

Lægens synspunkt

Et uddrag fra
bogen "Anonyme Alkoholikere"
4. udgave



Lægens synspunkt

Anonyme Alkoholikere mener, at læseren vil være interesseret i den lægelige vurdering af den plan for genvindelse af helbredet, som er beskrevet i denne bog. Der må utvivlsomt foreligge over bevisende erklæringer fra de læger, som har erfaring med vores medlemmers lidelser og har overværet, hvordan vi fik helbredet tilbage. En kendt overlæge ved et velrenommeret hospital, der har specialiseret sig i alkohol- og stofmisbrug, sendte dette brev til Anonyme Alkoholikere.

Til rette vedkommende:

I mange år har jeg specialiseret mig i behandling af alkoholisme.

I slutningen af 1934 tilså jeg en patient, en kompetent forretningsmand med gode indtjeningsmuligheder. Alligevel var han alkoholiker af den type, jeg efterhånden var kommet til at anse for håbløs.

Den tredje gang, han var indlagt, tilegnede han sig visse ideer om en mulighed for at genvinde helbredet. Som et led i dette begyndte han at forelægge sine ideer for andre alkoholikere og tilskyndede dem til at gøre det samme for andre.

Dette er blevet grundlaget for et hurtigt voksende fællesskab, bestående af disse mennesker og deres familier. Den omtalte forretningsmand - og over hundrede andre - synes at være kommet sig.

Personligt kender jeg til et stort antal tilfælde, hvor alle andre metoder er mislykkedes totalt.

Disse kendsgerninger viser sig at være af kolossal vigtighed for lægevidenskaben, og denne gruppe kan indlede en ny epoke i alkoholismens historie på grund af dens ekstraordinære muligheder for hurtig vækst. Disse mennesker kan meget vel have løsningen for tusinder af andre i samme situation.

Man kan stole fuldt og helt på det, de fortæller om sig selv.

Ærbødigst William D. Silkworth, læge

Lægen, som på vores opfordring skrev dette brev, har vist os den velvilje at udbygge sine synspunkter i endnu et brev, som følger. I dette brev bekræfter han det, som vi, der har lidt under den alkoholiske tortur, må tro på. Alkoholikeren er lige så unormal fysisk som mentalt. Vi var ikke tilfredse med at få at vide, at vi ikke kunne kontrollere vores drikkeri, bare fordi vi var umodne, at vi var på vild flugt fra virkeligheden eller var direkte psykisk inhabile. Alt dette var til en vis grad sandt, og for nogen af os rent faktisk i allerhøjeste grad. Men vi var overbevist om, at vi også var fysisk syge. Efter vores opfattelse er ethvert billede af alkoholikeren, som udelader denne fysiske faktor, ikke komplet. Lægens teori om, at vi har en fysisk allergi overfor alkohol, interesserer os. Som lægfolk betyder vores synspunkter naturligvis mindre, men som tidligere problemdrikkere kan vi sige, at hans forklaring lyder fornuftig. Det forklarer en hel del, som vi ikke kan gøre rede for på anden vis.

Vores løsning er udarbejdet på det åndelige såvel som det uegennyttige plan. Alligevel foretrækker vi indlæggelse for den alkoholiker, der har svære abstinenser eller er for konfus. Det er i reglen nødvendigt, at han kommer ud af tågerne, før man kan nå ham. Så har han en større chance for at forstå og acceptere det, vi har at tilbyde.

Lægen skriver:

Det emne, som beskrives i denne bog, anser jeg for atvære af allerstørste vigtighed for alle, der er ramt af afhængighed af alkohol.

Denne udtalelse fremsætter jeg efter mange års erfaring som lægefaglig leder af et af de ældste hospitaler i landet, der beskæftiger sig med behandling af alkohol- og stofafhængighed.

Derfor var det med dyb tilfredshed, at jeg modtogopfordringen om at bidrage med nogle få ord om emnet, som er dækket så mesterligt i alle detaljer på disse sider.

Vi læger har for længst indset, at en eller anden form for moralsk psykologi i var af yderste vigtighed for alkoholikere, men at det inde bar problemer, der oversteg vores evner. Vi har vores supermoderne standarder og en videnskabelig tilgang til alt, men måske er vi ikke udstyret godt nok til at anvende de gode energier, der ligger uden for vores videnskabelige felt.

For mange år siden kom en af de største bidragydere til denne bog i behandling på dette hospital, og under dette ophold blev han inspireret af nogle ideer, som han straks førte ud i livet.

Senere bad han om tilladelse til at fortælle sine erfaringer til vores øvrige patienter, og med nogen skepsis gik vi med på ideen. De eksempler, vi har fulgt,

har været uhyre interessante, og mange af dem direkte for bløffende. Sådan som vi har lært dem at kende, er disse mennesker totalt blottet for egoistiske motiver, og ånden i deres fællesskab er i sandhed inspirerende. Ikke mindst for en, som har arbejdet længe og opslidende inden for det alkoholiske område. De tror på sig selv, og endnu mere på den magt, der trækker kroniske alkoholikere tilbage fra dødens porte.

