

[Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Sztuczna inteligencja może wspomóc leczenie uzależnienia od alkoholu

W Internecie dostępna jest darmowa aplikacja, która może wspomóc osoby uzależnione od alkoholu w zmaganiach z nałogiem. „To unikatowe rozwiązanie, jedno z dwóch na świecie

opartych na sztucznej inteligencji” - powiedział PAP Krzysztof Przewoźniak, kierujący pracami badawczo-rozwojowymi systemu o nazwie Addictions.ai.

Aplikacja dostępna na stronie www.hh24.pl jest nowoczesnym urządzeniem diagnostycznym, które ma wesprzeć pacjenta w prowadzeniu terapii i w odpowiednim momencie ostrzec go przed ryzykiem nawrotu uzależnienia. Jego pomysłodawcą jest Marcin Brysiak, który przyznaje, że sam jest uzależniony od alkoholu. Projekt wsparło Narodowe Centrum Badań i Rozwoju. Aplikacje mobilne na smartfony, wideokonferencje, czaty i większy dostęp do informacji oraz anonimowość w sieci stają się coraz ważniejszymi narzędziami wspierającymi osoby borykające się z problemem nadużywania alkoholu, jak też innych nałogami, np. behawioralnymi.

"Są dwa tego rodzaju rozwiązania, wykorzystujące sztuczną inteligencję; jedno powstało w USA, a drugie w naszym kraju" - opowiada Marcin Brysiak. Amerykańska aplikacja koncentruje się głównie na wsparciu osób uzależnionych w mediach społecznościowych, polska - pierwsza w Europie - wykorzystuje zaawansowane algorytmy oceniające prawdopodobieństwo złamania abstynencji do wsparcia pacjenta i terapeuty w leczeniu uzależnienia od alkoholu.

Nawrót nałogu jest jednym z największych wyzwań dla osób, które się z nim zmagają, niezależnie od tego, jakiego on jest rodzaju - twierdzi prof. Jan Chodkiewicz, kierownik zespołu terapeutycznego w projekcie. Według danych Państwowej Agencji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych (PARPA), terapię odwykową każdego roku kończy w naszym kraju około 150 tys. osób, jednak aż połowa wyłamuje się z abstynencji.

"W trakcie podejmowania prób abstynencyjnych dochodzi zwykle do co najmniej kilku nawrotów do nałogu. Dzieje się tak m.in. dlatego, że tylko jeden na sześciu alkoholików podejmuje leczenie w profesjonalnych ośrodkach terapii uzależnień. Są to więc z reguły osoby głęboko uzależnione" - podkreśla prof. Chodkiewicz.

"Chcemy, żeby nawrót picia alkoholu można było przewidzieć z dużym prawdopodobieństwem, sięgającym 80 proc., najlepiej z jedno- lub dwutygodniowym wyprzedzeniem - tak, aby natychmiast mogło być uruchomione wsparcie terapeutyczne dla osoby uzależnionej i by zapobiec złamaniu abstynencji. To pomoc zarówno dla pacjenta, jak i terapeuty" - podkreśla Krzysztof Przewoźniak.

Dr Mateusz Żelazny, kierownik zespołu sztucznej inteligencji projektu informuje, że w pierwszym roku realizacji projektu Addictions.ai zostanie opracowana duża baza danych o potencjalnych czynnikach predykcji nawrotu. W drugim roku rozwijane będą algorytmy, pozwalające coraz lepiej przewidzieć nawrót nałogu u poszczególnych grup pacjentów. W roku trzecim przeprowadzone zostanie badanie kliniczno-kontrolne, pozwalające ocenić skuteczność rozwiązania. Na razie opracowano ponad 40 czynników predykcyjnych, które będą rozwijane wraz ze wzrostem liczby użytkowników systemu. Ostatecznym celem jest rozwinięcie czatbota - zautomatyzowanego modułu predykcji nawrotu, wykorzystującego spersonalizowane komunikaty.

"Na razie na stronie www.hh24.pl bezpłatnie dostępny jest system o nazwie AlkyRecovery - motywujący, doradzający i kontrolujący stan samopoczucia jego użytkowników" - podkreśla Marcin Brysiak. Osoby korzystające z tej aplikacji mają dostęp do tzw. dzienników uczuć i głodu, pomagających określić ich aktualny stan zdrowia. Jego użytkownicy mogą także przedyskutować swoje problemy z osobami o podobnych trudnościach w formie czatu tekstowego, a także uczestniczyć w indywidualnych i grupowych czatach z terapeutami.

To bardzo ważne, bo nawrót nałogu często można przewidzieć. Piszą o tym w książce "Jak wytrwać w trzeźwości" Terence T. Gorski i Merlene Miller, których tezy przyjęła większość terapeutów na

świecie. Uczą oni swych pacjentów, jak ocenić ryzyko nawrotu nałogu. Zasadnicze znaczenie dla trwałej trzeźwości ma zmiana zachowań: myślenia, mówienia i postępowania. Powinna ona polegać głównie na porzuceniu zachowań typowych dla człowieka w stanie nałogu i wyuczeniu się nowych, pozwalających bez alkoholu rozwiązywać wszelkie konflikty.

