

K l u s

Klus je vžitá zkratka diskusního, společensko-léčebného Klubu usilujících o střízlivost. Materský, pražský Klus soustřeďuje především v Apolináři a v Lojovicích uzdravené a v Apolináři právě léčené alkoholiky. Klus navštěvují jejich rodinní příslušníci, někdy i dospívající děti, přátelé, snoubenky, blízcí lidé, kterým v první řadě záleží na jejich zdraví, na radostnějším spoluzití. Klus je nedílným článkem léčby všech pacientů hospitalizovaných v Apolináři, přední součástí léčby mnohých pacientů ordinací AT (alkohol aj. toxikománie), Střediska drogových závislostí, protialkoholního oddělení Ústřední vojenské nemocnice a jiných. Jeho pravidelných dvouhodinových schůzí ve čtvrtek od 18. hodin se někdy zúčastňují i nadřízení v zaměstnání, členové protialkoholních komisí, funkcionáři Národních výborů, vyslanci soudních senátů, zájemci z Ministerstva zdravotnictví ČSR, ministerstva práce a sociálních věcí ČSR, hosté a studijní výpravy ze zahraničí, pracovníci tisku, rozhlasu, filmu a televize, učitelé s žáky, anebo i farář se svými věřícími.

Pražský Klus založil 5. 2. 1948 vedoucí lékař Apolináře Jaroslav Skála. Představuje patrně nejdelší nepřetržité trvání léčebného klubu v Evropě. Za 30 let při průměrné účasti 130 lidí proběhlo 1435 zasedání. Předsedou je v pořadí třetí, už 12 let abstinující pacient; schůzím však obvykle předsedá vedoucí lékař, sedě na podiu uprostřed podlouhlé, prostorné a světlé apolinářské posluchárny. Po levici má v řadách usazeny hospitalizované pacienty a jejich léčitele, po pravici abstinující pacienty-klusáky a ostatní. Obě skupiny sedí čelem k sobě. Kromě kolektivní sugesce jakoby tu našlo uplatnění sdělení Sečenova, že zdravá nebo odpočatá ruka přiložená k ruce unavené anebo nemocné tuto uzdraví.

Schůze mívají běžně část zpravodajskou, správní a námětovou. Jedná se hlavně o problémech abstinence. Vedoucí lékař podněcuje a podle předem připraveného programu řídí názorovou výměnu přítomných, kterou shrnuje do stručných závěrů. Často rokování dramatizuje. Nevede řečníky jen k výstižné ostrosti a přiměřené pádnosti, ale též k sebeovládání, otevřené upřímnosti, zaslouženému uznání a pravdivému sebehodnocení, takže i rozepře mívají tvůrčí povahu. Na příkladech je ověřována alkoholikova doživotní ztráta míry v pití, ale i uzdravitelnost z alkoholismu, tkvícím v důsledné a stálé abstinenci. Na příkladech je zdůrazňováno, že účast na jednáních a činnostech Klusu je pro bytí exalkoholika totéž jako trénink pro atleta.

Každý má zaručené právo na členství ve velké rodině. Pocit uznávané příslušnosti je přímo úměrný míře činného zapojení. Zkušenosti pacientů abstinujících nepřerušeně jeden rok, pět a deset let, bývají středem slavnostního zájmu, přičemž je zvýznamněn správný styl abstinence. Nejdelší nepřetržitá abstinence žijícího zasloužilého apolinářského pacienta v r. 1978 dosáhla 32 let. S jemu podobnými si léčitelé tykají. Klus má své vlastní písně, často je zpívá a Panton je vydal na gramofonové desce pod názvem Apolinářské blues. Čtyřikrát ročně bývá zábavný Klus, kdy účinkují nejpopulárnější zpěváci, a dvanáctkrát ročně malý Klus, kdy se účastníci rozdělí na světnice mezi ústavně léčené pacienty k hovorům bez přítomnosti léčitelů.

Převážně společenskou stránku Klusů ve dnech pracovního klidu představují od r. 1963 zcela samostatné schůzky klusáků v kavárně Luxor v neděli od 10. hodin. Pražský Klus pravidelně pořádá sjezdy, oslavy MDŽ, společné dovolené, zájezdy, literární soutěže, výtvarné výstavy, podílí se na vydávání protialkoholního časopisu Zápisy z Apolináře,

spolupracuje při léčbě alkoholiků během výkonu trestu, podporuje Klub dětí alkoholiků a podobně.

