



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΚΡΗΤΗΣ

Κλινική Αλκοολογία

Ενότητα: Ορολογία των σχετικών με την κατανάλωση αλκοόλ
εννοιών

Καθηγητής: Μουζάς Ιωάννης

Τμήμα Ιατρικής Πανεπιστημίου Κρήτης

Άδειες Χρήσης

- Το παρόν εκπαιδευτικό υλικό υπόκειται στην άδεια χρήσης **Creative Commons** και ειδικότερα

Αναφορά – Μη εμπορική Χρήση – Όχι Παράγωγο Έργο v.3.0

(Attribution – Non Commercial – Non-derivatives v.3.0)



[ή επιλογή ενός άλλου από τους έξι συνδυασμούς]

[και αντικατάσταση λογότυπου άδειας όπου αυτό έχει μπει]

- Εξαιρείται από την ως άνω άδεια υλικό που περιλαμβάνεται στις διαφάνειες του μαθήματος, και υπόκειται σε άλλου τύπου άδεια χρήσης. Η άδεια χρήσης στην οποία υπόκειται το υλικό αυτό αναφέρεται ρητώς.

Χρηματοδότηση

- Το παρόν εκπαιδευτικό υλικό έχει αναπτυχθεί στα πλαίσια του εκπαιδευτικού έργου του διδάσκοντα.
- Το έργο «**Ανοικτά Ακαδημαϊκά Μαθήματα στο Πανεπιστήμιο Κρήτης**» έχει χρηματοδοτήσει μόνο τη αναδιαμόρφωση του εκπαιδευτικού υλικού.
- Το έργο υλοποιείται στο πλαίσιο του Επιχειρησιακού Προγράμματος «Εκπαίδευση και Δια Βίου Μάθηση» και συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση (Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο) και από εθνικούς πόρους.



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ & ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ, ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ & ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ
ΕΙΔΙΚΗ ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ

Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης



ΖΗΤΗΜΑΤΑ ΟΡΟΛΟΓΙΑΣ

Η ορολογία στο πεδίο των εννοιών που σχετίζονται με την χρήση του αλκοόλ από τον άνθρωπο έχει υποστεί πολλαπλές μεταλλαγές στην διάρκεια του χρόνου. Τα όρια μεταξύ της απλής, της επικίνδυνης, της επιβλαβούς χρήσης και της εξάρτησης δεν ήταν πάντα σαφώς καθορισμένα.

Σήμερα, προσεγγίζοντας την χρήση του αλκοόλ από την οπτική γωνία της δημόσιας υγείας, προτιμάμε τον όρο «**χρήση χαμηλού κινδύνου**» αντί για τους όρους «μη επικίνδυνη χρήση», «απλή χρήση», «ωφέλιμη χρήση» και «μέτρια χρήση». Ο λόγος είναι ότι και η μικρή χρήση αλκοόλ μπορεί να είναι επιβλαβής όταν πχ συνδυαστεί με οδήγηση, ή σε άτομα που παίρνουν φάρμακα, σε εγκύους, σε άτομα με χρόνιες παθήσεις και σε άλλες καταστάσεις.

Τα προβλήματα που σχετίζονται με το αλκοόλ εκτείνονται σε ένα ευρύτατο φάσμα ως προς την βαρύτητα. Μπορεί να είναι μικρά προβλήματα μηδενικής επιβάρυνσης έως και βαρύτατα προβλήματα που επηρεάζουν βαθύτατα την ζωή του ατόμου και του περιβάλλοντός του. Μέσα στα πρότυπα κατανάλωσης αλκοόλ περιλαμβάνονται η καθημερινή κατανάλωση μεγάλης ποσότητας αλκοόλ, επανειλημμένα επεισόδια μέθης, κατανάλωση που έχει οδηγήσει σε σωματικές ή διανοητικές ή οικογενειακές ή κοινωνικές βλάβες, ή που έχει οδηγήσει στην εξάρτηση από το αλκοόλ (αλκοολισμός).

Η υπερβολική κατανάλωση αλκοόλ προκαλεί παθήσεις και προβλήματα τόσο στο ίδιο το άτομο όσο και στο άμεσο περιβάλλον του, τους φίλους και την οικογένειά του. Το αλκοόλ είναι άμεση ή έμμεση αιτία σε πολλές παθήσεις και τραυματισμούς, καθώς και σε κοινωνικά και νομικά προβλήματα. Συμμετέχει στην παθογένεση αρκετών καρκίνων όπως αυτοί του στόματος, οισοφάγου και λάρυγγος. Προκαλεί κίρρωση του ήπατος και χρόνια παγκρεατίτιδα. Προκαλεί σωματικές βλάβες στο έμβρυο και στην έγκυο γυναίκα. Επιδεινώνει συχνές νοσηρές καταστάσεις όπως υπέρταση, διαβήτη, γαστρίτιδα, εγκεφαλικά επεισόδια, κατάθλιψη. Συχνοί είναι οι τραυματισμοί οδηγών και πεζών ή ατόμων που χειρίζονται μηχανήματα λόγω της χρήσης αλκοόλ. Από την άποψη της δημόσιας υγείας, το μεγάλο ποσοστό των βλαβών