"Wszystkie wykorzystane w naszym systemie metody polegają na sprawdzonych naukowo modelach zachowań" - powiedział PAP Krzysztof Przewoźniak. W przyszłości Addictions.ai ma być wykorzystywany także w zmaganiach z innymi uzależnieniami od substancji chemicznych, np. od tytoniu, jak i w uzależnieniach behawioralnych, takich jak hazard.

"Uzależnienie od alkoholu łączy obydwie typy nałogów, ponieważ alkohol jako substancja psychoaktywna może uzależniać zarówno fizjologicznie, jak i psychologicznie" - informuje prof. Chodkiewicz.

Według badań Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) od alkoholu uzależnionych jest co najmniej 240 mln ludzi na świecie. W Polsce liczbę osób uzależnionych od alkoholu szacuje się na ok. 4,4 proc. populacji w wieku co najmniej 15 lat. Według Głównego Urzędu Statystycznego w naszym kraju osób pijących alkohol do 4 dni w tygodniu jest ok. 4,7 mln (12 proc. populacji). Ponad 820 tys. Polaków (2 proc.) pije alkohol przez 5 dni w tygodniu lub częściej.

"Liczbę osób zdiagnozowanych, czyli tych, co do których nie ma wątpliwości, że mają problem z alkoholem, ocenia się u nas na 600-800 tys. Trzeba jednak pamiętać, że jedynie co szósty alkoholik przyznaje się do tego, że jest uzależniony" - podkreśla Przewoźniak.

Specjalista zwraca uwagę, że alkoholizm to także problem społeczny, na który cierpi nie tylko sam uzależniony, ale także jego rodzina, najbliżsi i sąsiedzi. Nie dotyczy on wyłącznie osób z tzw. nizin społecznych. Wg Diagnozy Społecznej z 2015 r., w zawodach wykonywanych przez tzw. "białe kołnierzyki" jest wysoki odsetek osób nadużywających alkoholu.

Marcin Brysiak wie z własnego doświadczenia, że wychodzenie z nałogu to trudny i długotrwały proces. Nawrót picia, którego sam wielokrotnie doświadczył, może nastąpić po zarówno po kilku miesiącach abstynencji, jak i po kilku, a nawet kilkudziesięciu latach. Addictions.ai ma pozwolić go skutecznie przewidzieć i mu zapobiec

Źródło: pap.pl

<https://laboratoria.net/aktualnosci/29157.html>



01-06-2026

[Gwałtowne przerwanie gry komputerowej w złości to ważny sygnał](#)

Sam czas spędzony przed ekranem nie jest najlepszą miarą ryzyka.



01-06-2026

[Uniwersytet Wrocławski, PAP i Fundacja PAP podpisały umowę](#)

Dotyczy działań komunikacyjnych, edukacyjnych oraz popularyzatorskich.



01-06-2026

[10 polskich zespołów w zawodach Shell Eco-marathon Poland 2026](#)

Między 24 a 28 czerwca zmierzą się z ponad 150 ekipami z 28 krajów.



01-06-2026

[Prawie 1,2 mld ludzi na świecie cierpi na zaburzenia psychiczne](#)

W 2023 r. z tego powodu cierpiało prawie 1,2 mld ludzi na świecie.



01-06-2026

AGH uruchomiła laboratorium

Ze źródłem promieniowania RTG dorównującym synchrotrono.



01-06-2026

UE Katowice i Śląski Uniwersytet Medyczny uruchamiają nowe kierunki

Uczelnie zapowiedziały rozwój kształcenia praktycznego i cyfrowego.



01-06-2026

W poniedziałek rozpocznie się rekrutacja na Uniwersytet Jagielloński

Najstarsza uczelnia w kraju ma w ofercie 13 nowych kierunków studiów.



01-06-2026

3 proc. PKB na naukę to nie jest radykalny postulat

To nie jest radykalny cel, ale uniwersalny postulat, który bardzo by Polsce pomógł.

Informacje dnia: [Gwałtowne przerwanie gry komputerowej w złości to ważny sygnał Uniwersytet Wrocławski, PAP i Fundacja PAP podpisały umowę 10 polskich zespołów w zawodach Shell Eco-marathon Poland 2026](#) [Prawie 1,2 mld ludzi na świecie cierpi na zaburzenia psychiczne AGH uruchomiła laboratorium UE Katowice i Śląski Uniwersytet Medyczny uruchamiają nowe kierunki](#) [Gwałtowne przerwanie gry komputerowej w złości to ważny sygnał Uniwersytet Wrocławski, PAP i Fundacja PAP podpisały umowę 10 polskich zespołów w zawodach Shell Eco-marathon Poland 2026](#) [Prawie 1,2 mld ludzi na świecie cierpi na zaburzenia psychiczne AGH uruchomiła laboratorium UE Katowice i Śląski Uniwersytet Medyczny uruchamiają nowe kierunki](#) [Gwałtowne przerwanie gry komputerowej w złości to ważny sygnał Uniwersytet Wrocławski, PAP i Fundacja PAP podpisały umowę 10 polskich zespołów w zawodach Shell Eco-marathon Poland 2026](#) [Prawie 1,2 mld ludzi na świecie cierpi na zaburzenia psychiczne AGH uruchomiła laboratorium UE Katowice i Śląski Uniwersytet Medyczny uruchamiają nowe kierunki](#)

Partnerzy