

uzależnienie – alkoholizm

"Więcej ludzi utonęło w kieliszku niż w morzu"

Francois de La Rochefoucauld

Alkoholizm jest to choroba charakteryzująca się utratą kontroli nad piciem. Problem nie polega na braku silnej woli, lecz na uzależnieniu od alkoholu.

Alkoholizm, inaczej uzależnienie od alkoholu, toksykomania alkoholowa



lub choroba alkoholowa (łac. *alcoholismus habituais*, *alcoholismus chronicus*) - choroba polegająca na utracie kontroli nad ilością wypijanego alkoholu. Spożywanie zazwyczaj dużych ilości alkoholu przez alkoholika jest spowodowane przymusem o charakterze psychicznym i somatycznym i nie podlega jego woli. Mechanizm powstawania uzależnienia nie jest do końca wyjaśniony, ale ma bezpośredni związek z nadużywaniem alkoholu. Jednym z kluczowych objawów w diagnozowaniu choroby alkoholowej, obok utraty kontroli nad ilością wypijanego alkoholu, są objawy abstynencyjne, zwane inaczej zespołem abstynencyjnym, zespołem ostrej abstynencji, syndromem abstynencyjnym, zespołem odstawienia alkoholu. Objawy abstynencyjne w standardowym przypadku trwają ok. 14 dni. Nie należy ich mylić z kacem.

Z choroby alkoholowej nie można się wyleczyć. Nawet po wieloletniej abstynencji próby kontrolowanego picia często kończą się powrotem do nałogu. Fundamentalnym warunkiem zdrowienia jest abstynencja, wspomagana m.in. przez terapię uzależnień, udział w spotkaniach Anonimowych Alkoholików, przebudowę stylu życia na abstynencki, zdobywanie wiedzy z zakresu alkoholizmu i dziedzin pokrewnych. Proces zdrowienia z choroby alkoholowej jest niezwykle trudny i skomplikowany, uzależniony przede wszystkim od chęci i dobrej woli zainteresowanego.

Według Międzynarodowej Statystycznej Klasyfikacji Chorób i Problemów Zdrowotnych (ICD - 10), opracowanej przez Światową Organizację Zdrowia, o uzależnieniu od alkoholu można mówić wówczas, kiedy stwierdzono występowanie co najmniej trzech z poniższej listy objawów, przez jakiś czas w ciągu ostatniego roku lub utrzymywanie się ich przez okres jednego miesiąca:

- silne pragnienie ("głód") lub poczucie przymusu picia alkoholu;
- subiektywne przekonanie o mniejszej możliwości kontrolowania zachowań związanych z piciem alkoholu tj. trudności w: powstrzymaniu się od picia, kontrolowaniu długości picia ("ciągu"), kontrolowaniu ilości wypijanego alkoholu;

- obecność fizjologicznych objawów zespołu abstynencyjnego (zespołu odstawienia), występujących po przerwaniu lub zmniejszeniu ilości wypijanego alkoholu albo picie alkoholu ze świadomością, że objawy odstawienia ulegną złagodzeniu;
- wzrost tolerancji na alkohol;
- postępujące zaniedbywanie alternatywnych źródeł przyjemności lub dotychczasowych zainteresowań na rzecz zdobywania alkoholu, picia oraz odwracania następstw picia alkoholu;
- picie alkoholu pomimo szkodliwych następstw (fizycznych, psychicznych i społecznych), o których wiadomo, że mają związek z piciem alkoholu.

źródło: www.poradnikpr.info

Pamiętaj, alkoholizm może dotknąć każdego - niezależnie od statusu społecznego, trybu życia, płci, zawodu...

JEDYNY SPOSÓB NA URATOWANIE ŻYCIA ALKOHOLIKA TO ABSTYNENCJA I NAUKA ZAPOBIEGANIA NAWROTOM PICIA .

Fachowa pomoc jest w stanie uratować osobę uzależnioną, jednak **alkoholik musi sam tego chcieć**, a przede wszystkim - **musi mieć świadomość, iż jest alkoholikiem**, czyli osobą chorą.