

„EGÉSZSÉGES FALUNKÉRT” TÁMOP-6.1.2-11/1-2012-0963

Augusztus 20-án egy településre vonatkozó egészségügyi állapotfelmérés megvalósításával indult el Bodroghalomban a községi önkormányzat azon projektje, amely a településen lakók jobb egészségügyi állapotának elérését célozza.

Az Új Széchenyi Terv, Társadalmi Megújulás Operatív Program - TÁMOP-6.1.2-11/1/A jelű, „Egészségre nevelő és szemléletformáló életmód programok – lokális szintek” címet viselő pályázati kiírásán sikeresen támogatást nyert, települési szintű „Egészséges falunkért” című projektje keretében Bodroghalom Község Önkormányzata számos elemből álló egészségjavító, az egészséges életvitelre, szemlélet- és életmód kialakítására irányuló programokat valósít meg. Mostantól havonta jelentkezünk a projekt programjaihoz kapcsolódó témakörökkel, az egészséges életmód elérését, az egészségi állapot javítását, illetve a káros szenvedélyek megelőzését elősegítő tájékoztató írásainkkal, cikksorozataink részeként célunk, hogy hozzásegítsük a településen élő fiatalokat, a középkorosztályhoz tartozókat és időseket az ezekkel kapcsolatos ismereteik bővítéséhez.

SZEMBE A DROGOKKAL – INTERJÚ EGY VOLT DROGFOGYASZTÓVAL 2.



Az „Egészséges falunkért” projekt keretében két célcsoport számára megtartott drogmegelőzési és ismeretterjesztési előadások és csoportfoglalkozások megismertették a résztvevőkkel a drogok fajtáit, a szenvedélybetegségek kialakulásához vezető utakat, a kábítószerkezelés lehetőségeit, valamint a kialakult drog-helyzetek kezelését és a szerekről való leszokás módjait, illetve a „tisztaság” felé vezető utakat.

Szilágyi András szociális segítő, aki maga is, - napjainkra tisztult - drogfüggő volt, saját életét elmesélve mutatta be a különböző kábítószerkezelésének kialakulását, okait, a szenvedélybetegség, drogfüggőség elmélyülését és személyes példáján keresztül az abból való kilábalás kemény, de felemelő küzdelmét. Az ő példája is sok tanulsággal szolgálhat arra, hogy miért káros egyénre és közösségre egyaránt a drogfüggőség.

■ De miért az volt a lényeg mindig, amikor a drogokhoz nyúltál, hogy „szétüsd” magad? Miért volt szükséged erre?

A szülői rossz minták, az azzal okozott belső feszültség, valaminek a hiánya előli menekülés, a szer okozta függőség, vagy mert nem volt visszatartó erő?

- Ez mind szerepet játszott szerintem. A minta egészen biztosan és a nevelésem is némi kívánnivalót hagyott maga után. Anyám mindig azt mondta szerelemgyerek vagyok, de már majdnem 40 évesek voltam, amikor én megszülettem. Tehát késői gyerek vagyok, kevesebb figyelmet és fegyelmet kaptam, tutujgatva, kényeztetve voltam, irigykedtek is rám a bátyáim.

Amikor én elkezdtem alkoholizálni, az iskola felső tagozatába járni, addigra ők kirepültek a családból, tehát még ők sem voltak, hogy bármitől is visszatartsanak.

■ Drogosként mi „tette be a kaput” nálad? Ami miatt lemondta a drogról?

- A heroin.

■ Mi volt a kiváltó ok? Amikor úgy döntöttél, most be kell fejezni, mert nagy baj lesz.

- Néhány hónap alatt, olyan változáson mentem keresztül, hogy eltaszítottam magamtól a barátaimat, ismerőseimet, azokat az embereket, akikkel előtte éveket együtt buliztam és persze drogoztam - de végül is mégiscsak volt egy társaság, ahová tartoztam, de amikor elkezdtem heroinozni, akkor én onnan kipontozódtam. Mert én a többieket attól kezdve, finoman szólva mellőztem...

Mert annyira magához húz a szer és olyan magányos anyag, hogy csak te és „ő” van. „Barna szeretőnek” is hívják, nincs szükség arra, hogy mások is ott legyenek, amikor a hatása alatt van az ember.

Talán az volt a legnagyobb szerencsém, hogy nem nagyon fiatalon kezdtem el használni. 31 néhány éves voltam és erősebb volt bennem az, hogy legyen társaságom, egy ölelés, egy jó beszélgetés és egy idő után elkezdtem érezni mindenek a hiányát.

Kipontoztam magam a társadalomból, elmagányosodtam, és felismertem, hogy ezen változtatni kell.

■ Az érzelmi, lelki hiányon túl egészségügyileg észrevetted magadon valamilyen károsodást?

- Mivel jóformán felnőttként kezdtem el, próbáltam vigyázni magamra: például nem használtam közös tűt, és igyekeztem olyan anyaghoz jutni, hogy valamennyire be legyen biztosítva, nem abba fogok bele-



dögni, hogy valakitől rossz anyagot vettem. Ezért a komolyabb betegségek is elkerültek. Egyébként nagyon nagy szerencsém volt: amikor leálltam, csináltattam tesztek és negatívok voltak, de a leépülés ennek ellenére jelen volt az életemben: lefogytam, néhány fogam kilukadt, magától eltört vagy egyszerűen kiesett.

