



Tervise
Arengu
Instituut

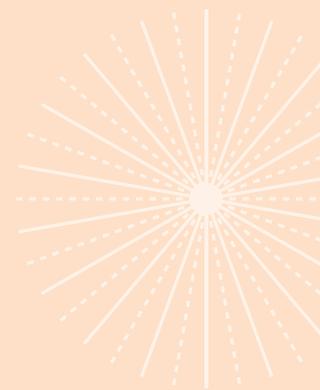
Инфолист
2023



Снижение вреда

Основная идея подхода **снижения вреда** (harm reduction) – сделать рискованное поведение более безопасным. По сути, ношение шлема велосипедистом во время поездки на велосипеде, наличие подушки безопасности в машине и пристегивание ремня безопасности во время поездки на автомобиле – это тоже снижение вреда. Целью этих мер не является воздержаться от самих действий и возможных несчастных случаев, но их применение помогает уменьшить серьезность последствий от возможного несчастного случая.

Под действиями снижения вреда **наркополитика** признает все меры и их совокупность, целью которых является уменьшение ущерба от употребления наркотиков и связанного с ним рискованного поведения, наносимого как самим потребителям, так и окружению (семье, близким и др.) и обществу в целом.



Вред, связанный с употреблением наркотиков

- **Опасность для физического и психического здоровья** (психозы, снижение когнитивных способностей, инфекции, передающиеся с кровью, например ВИЧ, вирусные гепатиты)
- **Ухудшение экономического положения** (траты на наркотики, штрафы, снижение работоспособности, выпадение с рынка труда)
- **Ухудшение социальных связей и семейных отношений** (сокрытие употребления, обманы, равнодушие к обязанностям и обещаниям и т. д.)
- **Высокая вероятность получения травм** (несчастные случаи при работе с машинами и механизмами, падения, автокатастрофы, насилие и т. д.)
- **Вероятность получения смертельной передозировки или смертельные случаи из-за травм**
- **Вероятность вступить в конфликт с законом и попасть в систему наказаний**
- **Рост общественных расходов на здравоохранение и социальные услуги** (рост числа бездомных, услуги здравоохранения, социальные услуги)

Услуги снижения вреда

В зависимости от способа употребления, среды и употребляемых веществ могут применяться разные действия по снижению вреда. Например, **для людей, употребляющих наркотики, у которых возникают проблемы социального и экономического характера**, действия по снижению вреда одни, а направленные на снижение вреда при употреблении веществ на вечеринках и развлекательных мероприятиях – другие. В настоящее время в Эстонии большинство действий по снижению вреда направлены на долгосрочных потребителей. В ближайшие годы необходимо уделять больше внимания мерам, направленным на обеспечение более безопасной среды развлекательных мероприятий, ночной жизни и т. п.

По состоянию на 2022 год в различных регионах Эстонии работало 35 пунктов снижения вреда, из которых 18 **стационарных центров** (в т. ч. три аптеки), 15 **уличных** и 2 **специально оборудованных автобуса**. В 2022 году услуги снижения вреда начали работать еще в двух аптеках – в Тарту и Раквере. Большинство услуг снижения вреда располагается в Харьюмаа и Ида-Вирумаа, услуги также оказываются в Тапа, Пярну, Тарту и Пайде. Автобусы снижения вреда работают в Харьюмаа, Ида-Вирумаа, Ляэне-Вирумаа и Пярну (всего 24 региона). Автобусы снижения вреда представляют собой специально оборудованные микроавтобусы, в которых предоставляются различные социальные услуги и услуги здравоохранения,

в том числе предусмотрено место для проведения консультаций.

Мобильная услуга предназначена, прежде всего, для употребляющих наркотики людей, у которых по каким-либо причинам нет доступа к центру снижения вреда и другим услугам помощи, или по каким-то другим причинам они не могут прийти в центр снижения вреда. График движения автобусов можно найти на сайте www.narko.ee.

За последние годы услуги снижения вреда заметно шагнули вперед – и в плане формы оказания (услуги в аптеках, мобильная услуга), так и в спектре предлагаемых услуг и принадлежностей. К списку оказываемых услуг добавились равное консультирование и медицинская услуга, в рамках которой проводится тестирование на ВИЧ, обучение и консультирование по налоксону, оказание первой помощи и при необходимости направление в медучреждения.