Naturligvis bør en alkoholiker befries for sin drikketrang, og dette kræver ofte en særlig behandlingsprocedure, for at de psykologiske foranstaltninger kan få størst mulig effekt.

Vi mener, og vi har allerede tidligere påpeget dette, at den effekt, al kohol har på disse kroniske alkoholikere, er udtryk for en allergi; at dette kravfænomen er begrænset til denne type mennesker, og at det aldrig opstår hos den almindelige, mådeholdne nyder af alkohol. Disse allergi ske typer kan aldrig vide sig sikre, når de indtager nogen som helst form for alkohol. Har de først fået skabt denne vane og erfaret, at de intet kan stille op mod den, og har de først mistet deres selvtillid og tilliden til den menneskelige formåen, så tårner problemerne sig op omkring dem. De bliver langt sværere at løse, end nogen af dem havde drømt om.

Det hjælper sjældent at appellere til deres følelser. Det budskab, der kan fange og fastholde disse alkoholikers opmærksomhed, må have vægt og dybde. I næsten alle tilfælde må deres idealer bygge på en magt, der er større end dem selv, hvis de skal have håb om at gen oprette deres liv.

Hvis der er nogen, der mener, at vi psykiatere, som leder et hospital for alkoholikere, på nogen måde virker sentimentale, skulle de prøve at tilbringe nogen tid i frontlinien; lad dem opleve tragedierne, se de fortvivlede ægtefæller og de små børn. Lad løsningen af disse problemer blive en del af deres hverdag, ja, selv deres søvn. Så vil selv den mest kyniske ikke undre sig over, at vi har budt denne bevægelse velkommen og opmuntret den. Efter mange års erfaring føler vi, at der ikke findes noget, som har ydet større bidrag til genoprettelsen af disse mennesker end den uselviske bevægelse, som nu vokser iblandt dem.

Mennesket drikker i bund og grund, fordi de kan lide den virkning, som alkoholen giver dem. Følelsen er så mystisk, at de, samtidig med at de erkender, at det er skadeligt, efter nogen tid ikke kan se forskel på sandhed og løgn. For dem virker det alkoholiske liv som det eneste normale. De er rastløse, irritable og utilfredse, medmindre de atter fornemmer den følelse af lettelse og velbehag, som indfinder sig, lige så snart de har indtaget nogle genstande, som de ser andre nyde uden risiko. Når de atter er bukket under for behovet, som så mange gør, og kravfænomenet udvikler sig, gennemløber de velkendte stadier af en druktur og kommer angerfulde ud på den anden side, med dårlig sam vittighed og en fast

beslutning om aldrig at drikke igen. Dette gentager sig om og om igen, og med mindre den pågældende oplever en total mental forandring, er der meget lidt håb om helbredelse.

Det lyder besynderligt for dem, der ikke kender til det. Vi står med et menneske, som vi troede var fortabt. Han havde så mange problemer, at han havde opgivet håbet om nogensinde at løse dem. Men når den mentale forandring først har fundet sted, oplever han pludselig, at han kan modstå sin trang til alkohol. Det eneste, han er nødt til at gøre, er at følge nogle få, enkle regler.

Der er mange, der er kommet til mig i dyb fortvivlelse: "Doktor, jeg kan ikke fortsætte på denne måde! Jeg har alt at leve for! Jeg er nødt til at holde op, men jeg kan ikke! De må hjælpe mig!"

Når en læge konfronteres med dette problem, er han somme tider nødt til at indrømme over for sig selv, at han føler sig utilstrækkelig. Uanset, om han giver sig selv fuldt og helt, er det ofte ikke nok. Man føler, at der er brug for noget, der overstiger det, som mennesket kan udrette for at opnå den rette psykiske ændring. Selv om det samlede antal helbredelser efter psykiatrisk indsats er betragteligt, må vi læger erkende, at vi ikke har gjort nogen særlig forskel over for dette problem som helhed. Der er mange typer, der slet ikke reagerer på den almindelige, psykologiske tilgang.

Jeg er ikke enig med dem, der tror, at alkoholisme udelukkende er et spørgsmål om mental kontrol. Jeg har haft mange patienter, som for eksempel havde arbejdet i månedsviis med et projekt eller en forretningsaftale, som skulle afsluttes på en bestemt dag og i deres favør. De tog en genstand op til denne dato, og øjeblikkelig blev kravfænomenet så altoverskyggende i forhold til alle andre interesser, at de ikke overholdt den vigtige aftale. Disse mennesker drak ikke for at flygte. De drak for at tilfredsstille et krav, der var uden for deres mentale kontrol.

Kravfænomenet udløser ofte situationer, som får mennesker til at begå selvmord frem for at blive ved med at kæmpe for livet. Det er særdeles vanskeligt at klassificere alkoholikere, og det mere detaljerede falder uden for denne bogs rammer. Der er naturligvis psykopaterne, som er følelsesmæssigt ustabile. Den type kender vi alle sammen. De lover altid at hoppe på vandvognen en gang for alle. De kryber langs panelerne og har mange forsætter, men tager aldrig en beslutning.

