

Uzależnienie od alkoholu - jak zdiagnozować alkoholizm?



Uzależnienie od alkoholu - jak zdiagnozować alkoholizm?

Choroba alkoholowa polega na utracie kontroli nad ilością spożywanego alkoholu.

Jeśli nie podejmie się leczenia i nie utrzyma się abstynencji nadużywanie alkoholu postępuje i prowadzi do rozwoju zarówno chorób somatycznych, jak i chorób psychicznych, a w rezultacie skraca życie o kilkanaście lat, a nawet prowadzi do śmierci.

Alkoholizm rozwija się w wyniku długotrwałego picia nisko lub wysokoprocentowych alkoholi. Najczęściej do sięgania po alkohol mogą skłaniać nas różne sytuacje. Wiele osób nadużywających alkohol mówi: „piję, bo lubię” – to jeden z pierwszych objawów alkoholizmu, którego nie należy bagatelizować. Alkohol początkowo daje poczucie odprężenia, ulgi, łagodzi przykre stany emocjonalne, dodaje odwagi, a także sprawia, że stajemy się bardziej otwarci na innych i nowe możliwości. Przyjemne doznania nie utrzymują się jednak długo, bowiem nasz mózg przyzwyczaja się do związanej z wypiciem alkoholu „przyjemności” i z czasem przestajemy kontrolować picie, stając się osobami uzależnionymi.

Wyróżniamy cztery fazy alkoholizmu:

Faza pierwsza to faza picia towarzyskiego, w której osoba sprawia sobie przyjemność, ma ochotę na kieliszek w gronie znajomych, nie odmawia, gdy inni zapraszają i dobrze toleruje nawet dużą dawkę alkoholu.

Faza druga to faza ostrzegawcza – na tym etapie choroby objawy bywają niespecyficzne i są często bagatelizowane przez alkoholika i jego bliskich. Z fazą ostrzegawczą związane jest coraz częstsze sięganie po alkohol, który staje się nieodłącznym towarzyszem osoby uzależnionej. Na początku choroby alkoholik nie musi się upijać, często spożywa niewielkie ilości alkoholu, które pozwalają poprawić samopoczucie, osoba szuka okazji do napicia się, sama inicjuje wypijanie tzw. „kolejek”, rozpoczęte picie coraz częściej kończy się „urwanym filmem” i kacem, który leczy przez ponowne upijanie.

Trzecia faza to faza krytyczna – alkoholik pije coraz więcej i częściej, stopniowo skracając przerwy w piciu, pije ciągami przeplatany okresami abstynencji. Szuka usprawiedliwień i wymówek dla swojego postępowania, wyrzuty sumienia ucisza poprzez składanie przyrzeczeń niepicia, podejmuje próby jak najdłuższego utrzymywania abstynencji. Na tym etapie choroby picie spowodowane jest przymusem, a brak alkoholu w życiu codziennym jest niezwykle trudny do zniesienia. Taka sytuacja powoduje konflikty w rodzinie, wzrasta agresja, alkoholik nie dba o swój sposób odżywiania i wyglądu. Tolerancja alkoholu jest nadal duża.

Czwarta faza to faza chroniczna (faza przewlekła) – na tym etapie choroby pojawiają się długie ciągi alkoholowe, a abstynencji bardzo krótkie. Picie zaczyna się od rana, upija się w samotności, pojawia się spadek tolerancji na alkohol co prowadzi do utraty przytomności, wywołuje zaburzenia świadomości oraz utratę kontroli nad czynnościami fizjologicznymi, osoba zaczyna pić tzw. wynalazki np. denaturat. W tej fazie następuje rozpad rodziny, degradacja zawodowa i społeczna. Organizm alkoholika jest wyniszczony i zatruty alkoholem. Jedynym celem w życiu staje się alkohol.

Alkohol wpływa w negatywny sposób na organizm:

- obniża odporność, zwiększa ryzyko zapalenia płuc i gruźlicy,
- powoduje niewydolność serca, niedokrwistość, podwyższa ciśnienie krwi, upośledza krzepnięcie krwi,
- tworzą się wrzody i zapalenie błony śluzowej żołądka oraz zapalenie trzustki,
- występuje marskość i nowotwór wątroby,
- zachodzą zmiany w mózgu, pojawiają się zaniki pamięci, urojenia, nieracjonalne zachowania, przemoc, depresja, nerwowość,
- występuje drżenie rąk i palców, zaburzenia czucia, osłabienie mięśni,
- na skórze pojawiają się przebarwienia i rany oraz przedwczesne starzenie się skóry,
- pojawiają się biegunki, owrzodzenia jelit i krwawienia.

Alkoholizm jest chorobą nieuleczalną, która może powrócić nawet po wielu latach abstynencji.

Z tego względu tzw. trzeźwi alkoholicy powinni pamiętać o systematycznym korzystaniu ze wsparcia np. psychoterapeuty, które pomagają wytrwać w trzeźwości. Alkoholizm można leczyć, jednak nie można się z niego całkowicie wyleczyć. Skuteczność leczenia zależna jest przede wszystkim od woli chorego, który musi świadomie poddać się terapii.

Tu zawsze uzyskasz pomoc w razie sytuacji problemowej:

- Telefon Zaufania dla Rodzin z problemem uzależnienia – tel. (22) 844 44 70
- Pomarańczowa Linia – tel. 801 140 068
- Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży – tel. 116 111
- Telefoniczna Pierwsza Pomoc Psychologiczna – tel. (22) 425 98 48
- Ogólnopolskie pogotowie dla ofiar przemocy w rodzinie „Niebieska Karta” – tel. 800 120 002
- Punkt Konsultacyjny w Siewierzu – tel. (32) 67 41 683, ul. Żwirki i Wigury 26/1
- Psychoterapeuta ds. uzależnień w Punkcie Konsultacyjnym w Siewierzu – ul. Żwirki i Wigury 26/1 w każdy wtorek od 13:00 do 17:00
- Psycholog w Punkcie Konsultacyjnym w Siewierzu – ul. Żwirki i Wigury 26/1 (wg harmonogramu pracy)
- Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych i Przeciwdziałania Narkomanii w Siewierzu – tel. (32) 649 94 96, ul. Żwirki i Wigury 16:
 - pon., śr., czw. w godz. 7:30 do 15:30,
 - wt. w godz. 7:30-17:00,
 - pt. w godz. 7:30-14:00.

Nie daj się wciągnąć, nie bądź niewolnikiem alkoholu.

Wybieraj świadomie, wybierz zdrowie i życie.

Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych i Przeciwdziałania Narkomanii w Siewierzu

Dodane przez: **Jarosław**

Ostatnia edycja: 2022-06-30 12:14:41