|  |  |
| --- | --- |
| **Alcohol and drug | Алкохол и дроге** | |
|  |  |
| Victoria has a highly specialised, diverse, and world renowned alcohol and drug treatment sector.  There are over 100 alcohol and other drug treatment service providers, including non-government organisations, community health services, and hospitals across metropolitan, regional, and rural Victoria.  Victoria's alcohol and drug treatment services provide access to a range of different treatment options, including counselling, withdrawal, residential rehabilitation, day programs, outreach, support groups, online and self-directed help, and a range of community-based services, including opioid replacement therapy.  There is also a range of services specifically designed to meet cultural and age specific needs.  "About 40,000 Victorians per year access our drug and alcohol treatment support system. The best way to find out about the system is to call a service called DirectLine, or get in touch through the internet. The other way to access the system is to go through your GP, or other health services that you might be involved with and they can make a referral and hook you up to the right source of support and assistance.  "The first thing to say about if anyone has got a problem with drug and alcohol is that they should feel comfortable to talk to their doctor about that because if we don't know, we can't help. There's nothing to be ashamed of and people will listen to you and support you in a way that you're comfortable with."  "They will focus on the goals from your perspective and it can be supportive in a way that appeal to your resources and really gives you an extra person to just work things out with and just explore what's going on for you. Any type of person can have a drug and alcohol issue. It could be an older person that's living alone that's in fact depressed and actually drinking excessively. It could be a high functioning executive, or a lawyer, or someone having drug problems."  "Some people need a lot of support, a lot of care.  Some people need residential programs to go to to have time out. Other people are able to do, undertake that withdrawal, do that detox at home with the support of family and loved ones. There are also services we provide  where people can be supported in their own homes."  "My best advice would be to accept and own the problem, and realise that you need to get help, but also that there's plenty of help out there.  Starting at your local doctor's, is a good starting place.  Otherwise, the community health centres I would recommend, and certainly perhaps investigating online for any relevant services and information as to where you might go for assistance would be the way to go I would think. The earlier you can make a step towards accessing help, the better it will be and the more chance you've got of making a quicker recovery.  For assistance contact DirectLine on 1800-888-236.  For more information visit:  betterhealth.vic.gov.au/alcoholanddrug | Викторија има високо специјализован, разноврстан и светски познат сектор за лечење алкохолизма и зависности од дрога.  Постоји више од 100 служби за лечење од алкохола и дрога, укључујући невладине организације, службе у друштвеној заједници и болнице у градским, регионалним и руралним деловима широм Викторије.  Службе за лечење од алкохола и дрога у Викторији пружају приступ различитим врстама лечења, укључујући саветовање, одвикавање, рехабилитацију у здравственим установама, дневне програме, патронажну службу, групе за подршку, помоћ преко интернета и самопомоћ, као и различите услуге у друштвеној заједници, укључујући терапију метадоном.  Поред тога, постоје многе услуге које испуњавају специфичне културне и старосне потребе странака.  „Годишње око 40.000 становника Викторије користи наш систем подршке током лечења од дрога и алкохола. Ако желите да се распитате о том систему, најбоље је да позовете службу под називом DirectLine или да успоставите контакт преко интернета. Систему можете да приступите и преко свог лекара опште праксе или преко других здравствених служби које евентуално посећујете. Од њих можете да добијете упут и оне могу да вас повежу са одговарајућом установом за подршку и помоћ.  „Када неко има проблем са дрогама и алкохолом, најважније је да му не буде непријатно да о томе разговара са својим лекаром, јер ако нам ви не кажете, ми не можемо да вам помогнемо. Немате чега да се стидите. Људи ће вас саслушати и подржати вас на начин који вам највише одговара."  „Ти стручњаци ће се усредсредити на циљеве из ваше перспективе. Та подршка може да се пружи на начин који ће одговарати вашим могућностима и повезати вас са особом са којом ћете разговарати и разјаснити шта се догађа са вама. Било ко може да има проблем са дрогама и алкохолом. То може да буде старија особа која сама живи и која је у ствари депресивна и због тога прекомерно пије. То може да буде и особа на високој функцији, адвокат или особа која има проблема са дрогама."  „Неким особама је потребно много подршке и много бриге. Неким особама је потребан боравак у здравственој установи који им омогућује да се искључе. Други су опет у стању да прођу кроз одвикавање и детоксикацију код куће уз подршку породице и вољених особа. Такође постоје услуге којима се пружа подршка пацијентима код куће."  „Мој најбољи савет вам је да признате и прихватите чињеницу да имате проблем и да схватите да вам је потребна помоћ, али и да вам на располагању стоји разна помоћ. Најбоље је да кренете од свог локалног лекара. Осим тога, могу да вам предложим и друштвене здравствене центре, и наравно да се обавестите преко интернета о релевантним услугама и прикупите информације о томе где можете да се обратите за помоћ. Мислим да је тако најбоље. Што раније затражите помоћ, то ће помоћ бити ефикаснија и то ће ваши изгледи за брз опоравак бити већи.  За помоћ позовите DirectLine на 1800-888-236.  За више информација, погледајте:  betterhealth.vic.gov.au/alcoholanddrug |
|  |  |