Důležitou součástí Klusu je od roku 1968 KOS – Klusácký, oddíl svěžesti, ve kterém exalkoholici pravidelně sportují a od r. 1976 společně navštěvují i saunu. KOS upřednostňuje nedělní Jogging v apolinářské zahradě, Skálův lesní běh (10 km) a Klímkův memoriál (4,5 km, 9 km); propaguje a podporuje účast na vytrvalostních závodech, jako jsou Běchovice, Kunratice, Hronov-Náchod i Košický maratón, účast na vytrvalostních závodech běžců-veteránů ve Francii, v Řecku, anebo až v Japonsku.

Ustálenou formou Klusu je léčebný tábor. Od r. 1962 každé jaro pořádá Apolinář pro hospitalizované a abstinující pacienty společný čtrnáctidenní pobyt v chatovém táboře uprostřed lesů na řece Lužnici u Dobronic: Abstinujícím pacientům je tento pobyt umožňován celkem třikrát v rozmezí nejméně tří let, poprvé po třech letech nepřetržité abstinence. Jsou vzati do nemocenského stavu (tzv. posilující léčba) s diagnózou alkoholismus nebo toxikomanie. Od r. 1975 každý třetí rok užívají tábora pacientky obou skupin, ke kterým v r. 1977 přibyl i soubor manželek exalkoholiků. Tábor vedou léčitelé z Apolináře i z jiných léčeben a pracovnice ordinací AT. Dny vyplňují vhodně volené a upravené apolinářské způsoby léčby. Zvláště důležitý se zdá být tělocvik. Účastníci tu společně běhají frakcionovaný maratón, a skutečně každý uběhne celkem 42,2 km. Léčebný tábor je vrací běžnému životu v mimořádně otužilém a pohotovém stavu.

Významnou činností pražského Klusu je Apolinka. Podobně jako Apolinář, který je prakticky zvláštní psychiatrickou klinikou, také Apolinka, noční služba uzdravených alkoholiků u telefonu této kliniky se výrazně liší od příbuzných forem pomoci. Výjimečnost je tu alkoholismem podmiňována. Služba, vymezená od 20. hodin do rána příštího dne, a to výhradně pro pacienty, abstinující v dobrém stylu nejméně 10 měsíců, je dobrovolná, neplacená a sloužícímu z ní nevzniká nárok na pracovní volno. Její telefonní číslo je 29 36 69.

Apolinka zodpovídá telefonické dotazy, vyřizuje vzkazy, podává informace, poskytuje zpravodajství o činnosti pražského Klusu jiným abstinentským klubům, vede „osvobozující dialog“, psychoterapeuticky zaměřené hovory. Apolinka usnadňuje příchod a přijetí odléčených alkoholiků v stavu „suché“ i „mokré“ recidivy k zabezpečovací nebo k nové léčbě. Jestliže nedokáže chorobné nutkání u abstinujícího alkoholika potlačit sama, zprostředkuje přespání na Záchytné stanici v budově Apolináře, odborné vyšetření a zabezpečovací léčbu. Neintoxikovaný dostavivší se „recidivista“ bývá po uklidňujícím rozhovoru, vždy s odkazem na ordinaci AT, na potřebu soustavného styku s Apolinářem a s naléhavým doporučením nutnosti, co nejdříve opakovat ústavní léčbu, poslán obvykle domů. Dostavivší se intoxikovaný recidivista bývá po krátké observaci odváděn na Záchytnou stanici, kde je s ním až do vystřízlivění nakládáno jako s každým jiným zachyceným. Jinými intoxikovanými osobami se Apolinka přímo nezabývá – udává telefonní čísla a adresy příslušných obvodních oddělení Veřejné bezpečnosti, odkazuje na spádové ordinace AT a sděluje jejich telefonní čísla, adresy, pracovní doby i jména sociálních pracovníků. Sloužící se z Apolinky nevzdaluje – k neodkladným zásahům vyžadujícím osobní přítomnost, může požádat o spolupráci jiné apolinkáře, bydlící nejbližší k případu. Informace o léčbě obsahují i oprávněnou naději na dobrý výsledek.