■ Végül hogyan sikerült leállnod? Mennyi idő alatt? Kik segítettek?

- Először be akartam fejezni az életemet egy „aranylövessel” - de az öngyilkosság nem sikerült. Szerencsére valami gyenge anyagot vettem, habár elég jelentős mennyiséget toltam magamba. Gyengébb volt, mint amihez már hozzá voltam szokva, ezért csak néhány órára volt. De amikor magamhoz tértem jött egy józanabb pillanat, egy gondolat, hogy mit csináljak, hülye vagyok? Akkor először azt mondtam, hogy lehet ezt az életem másféleképp is csinálni, abba lehet ezt hagyni! Nekem úgy tűnik, így visszagondolva, hogy szép lassan jöttem le a szerekről, de közbe pedig tudom, hogy ez egy hosszú folyamat volt. Több hónapba telt, míg eljutottam onnan, hogy nem lövöm magam, megpróbáltam túlélni a heroines elvonás időszakát, arra a szintre, hogy segítséget kell kérnem egy orvostól. Bejutottam egy pszichiátriai intézménybe és ott sikerült pár napot eltöltenem. Habár onnan is kirúgtak, mert ott is hozzájutottam heroinhoz és anyagoztam. De amikor hazamentem, akkor döböntem rá, hogy másfél hetet töltöttem el úgy ott, hogy kitisztultam. Ez adott egy akkora lökést, hogy folytassam és megpróbáljak kijózanodni.

A teljes tisztulás ehhez képest még jó pár hónapba telt. A leszokás elején gyógyszereket, nyugtatókat, altatókat, izomlazítókat szedtem és azokat én magam kezdtem el fokozatosan csökkenteni, de akkor már nem volt orvosi kontroll. Közben eljártam egy csoportterápiás helyre. Szinte minden hétköznap délután, este ott töltöttem az időmet, hogy társaságban és olyan emberek között legyek, akik hozzám hasonló problémával küzdenek, akik megértették, és akik ugyanazokat a lépéseket rontották el az életükben, mint én.

■ Most pedig részt veszel egy ilyen programban. Miért vállaltad fel nyíltan és őszintén mindazt, amit magad mögött hagytál?

- Valahogy úgy alakult az életem, hogy szerencsémre találok olyanokkal, akik meglátták bennem azt a lehetőséget, hogy belőlem is lehet egy jó segítő. Arra sarkalltak, hogy kezdjek el tanulni, fejlődni, foglalkozni magammal, ne csak dolgozzak és örüljek annak, hogy tiszta vagyok. Ennek része volt az is, hogy tudok-e beszélni magamról vadidegen emberek előtt is, és ezt vállalom-e. Miután ezt egyszer-kétszer vállaltam, rájöttem, hogy ezzel magamnak is jót teszek. Minél többször mesélem el minél több embernek, annál jobban segíték magamon és örülök, ha ezzel másoknak is segíték.

Magam újraépítése az is, hogy felnőtt fejjel gimnáziumba jártam, leérettségiztem, majd elvégeztem egy szociális munkás képzést egy főiskolán. Most már 8. éve egy olyan 16 fős, speciális bentlakásos gyermekotthonban dolgozom, ahol drogokkal érintett kamaszoktól vadidegen emberek előtt is, és ezt vállalom-e. Miután ezt egyszer-kétszer vállaltam, rájöttem, hogy ezzel magamnak is jót teszek. Minél többször mesélem el minél több embernek, annál jobban segíték magamon és örülök, ha ezzel másoknak is segíték.

■ Végül mondhatjuk azt, hogy a te élő példád mutatja azt, miért nem jó mindez?

- Meg szokták kérdezni, hogy csinálnám-e másként az életemet? Én ilyenkor elgondolkozom és elmondom, lehet, hogy ha én abban az időben nem alkoholizállok, drogozok, hanem elvégzem egy iskolát akkor a mai napig - mert lehetett volna belőlem egy tisztességes ács, szakács, vagy lakatos -, otthon ülnék, és valószínűleg nézném a tévén a sorozatokat, meginnám az egy-két sörömet esténként és utánám azt a helyzetet, hogy be vagyok savanyodva. Ehhez képest az én korábbi életemnek, - habár tele volt olyan nehézségekkel, buktatókkal, amiken végül felül tudtam kerekedni -, az lett a következménye, hogy most egy olyan munkát végezhetek, ami keveseknek adatik meg, de így saját magamnak és azoknak is, akikkel foglalkozom, remélem jót teszek folyamatosan.

■ Megfordultál vagy megálltál az úton?

- A drogozást abbahagytam és egy teljesen más, új életet kezdtem el élni. Tulajdonképpen a nulláról indultam újra.

Nemzeti Fejlesztési Ügynökség
www.ujszecenyterv.gov.hu
06 40 638 638



A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósul meg.