

Tugiisiku programm SÜTIK narkootikume tarvitavatele inimestele



Marin Vaher

Tervise Arengu Instituut



Mart Kalvet

programmi tugiisik

Programm SÜTIK alustas Eestis tegevust 2018. aasta juunis osana narkootikume tarvitavatele inimestele mõeldud kahjude vähendamise teenustest. Programmi raames määratakse narkootikume tarvitavale inimesele tugiisik, kes teda pidevalt toetab ja suunab abiteenustele. Teenus aitab vähendada riskikäitumist ning parandab sõltuvusprobleemiga inimese iseseisvat toimetulekut, tervist, töövõimet ja elukvaliteeti.

Programmi kutsus ellu Tervise Arengu Instituut ning seda viivad Tallinnas ja Harjumaal läbi Eesti psühhotroopsete ainete sõltlaste ühing LUNEST ja MTÜ Convictus Eesti. Alates aprillist toimib SÜTIK ka Ida-Virumaal. Narvas ja Sillamäel osutab teenust SA Viljandi Haigla ning Jõhvis ja Kohtla-Järvel samuti LUNEST. Tihedat koostööd tehakse politsei- ja piirivalveametiga, kuna üks eesmärke on narkootikumide tarvitajate karistamise asemel aidata neil oma käitumist muuta ja probleeme lahendada.

Programmi ülesehitamisel lähtusime sellest, et politseiametnikul oleks võimalikult lihtne politsei vaatevälja sattunud inimene, kes on narkootikumide tarvitamise mõjul rikkunud avalikku korda, käitunud ebaadekvaatselt ning seetõttu kinni peetud ja toimetatud kas politseijaoskonda või kainestusmajja, suunata tugiisikuteenusele. Politseiametnik otsustab, milline menetlustoiming on konkreetse inimese puhul kõige õigem ja kahjusid vähendav nii inimesele endale kui ka ühiskonnale. Kui inimene ei

ohusta iseenda ega teiste turvalisust, võidaksegi langetada otsus kutsuda appi SÜTIKu programmi tugiisik. Koostöö politseiga on sujunud hästi ning pidev vastastikune tagasiside andmine on aidanud programmi täiustada. Alates eelmise aasta juunist on programmi jõudnud ligi 140 kliendist 75% saanud politsei. Politsei hoiak narkootikumide tarvitajate suhtes on muutumas üha rohkem lahenduskeskseks ja kahjusid vähendavaks ning selle üle on meil väga hea meel. Programmi võib pöörduda ka vabatahtlikult – omal algatusel, sõbra või lapsevanema soovitusel.

Tugiisikud on valmis väljakutsele reageerima 24 tundi ööpäevas. Selleks on sisse seatud ööpäevaringne valvetelefon ja -graafik. Tunni aja jooksul pärast politseiametniku kõnet jõuab tugiisik abivajajani. Kõige sagedamini tehaksegi väljakutseid öösel või varajastel hommikutundidel. Pärast põgusat vestlust otsustatakse koos kliendiga, kas ja kuidas saab tugiisik teda aidata. Kuna programmiga liitumine on vabatahtlik, sõltub juba kliendist, kas toimub ka järgmine kohtumine. Kui tugiisik ja klient leiavad ühise keele, siis seatakse koos lühi- ja pikaajalised eesmärgid, mille suunas hakata liikuma. Tugiisik ja klient jäävad koostööd tegema ühe aasta jooksul alates teenuse algusest, kuid koostöö võib vajadusel jätkuda ka pärast seda.

Tugiisiku töö

Praegu töötab programmis 20 tugiisikut,

igaüks neist on tänu oma ainuomasele taustale, teadmistele ja oskustele programmile väga väärtuslik. SÜTIKus töötab nii nooremaid kui ka juba keskeale lähenevaid mehi ja naisi, kellest osal on emakeeleks eesti keel, teistel vene keel. Mitmed on ise varem narkootikume tarvitanud, kuid nüüdseks sõltuvushäirest võitu saanud, mis märgatavalt tõstab nende usaldusväärssust klientide hulgas. Tarvitamise kogemusega tugiisikud suudavad klientidesse suhtuda sügava empaatiaga ning nad mõistavad suurepäraselt nende vajadusi. Oma isikliku eeskujuga saavad nad motiveerida ka neid, kellel ei pruugi jätkuda sõltuvushäirest vabanemiseks jõudu ega lähedaste toetust.