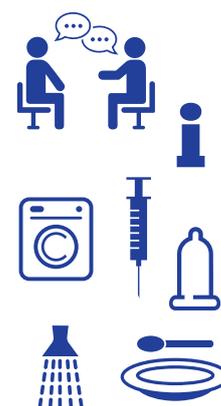
Помимо шприцев/игл и дезинфицирующих средств можно получить фильтры, ложки, фольгу и трубочки для употребления. **Все консультационные услуги и услуги снижения вреда предоставляются клиентам и их близким бесплатно.**



Трубочки для употребления

В центрах снижения вреда предлагаются следующие услуги:

- **выдаются принадлежности для более безопасных инъекций** (шприцы, иглы, фильтры, ложки, дезинфицирующие средства, сухие салфетки, трубочки для употребления, фольга), а также витамин С, лубриканты, презервативы, тесты на беременность
- **сбор и утилизация использованных шприцев и игл**
- **информирование о возможностях получения помощи**
- **информирование на тему применения налоксона** (см инфолист о налоксоне)
- **возможность сделать экспресс-тест на ВИЧ** и консультирование на различные темы, связанные со здоровьем
- **поддержка равного консультанта**, т. е. возможность пообщаться с человеком, который на основе своего опыта может дать совет, как справиться с зависимостью
- **консультации психолога, сестры-специалиста по психическому здоровью, социального работника** (помощь при оформлении документов, ходатайстве пособий и пенсий, регистрации в Кассу по безработице, консультирование на тему долгов и др. финансовым вопросам, поиск приюта, социального жилья, направление на услуги в дневных центрах)
- **возможность помыться, получить или постирать одежду, продуктовая помощь**



Более подробная информация обо всех услугах:

narko.ee.





 **Стационарные центры**

1. Tallinn (4 центра)
2. Maardu
3. Kohtla-Järve (4 центра)
4. Jõhvi
5. Kiviõli
6. Narva (2 центра)
7. Paide
8. Rakvere (2 центра)
9. Tartu (2 центра)

Мобильная услуга 

- | | |
|----------------------|--|
| Tallinn | <ol style="list-style-type: none"> 1. Põhja-Tallinn 2. Lasnamäe 3. Mustamäe 4. Kristiine 5. Õismäe |
| Harjumaa | <ol style="list-style-type: none"> 6. Nõmme (Männiku) 7. Keila 8. Paldiski 9. Maardu |
| Pärnumaa | <ol style="list-style-type: none"> 10. Pärnu |
| Tartumaa | <ol style="list-style-type: none"> 11. Tartu |
| Lääne-Virumaa | <ol style="list-style-type: none"> 12. Kunda |
| Ida-Virumaa | <ol style="list-style-type: none"> 13. Aseri 14. Kiviõli 15. Püssi 16. Kohtla-Järve, Järve 17. Kohtla-Järve, Ahtme (Puru/ lidla) 18. Kohtla-Järve, Sompa 19. Kohtla-Järve, Oru 20. Jõhvi 21. Sillamäe 22. Mäetaguse 23. Narva-Jõesuu 24. Narva 25. Olgina |

Уличная работа 

- | | |
|----------------------|---|
| Tallinn | <ol style="list-style-type: none"> 1. Põhja-Tallinn 2. Mustamäe 3. Kristiine 4. Õismäe |
| Harjumaa | <ol style="list-style-type: none"> 5. Lasnamäe 6. Viimsi 7. Keila 8. Paldiski |
| Tartumaa | <ol style="list-style-type: none"> 9. Tartu |
| Pärnumaa | <ol style="list-style-type: none"> 10. Pärnu |
| Järvamaa | <ol style="list-style-type: none"> 11. Paide 12. Türi 13. Roosna-Alliku 14. Väätša |
| Ida-Virumaa | <ol style="list-style-type: none"> 15. Kiviõli 16. Kohtla-Järve, Oru 17. Kohtla-Järve, Sompa 18. Kohtla-Järve, Ahtme 19. Kohtla-Järve, Järve 20. Sillamäe 21. Vask-Narva 22. Mäetaguse 23. Narva |
| Lääne-Virumaa | <ol style="list-style-type: none"> 24. Rakvere 25. Tapa 26. Kunda 27. Aseri 28. Tamsalu |

