meie moto on, et kõik saab alguse ühest väikesest võidust. Ja selleks, et selle väikese võiduni jõuda, on vaja võimalust."

- * Sillamäe narkorehabilitatsioonikeskus on üks kahest riiklikult rahastatavast keskusest Eestis, teine asub Viljandis. Sillamäe keskuse kliendid on eranditult mehed.
- * Keskuses on 29 voodikohta, millest 26 rahastab tervise arengu instituut ja kolme justitsministeerium. Viimaseid hoitakse juhuks, kui klient saadetakse kohtu otsusel, st tal on valida vangla ja ravi vahel.
- * Praegu saab taastusabi 22 klienti, kellest enamik on Tallinnast ja Ida-Virumaalt, aga siia tullakse ka Tartust, Valgast ning Põlvast. Teenus on eesti- ja venekeelne.
- * Kaheksa aasta jooksul on keskuses viibinud kokku 565 klienti, nende seas on ka korduvad käijad.

"Hiljuti oli keskuse 8. sünnipäeva puhul avatud uste päev meie lõpetajatele. Paljud neist on oma elu väga hästi sisse seadnud, alustanud oma äri või töötavad ehitusel, on abielunud ja saanud lapsi. Kui ütlen kellelegi, et töötan narkomaanidega, küsitakse, miks ma sellega tegelem, kas neid saab siis ravida? Inimestel on stereotüüp, et narkomaanid on lootusetud inimesed."

Keskuses arendatakse nii klientide keha kui vaimu. Ühelt poolt on olulisel kohal

vanuselt 14aastased, sest kogu aeg see aeg, kui nad on tarvitanud uimasteid, pole nad isikusena arenenud. Meie anname neile võimaluse õppida vastutustundlikkust nii oma elu kui tegude eest, mõistma oma haigust, mis on progressiivne, krooniline ja surmav, ning jääma kaineks," selgitas psühholoog.

Litvinenko sõnul satuvad keskusesse need, kel on motivatsiooniterveneda. Need on inimesed, kes on jõudnud mingi piirini, olles kaotanud kõik,

Ühes siiski järeleandmist ei tehta: sõltuvusainete tarvitamine keskuses lõpeb sealt väljaviskamisega. Aga selliseid juhtumeid on olnud üksikud.

Kohanemise etapil viibib klient vaid keskuse territooriumil. Hiljem on võimalik saada linnaluba ja ka väljaspool keskust töötada. Näiteks on asutusel leping ASiga MEKE Sillamäe terviselinnaku heakorratõde tegemiseks.

"Aitame ka lasteaedu, kooli, kultuurimaja, raamatukogu, kui tehakse näiteks remonti ja on vaja mööblit rassistada. Tänu sellele on meil linnas hea reputatsioon," märkis vanemtegevusjuhendaja Olga Gluhihh. "Meie kontseptsiooni järgi peab töötama päevas neli tundi, sinna alla läheb ka eneseteenindamine: koristamine, sooklas abiks olemine. Meil on suur territoorium, mida koristada, kasvuhooned, peenrad."

Armi sõnul soovatakse pakkuda mitmesugust töökogemust, mis aitaks kliente hiljem tööturul. Kuna enamik asukaid on kunagi töötanud ehitusel, rakendati nad keskuses ühe tiiva remondis, mis hiljuti valmis. Nüüdseks on kogu maja sisemus läbinud uuenduskuuri ja järke ootab fassaad.

Peale töökogemuse saavad sõltuvusest paranejad võimalustest. "Võlgu on neil palju. Tegeleme sellega, et inimesel oleks ülevaade oma rahalisest seisust. Tavaliselt nad teavad, et neil on suured võlad, aga kui palju täpselt ja mille eest, ei tea," rääkis sotsiaaltöötaja Natalie Talvi, ja suhtleb ka klientide perede ja kriminaalhooldajatega ning aitab asjaajamisel ametiasutustes.

Ametlikku statistikat, kui paljud kliendid on puhtad ka kaks aastat pärast taastusabi saamist, keskusel pole. "Paljud, kes lahkuvad, hoiavad meiega kontakti, kuid mitte kõik. Meil on kontakt 43 kliendiga, kes on keskusest lahkunud kolm või rohkem aastat tagasi ning kes on tänani puhtad," ütles Arm.