



农村酒精成瘾者的戒酒之困

上接 06 版

况不应该看内科, 而应该看精神科。“他的幻觉和身体症状属于酒精戒断综合征。”接诊大夫说。

书知姐决定帮丈夫戒酒。书知姐的公公年轻时也好酒, 年纪大了, 自己开始有意识控制, “想喝就喝一顿, 不想喝一两个月可以不碰酒, 他自己把瘾就去掉了。”但书知姐明白, 公公的情况和丈夫不同, 公公远没有到酒精依赖的程度。

两人开始了漫长的“你藏我找”的游戏。有次书知姐把酒藏在烧柴火的灶坑里, 几天后再去看, 桶还在, 酒没了, 但刘明藏的酒, 她总是找不到。她给镇上小店都打了招呼, 不许他们卖酒给刘明, 亲戚朋友也不能在他面前喝酒, “大家都知道他身体喝坏了, 在他面前喝酒是不负责任”。

有将近十年, 刘明一点重活不能干, 近三四年甚至到了无法进行任何劳动的地步, 生活就靠书知姐的收入和两个儿子的帮衬维系。

家庭

多年来, 一直有研究者针对不同地区的农村酒精成瘾问题进行研究。在一篇 2009 年发表的《河北省农村酒精滥用和依赖性障碍的流行病学调查》中提到, 1982 年和 1993 年两次全国精神疾病流行病学调查结果相比较, 在中国农村酒精滥用和依赖性障碍的患病率上升尤为明显, 其在农村的发病率是城市的 5 倍。

但囿于认知、物质条件等限制, 这些农村家庭能够寻求到的帮助路径有限, 大部分的酒精成瘾患者戒酒只有一种方法: 熬。

李由还记得, 在自己童年生活的小镇上, 很少有人不会喝酒, 嗜酒如命的大有人在。“有喝了酒打媳妇的, 有酒没了要骂人的。有个邻居得了喉癌, 手术后说话都费劲, 可是酒照样得喝。”

李由父亲的烹饪手艺十里八

村都闻名, 喝酒也是。在那个吉林小镇上, 家里办喜事, 能请到他去掌厨是件有面子的事。打李由有记忆起, 父亲就从未离开过酒, 而且只喝 60 度以上的白酒, 中午三四两, 晚上三四两, 一天算下来要喝一斤。“他原话是‘低于 60 度的酒就跟喝凉水一样, 没意思。’”李由说。

李由七八岁时, 父母在镇上开了店, 父亲负责后厨, 母亲负责上菜收银。有时朋友中午来店吃饭, 他能陪喝到下午, 喝完就睡。“他不做菜, 店里也就不来了, 有的菜我妈会做, 不能做的就只能不卖。”时间久了, 挣不到钱, 店就关了。

父亲好几次因为喝酒险些出意外。有一年冬天, 在朋友家喝到半夜回家, 摔在路边没爬起来, 头枕着雪睡着了。恰巧有人出门看到, 才用三轮车把人送回家, “人差点被冻死。”

劝诫, 甚至谩骂, 种种方式母亲都尝试过, 但没有效果。没酒时, 父亲宁愿骑自行车赶五六公里的路, 去镇上用塑料桶打十斤散装白酒回来喝。没有下酒菜, 他就着大葱蘸大酱也得喝二两, 不然晚上睡不着。如果哪天没酒喝, 整个人就六神无主。

很多年后, 李由才意识到, 父亲患有的是酒精依赖症。他的一个证据是, 父亲为了酒不离身, 只抽自己卷的烟卷, 烟叶倒上高度白酒, 然后放在炕上烘干, 再用报纸卷成长长的烟卷。“他经常这样抽烟。”

但在镇上, 大家对酒精依赖症的认识几乎为零, 人们鄙夷嗜酒者, 称他们为“酒蒙子”、“酒包”。可在大多数人看来, “酗酒”的弊端在于放弃生活和失去尊严, 并不包括上瘾对健康造成的危害。

“我们村里有个常年喝酒的老头, 九十岁了, 还能劈柴。”李由说, 每每提到喝酒和健康的关系, 老头总被大家拿出来举例。大家在幸存者偏差中, 有意忽视了酒精对身体的危害。

但这种“幸运”没有降临在

李由家。在他 14 岁那年, 父亲患癌去世, 家庭的重担落在了母亲一个人肩上。几年前, 三叔患了脑出血。李由不得不认为这一切都跟酒有关。“我奶奶也喝酒。”他告诉记者, 父亲兄弟六人, 三叔、五叔也嗜酒。