Статистика посещений услуг снижения вреда за 2017–2022 гг

	2017	2018	2019	2020	2021	2022
Общее число клиентов услуг снижения вреда (с кодом клиента)	5465	3738	3474	3523	3674	3675
Число контактов (посещений) в рамках услуг в год	110 636	92 562	92 297	77 189	81 256	87 303
Консультации работника по снижению вреда	43 896	42 232	44 992	38 335	38 077	43 081
Консультации социального работника	7794	8463	9420	8486	9332	9981
Консультации психолога	1210	1669	2587	2410	2267	2509
Консультации по вопросам здоровья	5837	5398	5288	4505	4726	5121
Равные консультации	1 997 158	1 680 531	1 629 477	1 529 814	1 612 130	1 647 628
Число выданных шприцев		5945	10 283	8 353	9567	12 043
Число выданных упаковок воды для инъекций (NaCl)		500	4568	9530	9674	9 650
Число выданных фильтров				63 147	60 136	51 745
Число выданных ложек				37 117	33 514	36 326
Число выданных трубочек						2 222

Источник: Институт развития здоровья 2023

Более подробную информацию по услугам снижения вреда можно посмотреть **в базе данных статистики на странице Института развития здоровья.**

Программа SÜTIK – услуга опорного лица для употребляющих наркотики

Программа SÜTIK начала работать в июне 2018 года в качестве одной из составляющих консультационных услуг, направленных на людей, употребляющих наркотики. В 2019 году программа была расширена на регион Ида-Вирумаа, в 2021 году на Ляэне-Вирумаа и в конце 2022 года на Тартумаа. В рамках программы употребляющему наркотики человеку назначается опорное лицо, которое оказывает **эмоциональную поддержку, помогает общаться с официальными учреждениями и найти подходящие услуги по лечению и консультированию.** Услуга помогает снизить рискованное поведение и улучшить способность зависимого человека

справляться со своей жизнью, а также его здоровье, работоспособность и качество жизни. Опорное лицо и клиент сотрудничают в течение одного года, при необходимости продолжают и по истечению этого срока.

Организации, работающие в данной программе, сотрудничают с Департаментом полиции и погранохраны на постоянной основе, чтобы вместо назначения наказания помочь употребляющим наркотики людям найти альтернативные решения. В Харьюмаа и Ида-Вирумаа опорные лица готовы выехать на вызов полиции круглосуточно, в Ляэне-Вирумаа и Тартумаа услуга доступна по рабочим дням.

По состоянию на конец 2022 года в программе SÜTIK было зарегистрировано 518 клиентов.



Более безопасная ночная жизнь

Психоактивные вещества занимают определенное место в сфере развлекательных мероприятий и ночной жизни. С помощью веществ люди ищут возможность получить удовольствие, расслабиться, а также разнообразить свои будни. **Поскольку ограничить употребление психоактивных веществ в рамках ночной жизни весьма затруднительно, мы прикладываем усилия и фокусируемся именно на снижении вреда, связанного с их употреблением** (например, отравления, смешанное употребление, сексуальное насилие), т. к. зачастую его можно предотвратить. В 2022 году Институт развития здоровья запустил проект, в ходе которого активисты снижения вреда (т. н. ночные феи) помогали

создавать более безопасную среду в четырех увеселительных заведениях Таллинна – следили за состоянием посетителей и предлагали при необходимости помощь. Летом 2023 года работников снижения вреда привлекали к сотрудничеству многие музыкальные фестивали.



НАРКОТИКИ ВЫЗЫВАЮТ БЕСПОКОЙСТВО ИЛИ ВОПРОСЫ?

МЫ ОКАЗЫВАЕМ ПОДДЕРЖКУ КРУГЛОСУТОЧНО



ЗВОНИ:

1747

641 4110



ПИШИ:

1747@NARKO.EE



ЧАТ:

NARKO.EE

- Оказываем поддержку употребляющим наркотики людям и их близким.
- Информировуем о доступных вариантах помощи направляем на услуги к специалистам.
- За каждой проблемой – личная история. Можешь поделиться с нами своими переживаниями без опаски – линия поддержки **анонимна**.

** При звонке на короткий номер действует обычная цена телефонного оператора, общение в чате на портале narko.ee и обращение по электронной почте – БЕСПЛАТНО.*



**Tervise
Arengu
Instituut**

**TUGILIIIN
NARKO.EE
☎ 1747**