

Программа амбулаторной реабилитации «МедАльянс»

Ваш надёжный маршрут к устойчивой трезвости и полноценной жизни

Комплексная система восстановления

Программа «МедАльянс» — это не набор отдельных консультаций, а последовательная четырёхмесячная система с индивидуальным маршрутом восстановления, где каждое направление поддерживает и усиливает другие.



Медицинская безопасность

Наблюдение врача, контроль состояния здоровья и медикаментозная поддержка по индивидуальным показаниям на протяжении всего курса.



Глубокая психотерапия

Индивидуальные и групповые сессии. Работа с тягой, эмоциональными состояниями и травматическим опытом в безопасной среде.



Социальное восстановление

Навыки общения, управление финансами, возвращение к работе или учёбе, организация насыщенного трезвого досуга.



Семейное восстановление

Помощь родственникам, работа с созависимостью, восстановление доверия, личных границ и здоровой системы отношений.



Постоянная поддержка

Личный куратор, наставник с опытом выздоровления, сообщество единомышленников и кризисная связь 24/7 в трудные моменты.

Возможно, вы узнаете здесь свою ситуацию

Программа разработана для людей в разных точках пути. Если хотя бы одна из ситуаций ниже звучит знакомо — значит, мы можем помочь.

Уже были срывы после лечения

Срыв — это не конец и не провал. Это сигнал, что нужны новые инструменты и более длительная профессиональная поддержка. Программа учитывает предыдущий опыт.

Без вещества появляются тревога или пустота

Тревога, напряжение, ощущение бессмысленности — частые спутники раннего воздержания. Мы научим справляться с этими состояниями безопасно и без замены одного на другое.

Есть страх не справиться с тягой

Вы не будете один на один с тягой. Рядом — куратор, наставник и группа. Кризисная связь работает круглосуточно, без выходных.

Родственники устали и не знают, как помочь

Программа восстанавливает всю семейную систему. Близкие получают собственный трек поддержки, группы и консультации специалистов.

Необходимо вернуться к работе и социальной жизни

В программу включены практические модули: трудоустройство, управление временем и бюджетом, планирование насыщенной жизни без употребления.



Обращение за помощью — не проявление слабости, а ответственное и зрелое решение.

Поддержка, которая работает в реальной жизни

Семь ключевых преимуществ программы «МедАльянс», которые отличают её от разовых консультаций или краткосрочного лечения.



Индивидуальный план

Персональные цели и маршрут восстановления, которые пересматриваются и корректируются каждый месяц вместе с командой.



Медицинская основа

Регулярный контроль здоровья и медикаментозная помощь по назначению врача. Безопасность на каждом этапе.



Кризисная помощь 24/7

Связь с куратором по телефону или в чате в любой момент — особенно в критические часы, когда поддержка нужна срочно.



Работа с травматическим опытом

Безопасные доказательные психотерапевтические методы, включая EMDR при наличии показаний и рекомендации специалиста.



Семейный трек

Консультации и группы для родственников, восстановление отношений, личных границ и здорового общения в семье.



Практические навыки

Управление бюджетом, помощь в трудоустройстве, планирование дня и организация трезвого, насыщенного досуга.



Наставник «равный — равному»

Поддержка человека с устойчивым личным опытом выздоровления — живой пример того, что трезвая жизнь возможна.

Инструменты, которые останутся с вами

В ходе программы каждый пациент формирует собственный персональный набор инструментов трезвости. После окончания курса они продолжают работать — в повседневной жизни, в трудные моменты, в периоды неопределённости.

Копинг-карта

Признаки нарастающей тяги и чёткий, понятный алгоритм действий в момент соблазна — всегда под рукой.

План предотвращения срыва

Личные триггеры, безопасные места и люди, контактные лица и подробный кризисный план действий.

Дневник самонаблюдения

Ежедневное отслеживание чувств, мыслей и состояния — ключ к пониманию своих паттернов и прогресса.

Мобильное приложение

Мониторинг настроения, сна и уровня тяги, напоминания и прямая связь с куратором в любое время.

Календарь трезвых событий

Планирование интересной, насыщенной и полноценной жизни без употребления — с первых недель программы.

 После окончания программы вы не останетесь без опоры — у вас будет собственная, проверенная система поддержания трезвости.



Что вы получите через 4 месяца?

Для пациента

- Осознанная мотивация сохранять трезвость
- Навыки распознавания тяги и управления своим состоянием
- Улучшение физического и психоэмоционального здоровья
- Умение решать жизненные трудности без психоактивных веществ
- Восстановление семейных и социальных связей
- План возвращения к работе или учёбе
- Поддерживающее сообщество и наставник рядом
- Индивидуальный план и поддержка до 6 месяцев после курса

