



# 农村酒精成瘾者的戒酒之困

“ ”

在农村, 戒酒更多被认作是一场意志力和成瘾的决斗。家人的陪伴和鼓励是唯一的盾牌, 而在这场对决中, 往往伴随着失去的痛苦、全家人的挣扎, 以及对未知的恐慌。

在北京大学第六医院戒酒专家李冰看来, 在家戒酒其实充满危险。患者一旦出现戒断反应, 如果处理不当, 有可能导致死亡。但囿于认知、民俗背景、物质条件等, 这些来自农村家庭的酒精滥用和依赖性障碍患者, 能够寻求到的帮助并不多。



戒酒第三天, 戒断反应出现了。吃午饭时, 刘明晃晃悠悠举着筷子, 却一直不能准确把筷子伸进盘中。他身体往后靠, 眯着眼, 还是看不清, 手也开始抖起来。几番尝试后, 他生气地直直向后倒在炕上。

对刘明的妻子书知姐而言, 这场景一点也不陌生。自从长期酗酒的刘明开始戒酒后, 震颤、出汗、发抖、幻觉等症状就陆续找上门来。

在农村, 戒酒更多被认作是一场意志力和成瘾的决斗。家人的陪伴和鼓励是唯一的盾牌, 而在这场对决中, 往往伴随着失去的痛苦、全家人的挣扎, 以及对未知的恐慌。在北京大学第六医院戒酒专家李冰看来, 在家戒酒其实充满危险。患者一旦出现戒断反应, 如果处理不当, 有可能导致死亡。但囿于认知、民俗背景、物质条件等, 这些来自农村家庭的酒精滥用和依赖性障碍患者, 能够寻求到的帮助并不多。

调查数据显示, 酒精滥用和依赖性障碍在农村的发病率是城市的5倍。一篇2009年发表的学术论文中提到, 在受访患者中, 因心理或精神问题而去看医生的, 仅占总人数的1.93%, 而那些未曾就医的患者中, 只有0.59%意识到寻求医生的帮助会有用。

## 喝酒

严格来说, 这是刘明近30年来, 第三次尝试戒酒。2022年春节后, 书知姐下定决心, 给他下了“禁酒令”。起因是书知姐外出时, 刘明试图在厨房里做饭, 差点点燃了整栋房子, 好在被邻居及时发现, 扑灭了刚刚顺着他裤脚着起来的火。

现在刘明已经坚持了100天。中间有过两次复饮, 但书知姐拖着他坚持。她拍短视频, 记录下刘明完全被酒精麻痹的身体逐渐复苏, 开始在院子里活动的全过程——有时他提着扫帚扫院子, 有时跟着书知姐种蔬菜……这些都是这个男人曾轻松就能做

到的日常小事。

书知姐今年55岁, 丈夫刘明和她同岁。结婚时, 两人刚满二十。婆婆带人来家里提亲时, 书知姐一点异议都没有, 那时刘明在供销社上班, 幽默, 爱开玩笑, 性格随和, “谁家有事需要帮忙都会喊上他, 大伙对他评价也挺好的。”书知姐回忆道。

初相识时刘明就喝酒, 但有父亲管着, 他并不常喝。在东北小镇, 遇到必要的场合, 大部分人都会喝酒, 好酒的人也不少。刘明会喝, 爱喝, 这算不上什么稀奇事。

婚后刘明很上进, 还去大庆市学瓦工, 挣了钱统统交由妻子打理, “进屋第一件事就是把钱掏出来给我, 对这个家很负责。”书知姐回忆道。但结婚第九天, 婆婆突然患病去世, 不到一年, 公公再娶了比刘明大不了几岁的妻子, 又生了小儿子。从那时起, 刘明有了一些变化。

书知姐说, 丈夫从未对父亲再婚表达过反对或者不满。事实上, 他压根不提父亲的新家庭, 但那件事像一根刺, 他开始喝酒, 似乎只有酒可以洗掉生活的不快。

一开始, 刘明常去喝“场合酒”——农村有各种大大小小的喜丧事, 谁家请人帮工, 也会备上一桌酒菜。七八年前, 他不愿再出去喝“场合酒”了, 就独自憋在家里喝闷酒, 先是晚上喝, 后来中午也喝, 到最后一天三顿都不能缺酒。

## 成瘾

喝了酒, 刘明的情绪变得起伏不定。“你说话也不对, 不说话也不对。”书知姐说。家里的氛围变得紧张而压抑, 因为酒精依赖, 刘明的笑容越来越少, 人愈加沉默, 有时喝了酒脾气突然上来, 不管不顾地撒酒疯。