Der findes en bestemt type, der nødtigt indrømmer, at han ikke kan tåle at drikke. Han planlægger forskellige måder at drikke på; hvordan han vil drikke; han skifter mærke eller finder andre omgivelser. Der er typen, der altid tror, at hvis han holder sig helt fra alkohol i en periode, så kan han sagtens drikke igen uden risiko. Der er den manio-depressive type (bipolar, red.), som måske møder mindst

forståelse fra sine venner, og om hvem der kunne skrives et særskilt kapitel.

Så er der dem, der er helt normale i enhver henseende, bortset fra den virkning alkohol har på dem. Det er ofte dygtige, intelligente og behagelige mennesker.

Alle disse typer og mange andre har et symptom til fælles: De kan ikke begynde at drikke uden at udvikle dette kravfænomen. Vi har fremlagt den teori, at der må være tale om en allergi, som gør disse mennesker anderledes og adskiller dem fra andre. Den er aldrig med nogen behandling, vi har kendskab til, blevet fjernet permanent. Den eneste lindring, vi kan tilbyde, er total afholdenhed.

Dette kaster os straks ud i en heksekedel af debat. Der er skrevet meget, både for og imod, men den generelle holdning blandt læger ser ud til at være, at de fleste kroniske alkoholikere er fortabte.

Hvad er løsningen? Måske kan jeg bedst besvare spørgsmålet ved at referere til en af mine egne oplevelser.

Omkring et år før jeg havde denne oplevelse, blev en mand bragt ind til behandling for kronisk alkoholisme. Han var kun delvis kommet sig efter en maveblødning og så ud til at udgøre et tilfælde af patologisk mental svækkelse. Han havde mistet alt af værdi i tilværelsen og levede så at sige for at drikke. Han indrømmede blankt, at han ikke troede, at der var noget håb for ham.

Efter at have sørget for, at patienten ikke længere havde alkohol i blodet, konstaterede man, at der ikke var nogle permanente hjerneskader. Han accepterede den plan, som er beskrevet i denne bog. Et år efter ringede han for at få en tid hos mig, og jeg fik en meget mystisk oplevelse. Jeg genkendte mandens navn og til dels hans ansigtstræk, men her hørte enhver lighed op. For det rystende, fortvivlede nervevrag, jeg kunne huske fra dengang, var nu forvandlet til en mand, der var sprængfyldt af selvtillid og tilfredshed. Jeg talte med ham en stund, men var ikke i stand til at overbevise mig selv om, at jeg nogen sinde havde set ham før. For mig var han en fremmed, og som en fremmed forlod han mig. Det er længe siden nu, og han har ikke haft tilbagefald.

Når jeg har behov for positive tanker, tænker jeg ofte på et andet tilfælde, som blev indlagt af en prominent læge fra New York. Patienten havde stillet sin egen diagnose, og efter at have erklæret sit tilfælde for håbløst havde han gemt sig i en øde beliggende lade, besluttet på at dø. Han blev reddet af et eftersøgningsshold og blev i en elendig forfatning bragt ind til mig. Efter at han var kommet til hægterne, havde vi en snak, hvor han direkte erklærede, at behandlingen var tidsspilde, med mindre jeg kunne garantere, at han for fremtiden ville have viljestyrke nok til at modstå trangen til at drikke. Det var der ingen, der nogen sinde havde kunnet.

Hans alkoholproblem var så komplekst, og hans depression så dyb, at vi mente,

at hans eneste håb ville være det, vi dengang kaldte moralsk psykologi, og vi tvivlede på, at selv det ville have nogen effekt.

Imidlertid købte han tankerne i denne bog. Han har ikke rørt en dråbe i rigtig mange år. Jeg træffer ham fra tid til anden, og han er det fineste menneske, man kan tænke sig.

Jeg opfordrer indtrængende alle alkoholikere til at læse denne bog.

Selv om man i begyndelsen læser med stor modvilje, kan det være, at man fortsætter, og at man ender med at bede.

William D. Silkworth, læge



*Når nogen - nogetsteds -
rækker ud efter hjælp,
ønsker jeg, at AA's hånd
skal være til stede
- og for det er JEG ansvarlig*

KONTAKT:

Telefon dagligt kl. 08.00 til 24.00

70 10 12 24

E-mail: kontakt@anonyme-alkoholikere.dk

besvares inden 24 timer

www.anonyme-alkoholikere.dk

Officiel adresse:

Anonyme Alkoholikere

Hovedservicekontor

Thorsgade 59, 3.tv

2200 København N

E-mail: aa@anonyme-alkoholikere.dk



©Copyright AAWS,INC.
Approved by The AA General
Service Conference
Trykt med tilladelse af:
AA World Services, Inc.

Oversat og udgivet af Anonyme Al-
koholikere i Danmark, 1986
revideret 1989, 1994, 2000,
2013, 2023