από το αλκοόλ σχετίζεται όχι με τα εξαρτημένα άτομα αλλά με αυτά που κάνουν επικίνδυνη και επιβλαβή χρήση για τον απλούστατο λόγο ότι αριθμητικά είναι πολύ περισσότερα. Για όλους τους παραπάνω λόγους πρέπει εξ αρχής να καθοριστούν με σαφήνεια οι όροι. Έτσι λοιπόν:

Επικίνδυνη (hazardous) χρήση αλκοόλ από ένα άτομο είναι η χρήση του αλκοόλ ή η σχέση του ατόμου με το αλκοόλ που μπορεί να οδηγήσει σε βλάβες (αυξάνει τον κίνδυνο βλαβερών συνεπειών), εφόσον αυτή συνεχιστεί αμετάβλητη, στο ίδιο το άτομο ή σε τρίτους. Στην επικίνδυνη χρήση δεν έχουν εμφανιστεί βλάβες, ωστόσο πρόκειται για ένα πολύ σημαντικό θέμα για την υγεία, τόσο την ατομική όσο και την δημόσια. Μια πρόσφορη αντιστοιχία είναι αυτή με την υπερχοληστερολαιμία ή τις προκαρκινωματώδεις καταστάσεις.

Επιβλαβής (harmful) χρήση αλκοόλ από ένα άτομο είναι η χρήση του αλκοόλ που αποδεδειγμένα έχει προκαλέσει ή προκαλεί βλάβη στην σωματική (πχ παγκρεατίτιδα) ή ψυχική υγεία του ατόμου (πχ επεισόδιο κατάθλιψης).

Εξάρτηση από το αλκοόλ (αλκοολισμός) ορίζεται ένα σύνολο από φαινόμενα σε επίπεδο φυσιολογίας, συμπεριφοράς και γνωστικής λειτουργίας που αναπτύσσονται μετά από επανειλημμένη κατανάλωση αλκοόλ. Περιλαμβάνουν μια έντονη επιθυμία για κατανάλωση αλκοόλ, αξιοσημείωτη έλλειψη ελέγχου της κατανάλωσης αυτής, αλλαγή στον τρόπο ζωής και επιμονή στο ποτό παρά τις επιβλαβείς συνέπειες, απόδοση μεγάλης σημασίας και προτεραιότητας στο ποτό, συχνά σε βάρος των άλλων δραστηριοτήτων, αυξημένη ανοχή στο αλκοόλ, παρουσία συνδρόμου στερήσεως κατά την διακοπή του αλκοόλ. Στην διάγνωση του αλκοολισμού ακολουθούμε τα διεθνώς αποδεκτά διαγνωστικά κριτήρια, DSM IV (Στατιστικό και Διαγνωστικό Εγχειρίδιο Ψυχικών Νόσων, έκδοση IV) και ICD-10 (Διεθνής Ταξινόμηση Νόσων του WHO) τα οποία παρατίθενται στους πίνακες 1 και 2.

Η επιβλαβής και η επικίνδυνη χρήση του αλκοόλ αναφέρονται συχνά και ως «πρότυπα χρήσης» (drinking patterns) ή «συνήθειες χρήσης» αλκοόλ ενώ η εξάρτηση και οι σχετιζόμενες με το αλκοόλ παθήσεις ως «παθήσεις που σχετίζονται με το αλκοόλ» (ΠΣΑ, alcohol related disorders).

Πίνακας 1. Ορισμός και διαγνωστικά κριτήρια DSM IV για αλκοολισμό (εξάρτηση από το αλκοόλ) και την κατάχρηση αλκοόλ.

Ο **Αλκοολισμός** είναι «μια διαταραχή της συμπεριφοράς που έχει ως αποτέλεσμα παθολογική κατανάλωση αλκοόλ η οποία επηρεάζει αρνητικά τις κοινωνικές και εργασιακές δραστηριότητες του ατόμου».