Součástí Apolinky je nepovrchní, libovolně dlouhý pohovor sloužícího s hospitalizovaným pacientem. Tato setkání zabezpečuje ředitel Apolinky, kterým je více let abstinující pacient a sociální sestra Apolináře na pravidelných čtvrtěčních schůzích Klusu. Při pohovoru dochází k bližšímu vzájemnému poznání. Apolinkář uvádí dobu své abstinence, své potíže při léčbě i po léčbě, usuzuje na fázi dle *Jellinka*, nezapomene varovat před utajováním léčby, poukáže na nutnost a způsoby doživotního doléčování, upozorní na služby prokazované Apolinkou atd. Jedná s pacientem jako s mladším bratrem, avšak nezavazuje Apolinář ani sebe k zásahu u zaměstnavatele či v rodině, odkazuje raději na jeho deník pro léčitele, apolinářskou

terapeutickou skupinu, volnou tribunu, na individuální rozhovor s klinickým terapeutem, na manželskou, případně rodinnou terapii. Pohovor, podobně jako opakovaná účast na diskuzích Klusu, výrazně přispívá ke ztotožňování nováčka se zkušeným exalkoholikem. Apolinkář pomáhá pacientovi spolupracovat při náročné taraktické formě terapie a bezprostřední přítomností své uzdravenosti posiluje naději a statečnost. Pohovor je součástí apolinářské léčby a sloužící bývá nejen laickým léčitelem, ale nezřídka přímo paraterapeutem.

Volný čas je využíván k zatelefonování přáteli, který se neznámo proč již déle neukázal na Klusu, onemocnělému, často na doporučení sociální sestry, k napsání dopisů mimopražským pacientům, k četbě a studiu protialkoholní literatury a mezi tím k odpočinku.

Průběh služby zapisuje apolinkář stručně, avšak přesně a úplně do knihy sloužícího. Tam se může vyzpovídat i z vlastních pocitů a potíží a tak si zabezpečit přiměřenou pozornost, potřebnou radu nebo pomoc. Pověřený klinický terapeut zápis každé ráno kontroluje a často je mu předmětem k žádoucímu zásahu.

Pravidelné, nejméně každoměsíční opakování zážitku služby je příznivě působícím návykem. K tomu přispívá důvěrně známé prostředí starobylé budovy, včetně ruchu Záchytné stanice. Tato forma protialkoholní činnosti snad nejlépe chrání alkoholika před jeho do remise pracně zahnanou chorobou. Není nadsazeno tvrzení, že Apolinka je samoobslužné noční sanatorium svých členů.

Apolinka je jedinou institucí svého druhu v ČSSR. Byla založena v r. 1965 z podnětu vedoucího apolinářského lékaře MUDr. Jaroslava Skály, v r. 1973 byla na 6. kongresu Mezinárodní federace stanic telefonní pomoci IFOTES (International Federation for Services of Emergency Telephonic Help) přijata do tohoto sdružení a začátkem r. 1978 byla sloužena 4000krát.

Na území Čech, Moravy a Slovenska působí v současnosti asi 50 protialkoholních klubů. Náplň a metody mají víceméně podobné, avšak jejich složení, organizace a zvyklosti se liší podle podmínek vzniku a předpokladů činnosti, podle úrovně vědomostí, zkušeností, vytrvalosti, průbojnosti a zápalu vedoucích osobností a podlé tvůrčí aktivity jejich členů.

Kluby a jim podobné kluby sdružují, doléčují alkoholiky různého věku, různých národností a povahových rysů, různého vzdělání, povolání a společenského postavení, různých politických stran, náboženských vyznání, přesvědčení, směrů a zájmů, lidi usilující on střízlivost. Přes velký a všestranný prospěch plynoucí z Klusů a příbuzných klubů, jakým je například ostravský Spoj či náhodský Klus, zůstává zájem o jejich činnost za strany léčitelů, zejména psychiatrů stále malý. Často si protialkoholní kluby například AA (Anonymní alkoholici) zakládají abstinující pacienti z vlastní iniciativy, téměř vždy však ve spolupráci se zdravotníky. Některé zkušenosti z dalších klubů dál uvádí MUDr. Jaroslav Skála.