互助

2000 年, 李冰在美国参加了 AA (匿名戒酒互助协会) 世界大会。她发现, 众多酒精依赖者在参与互助小组后, 开始逐步回归正常生活, 于是她将这种模式带回了国内。

“诊疗是医生的事, 戒酒互助会是病人自己的事儿。成瘾性疾病就像高血压、糖尿病一样可能会伴随终生。即便医生能够提供戒酒药品, 但是当抵挡不住酒的诱惑时, 同伴的长期互助支持就显得极为重要, 这是一种治疗方式。”AA 戒酒协会正是通过匿名参与的形式, 彼此交流、帮助、支持, 努力解决共同问题并帮助他人戒除酒瘾来实现长久康复。

但在农村, 互助会的开展面对的是一片蛮荒。无论是酗酒者本人还是家属, 对于酒精依赖都缺乏科学的认知。多年来, 在照顾丈夫和帮助他戒酒的过程中, 书知姐总感到孤独无援, 只能依靠让他“见不到酒”来强制戒断。“近十年来他不能从事体力劳动, 而且经常住院, 家里经济负担严重, 还有外债。所以有病也是在家硬挺, 没钱去医院戒酒。”书知姐说。

几个月前, 书知姐开始拿起手机拍视频, 记录陪伴丈夫戒酒的过程。她在视频中更新刘明的戒酒进展和每天的变化, 以及自己如何陪伴、鼓励他。两万多粉丝与她共同见证着丈夫一点一滴的变化。

在她的视频评论区, 不断有人讲起自家的故事。有网友说自己父亲也是如此。“印象中父母永远在打架, 父亲 2019 年脑出血去世了。”还有人私信向她倾

诉, 有的是自己酗酒, 有的是被压得喘不过气的家属, 话匣子一打开, 不知不觉就讲到了凌晨。

书知姐逐渐萌生了一个想法, 成立一个团体, “把大家联系到一起。”

李冰鼓励在农村的酒瘾患者去尝试建立家属互助小组, 家属小组从匿名戒酒互助小组衍生出来, “因为大家都沉浸在(酗酒者)家庭的那种苦闷中, 互相倾诉和支持非常重要, 这可以更好地帮助酒精依赖患者康复。”

在半个世纪前出版的《嗜酒者家庭互助会一嗜酒者家庭指南》中, 这样写道“我们走到一起来, 是因为我们的亲朋好友中有人酗酒而且对我们的生活造成了影响。无论嗜酒者本人能否戒掉酒瘾, 其家人和朋友都可以对他们产生巨大的影响, 这既能帮助自己, 也能帮助嗜酒者。”

多年的诊疗经验, 也让李冰看到了国内在酒精依赖治疗上的局限。她去过云南、内蒙古、山东等多地的医院支援, “有些农村地区条件还很差, 对酒精成瘾缺乏科学认知, 很多病人因此耽误了治疗。”而各地医院开设的成瘾门诊的诊疗质量也有待提升。“很多医生没有经过专业的戒酒诊疗培训, 诊疗水平还不够高。”李冰说。

而对于已经成瘾的患者来说, 戒酒意识是个不确定项。“成瘾病人主动就医的比例大约只有 1%-2% 的病人, 剩下的都是家属强迫来的。”李冰说, “因此, 家属对戒酒的认知和寻求医生专业诊疗的意识非常重要。”(应受访者要求, 文中除李冰外, 其他人为化名)

广西 9 市 58 县出现洪涝灾害 紧急转移安置 6 万多人

总台记者从广西应急厅了解, 受低涡切变、冷空气共同影响, 6 月 17 日至 21 日广西多个地区出现强降雨过程。本次天气过程造成广西南宁市、柳州市、桂林市、梧州市、钦州市、百色市、贺州市、河池市、来宾市等 9 市 58 县(市、区)出现洪涝灾害。

截至 22 日 19 时统计, 本次洪涝灾害受灾人口 1313026 人, 紧急转移避险 86563 人, 紧急转移安置 62546 人, 需紧急生活救助 166180 人; 农作物受灾面积 65.3 千公顷, 其中成灾面积 30.9 千公顷, 绝收面积 8.2 千公顷; 倒塌房屋 426 户 711 间, 严重损坏房屋 558 户 851 间, 一般损坏房屋 1928 户 3400 间; 直接经济损失 50.6 亿元, 其中房屋及居民家庭财产损失 4.3 亿元, 农林牧渔业损失 19.3 亿元, 工矿商贸业损失 3.3 亿元, 基础设施损失 22.4 亿元, 公共服务及其他损失 1.3 亿元。