Για την διάγνωση της εξάρτησης από το αλκοόλ (αλκοολισμός) το άτομο πρέπει να παρουσιάζει τουλάχιστον 3 από τα 7 παρακάτω διαγνωστικά κριτήρια

1. Παρουσία ανοχής, δηλαδή ανάγκης να αυξάνεται η καταναλούμενη ποσότητα αλκοόλ ώστε να επιτυγχάνονται τα ίδια αποτελέσματα. Ή επίσης, μειωμένα κλινικά αποτελέσματα με την χρήση της ίδιας ποσότητας αλκοόλ.
2. Συμπτώματα στέρησης (αδρός τρόμος χειρών, γλώσσας και βλεφάρων, εφίδρωση, ναυτία και έμετος, διέγερση αυτόνομου νευρικού συστήματος, άγχος, ευερεθιστότητα, κεφαλαλγία, αϋπνία, γενικευμένοι επιληπτοειδείς σπασμοί κλπ) και λήψη της ουσίας –αλκοόλ- ώστε να μειωθούν τα συμπτώματα αυτά.
3. Λήψη της ουσίας είτε για μεγαλύτερη χρονική περίοδο είτε σε μεγαλύτερες ποσότητες από αυτές που προέβλεπε το άτομο.
4. Συνεχής επιθυμία για διακοπή ή ελάττωση της κατανάλωσης με επανειλημμένες αποτυχίες.
5. Μεγάλο μέρος του χρόνου αφιερώνεται από το άτομο στο να βρεί την ουσία (αλκοόλ), να την καταναλώσει και να συνέλθει από τις συνέπειες της κατανάλωσης.
6. Μείωση ή και ελάττωση σημαντικών κοινωνικών, εργασιακών και δραστηριοτήτων αναψυχής λόγω της χρήσης αλκοόλ.
7. Συνεχής κατανάλωση αλκοόλ παρά το ότι είναι γνωστό ότι υπάρχει φυσικό ή ψυχολογικό πρόβλημα, συνεχές ή υποτροπιάζον, το οποίο προκαλείται ή επιδεινώνεται από το αλκοόλ.

Άτομο που κάνει **κατάχρηση αλκοόλ** είναι το άτομο που εκδηλώνει παθολογικό τρόπο χρήσης αλκοόλ με δυσμενείς συνέπειες, καθ υποτροπή, σχετιζόμενες με την χρήση αλκοόλ.

Η κατάχρηση αλκοόλ ορίζεται με τα παρακάτω κριτήρια. Παρουσία τουλάχιστον ενός κριτηρίου κατά την διάρκεια του τελευταίου έτους και ταυτόχρονη απουσία κριτηρίων εξάρτησης, επιτρέπουν την διάγνωση της κατάχρησης αλκοόλ.

1. Επανειλημμένη χρήση αλκοόλ με αρνητικές συνέπειες στα εργασιακά, σχολικά ή καθημερινά καθήκοντα
2. Επανειλημμένη χρήση αλκοόλ σε συνθήκες που παρουσιάζουν κίνδυνο.
3. Νομικά – δικαστικά προβλήματα σε σχέση με την χρήση αλκοόλ.
4. Συνεχής χρήση αλκοόλ παρά την ένδειξη κοινωνικών και διαπροσωπικών προβλημάτων που προκαλούνται ή επιδεινώνονται με το αλκοόλ.

Πίνακας 2. Ορισμός και διαγνωστικά κριτήρια ICD/10 για εξάρτηση από το αλκοόλ και επιβλαβή χρήση.

Εξάρτηση. Απαραίτητα τουλάχιστον 3 κριτήρια.

1. Δυνατή επιθυμία ή αίσθηση ανάγκης για χρήση ουσίας
2. Εμφανής μείωση της ικανότητας για έλεγχο της χρήσης της ουσίας. Η μείωση αυτή της ικανότητας μπορεί να συνίσταται σε δυσκολία ελέγχου της έναρξης της χρήσης, δυσκολία στην διακοπή της χρήσης ή δυσκολία στο να ελεγχθεί το επίπεδο χρήσης.
3. Σύνδρομο στέρησης ή χρήση της ουσίας ώστε να αποφευχθεί (ή να μειωθεί) η συμπτωματολογία του συνδρόμου στέρησης. Στην δεύτερη περίπτωση, το άτομο γνωρίζει την αποτελεσματικότητα αυτής της συμπεριφοράς.
4. Παρουσία ανοχής.
5. Προοδευτική αδιαφορία για άλλα ενδιαφέροντα, διασκέδαση και άλλες συμπεριφορές και προς όφελος της χρήσης της ουσίας.
6. Επιμένει στην χρήση της ουσίας παρόλη της εμφανή παρουσία βλαβερών συνεπειών.

Επιβλαβής χρήση είναι η χρήση μιας ουσίας με σαφείς ενδείξεις ότι προέκυψαν ενεργές ψυχικές ή φυσικές βλάβες στον χρήστη.