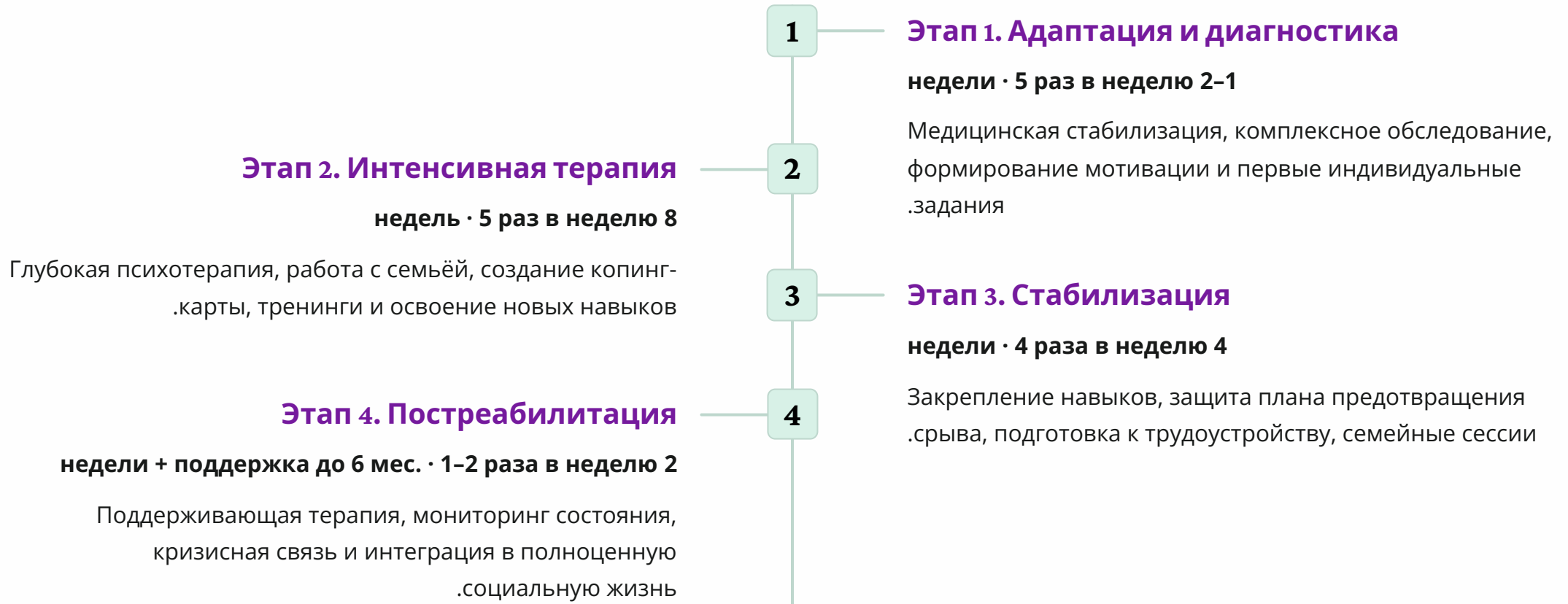
Для семьи

- Понимание природы зависимости и созависимого поведения
- Навыки здорового и конструктивного общения
- Умение устанавливать и сохранять личные границы
- Реалистичные ожидания от процесса восстановления
- Совместный план жизни после завершения программы
- Группа поддержки и возможность продолжать консультации

Результаты зависят от состояния пациента, регулярности участия и выполнения индивидуального плана восстановления.

Как построена программа

Четыре последовательных этапа с чёткими целями, нарастающей самостоятельностью и постепенным переходом к полноценной жизни
.без употребления



Переход между этапами происходит после выполнения индивидуальных критериев, согласованных с командой. Темп восстановления может отличаться у каждого
.пациента

Одна команда — один маршрут восстановления

Каждый специалист программы ведёт пациента на своём участке, а все решения принимаются коллегиально. Пациент — не объект лечения, а активный участник команды.

Врач психиатр-нарколог

Отвечает за медицинскую безопасность, назначает терапию, контролирует физическое и психическое состояние на протяжении всего курса.

Реабилитолог — куратор программы

Координирует индивидуальный маршрут, встречается с пациентом 2–3 раза в неделю, помогает анализировать состояние и преодолевать трудности.

Психолог

Проводит индивидуальные и групповые сессии, помогает работать с эмоциями, поведенческими паттернами и травматическим опытом.

Наставник

Имеет устойчивый личный опыт трезвости более одного года. Поддерживает пациента и показывает практический пример того, что выздоровление возможно.

Юрист

Помогает разобраться с документами и правовыми вопросами в рамках предусмотренных программой консультаций.

Условия участия

Что входит в стоимость каждого месяца

- 4 индивидуальные сессии с психологом
- До 3 капельниц по медицинским показаниям
- 8 групповых психотерапевтических занятий
- Сопровождение в сообщества AA/АН и поддержка наставника
- Юридическая консультация
- 2 приёма врача психиатра-нарколога
- 8 встреч с реабилитологом-куратором
- 2 семейные сессии + 4 группы для родственников
- Кризисная связь с куратором 24/7
- Материалы программы и доступ к мобильному приложению

Дополнительные услуги оплачиваются отдельно по предварительному согласованию. Окончательное решение об участии принимается после первичной медицинской оценки. Возможны противопоказания.



Верните себе жизнь

Первый шаг — бесплатная консультация с врачом и руководителем программы.

Зависимость редко проходит самостоятельно. Чем раньше начнётся профессиональная помощь, тем больше возможностей сохранить здоровье, отношения и качество жизни.

Программа «МедАльянс» — это не волшебная таблетка, а последовательный маршрут восстановления с медицинской, психологической, социальной и семейной поддержкой на каждом этапе.

На встрече специалисты ответят на ваши вопросы, проведут первичную оценку состояния и предложат индивидуальный план — без давления и без обязательств.

Трезвая жизнь начинается с решения обратиться за помощью.