Kuigi tugiisik võib olla väga motiveeritud aitama, ei pruugi klient sugugi alati olla motiveeritud abi vastu võtma, või siis ületavad kliendi ootused tugiisikule reaalseid võimalusi. Näiteks võib klient olla Tallinnas, kuid tal puudub sissekirjutus, mille tõttu talle kohaliku omavalitsuse sotsiaaltoetused ei laiene. Sellisel juhul tuleb alustada pikka kadalippu, et leida võimalus inimese majutuseks ja pikemas perspektiivis ka sissekirjutuseks Tallinna linna. Protsess võib venida ning osutada sedavõrd vaevaliseks, et klient annab poolel teel alla. Mis seal salata, allaandmise ja probleemiga üksi jäämise tunne tekib vahel ka tugiisikul, kes koos kliendiga ametkondade uksi kulutab ning soovib, et tal oleks rohkem õigusi ja võimalusi kliendi heaks midagi ära teha. Programmi osaks on koolitused, kovisioonid ja supervisioonid, et leevendada tugiisikute emotsionaalset taaka ning vältida läbipõlemist. Tugiisikud suhtlevad ka kinnises sotsiaalmeedia grupis, et jagada omavahel kogemusi ja operatiivset infot.

Lisaks sotsiaalsete probleemide lahendamisele on tugiisikutel raskusi meditatiivse abi leidmisega opioidsõltuvusega

klientidele. Teadupärast on sõltuvushäire haigus, mis kujuneb üldjuhul välja pika aja jooksul. Mitte keegi meie hulgast ei sünni siia maailma sooviga kujuneda sõltlaseks. Nii uimastisõltuvushäire tekkimisel ja süvenemisel kui ka sellest vabanemisel mängib rolli hulk asjaolusid: lapsepõlv, isiksuseomadused, pärilik eelsoodumus, sõbrad jne. Sageli kujuneb sõltuvus hoopis mingi teise vaimse tervise häire taustal. Nii jõutaksegi kaksikdiagnoosini, mille ravi kuulub psühhiaatria pädevusse. Psühhiaatreid Eestis napib ja riiklikult rahastatavaid ravivõimalusi ei ole piisavalt. Tallinnas tegutseb küll Põhja-Eesti Regionaalhaigla psühhiaatriakliiniku VI osakond ehk kaksikdiagnoosiga patsientide päevaravi osakond, kuid opioidsõltuvusega toimetulekuks on tihti vaja statsionaarset haiglaravi. SÜTIKu tugiisikutele on asendamatu väärtusega koostöö SA Viljandi Haigla sõltuvushaigete ravi- ja rehabilitatsioonikeskusega, kuid ka seal napib võimalusi kaksikdiagnoosiga toimetulekuks. Hea uudis on see, et mõistetud on vaimse tervise õdede tähtsust psühhiaatrias ning ka perearstid aitavad lihtsamate diagnooside puhul (nt depressioon, ärevushäire) sobivat ravi määrata.

Kuhu edasi?

Alla aasta kestnud programmi põhjal võib kinnitada, et teenuse järele on suur vajadus. Lisaks Harjumaale ja Ida-Virumaale soovime teha teenuse kättesaadavaks ka mujal Eestis. Üheks eesmärgiks on tihedam koostöö vanglatega, et aidata vanglast vabanenutel ära hoida tagasilangust. Samas tuleb püsida kahe jalaga maa peal ning mitte seada tugiisikutele liiga kõrgeid ootusi. Tugiisik ei ole psühholoog, võlanõustaja, sotsiaaltöötaja ega ka mitte töötukassa ametnik, küll aga on tema ülesanne suunata oma klient just selle teenuse juurde, mida too kõige

enam vajab. Suurt osa mängib siin tema oskus klienti motiveerida, kuna võlgades ja pere kaotanud inimene ei pruugi sugugi tahta naasta tavaellu, kus tuleb otse näkku vaadata oma pahatihti väga valusatele probleemidele. Nii tugiisikuid kui ka nende kliente saavad aidata nimetatud erialade ja ametkondade esindajad ja veel paljud teised, kes hoiavad oma südame ja ukse avatud, et hukkamõistu asemel mõista. Õnneks neid inimesi leidub!

Tavainimese peas võivad tekkida aeg-ajalt küsimused selliste meetmete vajalikkuse ja kulutõhususe kohta. Vastus on lihtne ja pragmaatiline nagu uimastikahjude

vähendamise filosoofia ise: sõltuvushäirega uimastitarvitajate optimaalse tervise säilitamine, ravimine ja taasühiskonnastamine tuleb riigile ja maksumaksjale kokkuvõttes odavam kui probleemi eiramine. Kui tugiisik kõigi teiste asjaosaliste abiga aitab sõltuvushäirega inimesel igapäevaeluga paremini toime tulla, on viimasel vähem põhjust näiteks varastada või rikkuda liikluseeskirju ning rohkem jõudu ja võimalusi seada edasiviivaid eesmärke, uimastitest loobuda või nende tarvitamist oluliselt vähendada, leida tööd, maksta makse ning panustada ühiskonna edendamisse muudel viisidel. **S**

Programmi kohta lisainfo saamiseks helista Tervise Arengu Instituuti telefonil 659 3826, kirjuta marin.vaher@tai.ee või vaata narko.ee. Programmiga liituda soovijatel tuleks helistada Tallinnas ja Harjumaal 5884 4225, Narvas ja Sillamäel 5860 0372, Jõhvis ja Kohtla-Järvel 5770 3773 või kirjutada programmsutik@gmail.com.