

对酗酒或吸毒的治疗。

如果您酗酒或吸毒影响您的身心健康、家庭、关系、工作、学业、财务或其他生活状况，您应当寻求帮助。

有支持服务可以供您使用，您的家人和朋友如果感到支持服务能对他们有所帮助也可以使用。有关方面会跟您协商并在您特定需求的影响下制定治疗计划。您接受治疗的种类可能会随时间变化，有关方面会在此过程中跟您协商并将让您参与。

如果您在酗酒或吸毒且无意寻求治疗，我们仍然建议您见家庭医生定期进行体检。

如何获得帮助？

大多数戒酒和戒毒治疗服务接受自荐——这意味着人们可以直接联络这些服务来安排评估。欲了解和讨论治疗服务，请致电您在州或领地的戒酒和戒毒资讯服务 (Alcohol and Drug Information Service, ADIS)。号码如下：

首都领地 (02) 5124 9977	塔州 1800 250 015
新州 (02) 9361 8000 1800 422 599 (悉尼以外地区)	西澳州 (08) 9442 5000 1800 198 024 (珀斯以外地区)
北领地 1800 131 350	维州 1300 85 85 84 (信息) 1800 888 236 (辅导)
昆州 1800 177 833	南澳州 1300 131 340

您的医生也可以提供专家戒毒治疗服务的转介，医生还可以在您参与的专家服务结束以后提供信息和支持并持续给您治疗。重要的是记住，不是所有人都需要专家治疗。

自费治疗服务可能需要医生转介，所以建议您先进行确认。在您联络了治疗服务以后，对方会安排进行评估。可能先要通过电话或以面对面的方式进行评估，才能讨论您的治疗选项。某些服务可能有等待名单 某些服务可能有等待名单，但如果某个机构提供不了合适的治疗，可以将您转介到其他地方的服务。如果您正在等待治疗并想寻找一些支持，可以致电ADIS(号码已在上方列出)获得帮助，或访问：www.counselingonline.org.au。

有哪些种类的治疗？

有多种多样的治疗选项可供自费和公费患者选择，这些选项也可以结合使用，包括：

戒断过程管理/戒毒

- **住院服务**提供有人支持的住院环境，让患者在受到监督管理的设施或医院里安全地戒除对酒精或毒品的依赖。这些设施常年配备员工，可以提供个别和集体辅导以及同伴支持
- **非住院服务**以社区为基础。这意味着不要求您在治疗期间住在设施或医院里。非住院服务通过按区受托的方式提供，您会被转介到您本地区的相关服务。非住院服务的例子包括辅导、非住院戒断和治疗性的日间康复项目。
- **康复项目**提供住宿和有系统的保健计划，时长从几周到几年不等。这些项目通常不提供戒断药物，所以在被接纳之前要确保您已经完成了戒断治疗，这一点很重要。
- **社会支持服务**可以为您提供住房、财务、法律、总体健康、牙科和其他方面的帮助。
- **双重诊断**服务为有药物和精神健康两种问题的人提供，称为是“双重诊断”。同时诊断药物滥用和精神健康障碍很常见，需要相关服务同时对两种问题进行治疗。
- **同伴支持**项目通常由亲历过药物滥用或依赖的个体而不是医务专业人员主持。匿名戒酒协会 (Alcoholics Anonymous) 和匿名戒毒协会 (Narcotics Anonymous) 都是同伴支持项目的典范。
- **辅导**是最常见的一种治疗。辅导可以有多种形式，比如讨论您的问题，改变您的思维模式或计划如何管理困境。辅导服务可以当面进行，也可以通过电话或网络进行。
- **药物疗法**：用药物来替代毒品称为是“替代药物疗法”。这种疗法以处方的药物剂量给患者药物，来降低毒瘾。这种疗法仅适用于某些药物，您的医生或治疗服务可以就您的特定情况能提供哪些药物给您更多信息。

- **戒除或戒毒 (detox)** 包括切断或减少您的毒品用量。很多人会在戒除过程中因为生理或心理依赖出现各种症状。在戒毒或戒除时不同时接受其他治疗可能会导致患者复发。重要的是探索辅导、同伴支持或康复等配套治疗，在戒毒期间或戒毒以后给您支持。
- **家庭支持服务** 是给您周围可能受到您滥用毒品影响的人的支持服务。除了理解以外，他们还能提供如何最有效地在治疗期间给予帮助的相关信息。全澳家庭戒毒支持 (Support Australia-wide) 电话：1300 368 186或家庭戒毒帮助电话：1300 660 068

要花多少费用？

公营的部分服务可能有最低的费用，但很多不同的治疗选项 (例如辅导和戒除) 通常是免费的或费用低廉。您必须为在私营戒酒和戒毒服务接受的所有治疗付费。非营利的住院服务通常会在领取福利金 (比如Newstart补助) 的患者住院接受治疗期间请他们捐款。

请在您开始治疗之前联络Medicare和/或您的私人医疗保险公司 (如有)，确认哪些项目可以报销。我们推荐想要使用私营治疗服务的人购买私人医疗保险。

您无需独自应对毒品问题。请拨打1300 85 85 84联络DrugInfo获得信息和建议

如果您的朋友或家庭成员滥用毒品，您想请教窍门，获得支持，请联络家庭戒毒帮助 (Family Drug Help) 热线：1300 660 068




● 了解最新信息

 twitter.com/alcoholdrugfdn

 facebook.com/alcoholdrugfdn

● 联络我们

 1300 85 85 84

 adf.org.au

© Alcohol and Drug Foundation 2019

ABN 66 057 731

免责声明：澳大利亚戒毒基金会 (The Australian Drug Foundation) 已竭尽全力确保本文所含资料于付印时正确无误。

澳大利亚戒毒基金会不承担保证以上资讯之准确性或完整性的责任，并保留在无任何情况下随时更改以上内容的绝对权利。