家暴随之而来, 最严重的一次动了菜刀。书知姐记得, 那天刘明喝多回来, 走路腿发软, 一半身子在炕上, 一半身子耷拉着。

她喊他好好睡觉, 动手拖他, 并抱怨了几句, “你就对酒亲!”这话一下子激怒了刘明, 他晃晃悠悠站起来甩了书知姐两巴掌。书知姐伸手推他, 他薅起妻子的头发把人摔倒在地上。两个孩子不敢靠近, 在旁边放声大哭。

书知姐躺在地上, 身体动弹不得, 刘明则跑到厨房拿了菜刀要砍, 被两个孩子声嘶力竭的哭喊拦下。菜刀落在地上, 刀刃向下, 在红砖地上砸出了一条浅痕。

酒醒后, 生活恢复往常, 就像那不是他做出来的事情一样。但每次扫地, 书知姐都能看到那道刀痕, 像一道伤疤, 提醒着在这个家中发生过的恐怖。书知姐说, 直到老房子卖掉, 她才逐渐远离了那段记忆。

书知姐提起过离婚诉讼, “两个孩子整天生活在恐惧中, 他一喝酒孩子就提心吊胆。”办手续当天, 她骑车摔坏了脚踝, 是刘明前跑后伺候她, 他第一次在她面前哭诉, 说再也不喝酒了, 还写了保证书。

那之后, 刘明再没对妻子动过手, 但酒还是解不了。生活的不如意接踵而至, 2003年, 两人押上全部家当种植绿化苗木, 前两年还算顺利, 后来没人订购, 200亩苗木只能拉回家当柴禾烧了。赚的钱全赔了进去, 还欠下不少外债。

做生意失利的挫败感还没缓过来, 2013年, 刘明最小的亲弟弟因为脑出血去世。“他觉得弟弟是母亲留下的责任, 觉得自己没照顾好弟弟。”书知姐说。

刘明再次一头扎进酒里。“这个家他不扛了。”书知姐告诉记者, 刘明从此整日在家喝闷酒, 没人愿意跟他谈正事。

酒成了刘明的必需品, 他不挑酒, 白酒啤酒、瓶装散装, 都喝, 以廉价的酒精勾兑酒居多。喝起来也不需要菜。他迷恋那种

“飘飘然”的感觉, “喝了酒就找事儿, 闹人, 骂人。”书知姐觉得, 丈夫就沉迷于那种无所顾忌发泄的快感。

成瘾的过程悄无声息, 一种

恶性循环开始形成。刘明喝不到酒时就难受, 喝到酒后就开始闹, 他清醒的时候越来越少, 过了酒劲, 就得继续上……

大儿子结婚时, 为了不走神, 刘明提前几天没有喝酒。婚礼当天, 司仪把话筒递给刘明, 让他讲话。刘明双眼直勾勾地盯着前面, 双手垂着, 也不接话筒。但婚礼结束后, 酒一入口, 刘明就又“活”了过来。

每次喝多了之后, 他会头晕, 腿也渐渐不听使唤, 走路费劲, 总摔跟头, 甚至连自己出去买酒都成了一件困难的事, 他就打电话让小店把酒送到家里。手脚发麻, 伤口久不愈合, 书知姐注意到“磕破一块皮, 半年都不好, 一直往下烂, 给他上药, 他说小腿像绑了沙袋。”

两年前的一次醉酒后, 刘明把双脚泡在刚烧开的热水里都没反应。等书知姐发现时, 他两只脚上全是水泡, 滴着血水, 嘴里还发出吭哧吭哧的闷哼声。不得已, 酒停了几天, 他开始出现严重的戒断反应。之后, 刘明开始频繁出入医院, 身体像放了气的气球, 迅速垮塌下去。

长时间酗酒让他的神经系统和多个器官都出现问题。有一次进医院, 医生还报了病危。

## 自救

刘明的戒断反应包括出汗、手抖、眼睛发花, 但一开始, 书知姐还不知道“戒断综合征”这回事, 刘明身体哪儿不舒服, 她就带他去医院对应的科室检查——各个科室也依据其身体状况诊断出各种问题——神经损伤, 肝性昏迷……有一次, 刘明在医院里产生幻觉, 推开四楼的窗户, 跟空气对话, 想跳出去, 被书知姐一把拦下。“他笑呵呵地指着外面, 好像完全沉浸在另一个世界里。”

戒酒专家李冰介绍, 戒断综合征表现为心慌、手抖、出汗、体温波动、血压波高等植物神经反应, 严重的戒断反应会出现癫痫、意识障碍, 甚至出现冲动行为, 这时家属在家处理是非常危险的。酒精一旦成瘾, 不论程度如何, 都应当寻求专业的精神科医生的帮助。”

直到2015年, 书知姐带刘明去哈尔滨求医, 才第一次被医生告知, 他这种情况

下转 07 版