Универзитет „Гоце Делчев“, Штип
Факултет за медицински науки

ПРЕВЕНЦИЈА НА АЛКОХОЛИЗАМ КАЈ АДОЛЕСЦЕНТИ

Марина Данилова
Гордана Панова, Благица Ивановска

Алкохолизамот е едно од најстарите опишани нарушувања, познати од времето на Аристотел и Хипократ.

Алкохолот претставува второ големо зло во светот, покрај дрогата, кое неуморно осакатува многу луѓе и ги доведува до работ на пропаста на својот ` ивот.

- Алкохолизамот е фамилијарна болест.

- Лицата што им се најблиски на алкохоличарите страдаат многу.

- Тие го пратат нивното однесување со цел да го контролираат нивното пиење.

- Со тек на времето тие стануваат зависни кон алкохоличарите како што алкохоличарите се зависни од алкохолот.

Дефиниција

Според СЗО:

Болест која настанува поради рашireноста на употреба на алкохолни пијалоци до тој степен , што човекот кој тоа го прави го нарушува своето здравје, својот мир и миротот на околината во кој живее.

Алкохоличар **е лице кое е зависно од алкохол и кај кое поради злоупотребата на алкохол се јавува физичко, психичко и социјално пропаѓање**

СТЕПЕНИ НА ПИЕЊЕ

- ***Умерено пиење***

  најчесто црвено вино ;
  до 2 чаши дневно или помалку за ма` и или
  една чаша или помалку дневно за ` ени ;

- ***Обилно пиење***

  за ма` и повеќе од 14 пијалоци неделно
  или 4-5 одеднаш ;
  за ` ени повеќе од 7 пијалоци неделно
  или 3 одеднаш ;

- ***Штетно пиење***

  физички или психички тешкотии
  но не е зависник ;

Злоупотреба на алкохол

еден или повеќе од следниве проблеми во период од една год:

нередовно извршување на работните и личните обврски;
вклучување во опасни ситуации;
проблеми со законот;

Алкохолна зависност

три или повеќе од овие проблеми во период од една година:

потреба за зголемена количина на алкохол ;
неуспешни обиди за прекин ;
отка` ување од работните и лични обврски ;
продол` уваат со пиење и покрај знаењето дека се повредуваат самите или оние околу нив ;

КОИ ПРИЧИНИ ДОВЕДУВААТ ДО АЛКОХОЛИЗАМ?

1.Генетски влијанија

Истра` увачите на универзитетот во Вашингтон заедно со 5 други центри, откриле дека на хромозомот 15 се наоѓаат неколку гени кои се поврзуваат со појавувањето на алкохолизам во фамилиите. Еден од тие гени кој придонесува за појава на алкохолизам е GABRG3.

2. Емотивни влијанија

❖ **Алкохолот ја блокира емоционалната болка и често се до` ивува како лојален другар при нарушени односи со јавноста.**

❖ **Големите стресови и анксиозноста придонесуваат за зголемена употреба на алкохол.**

3. Возраст

- Луѓето што почнуваат да конзумираат алкохол рано во ` ивотот, пред 16 години или порано, имаат најголем ризик за алкохолна зависност.

- Овие млади луѓе обично имаат историја на фамилијарно насилство, депресија, стресни настани во раното детство и сл.

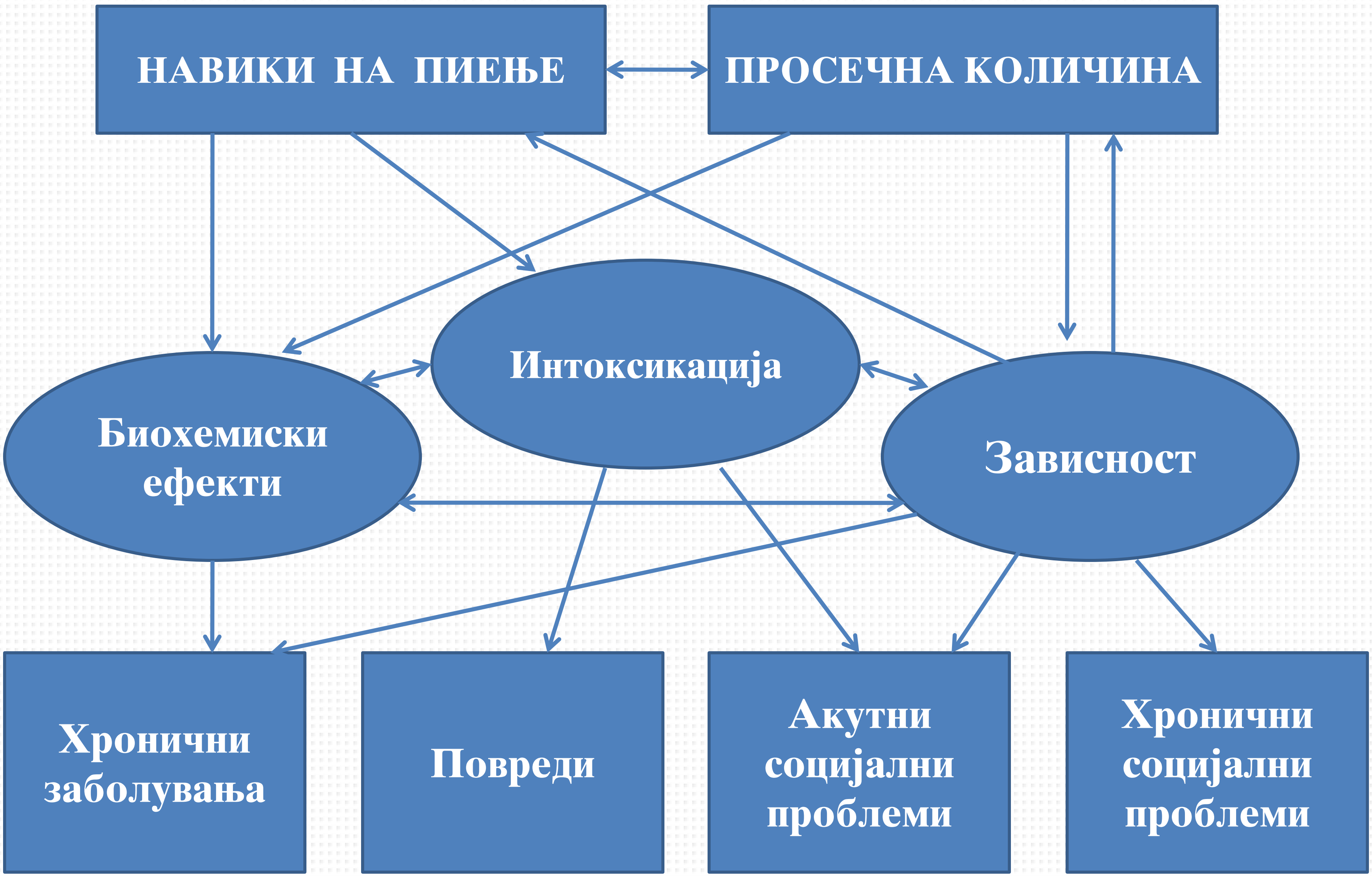
- Луѓето со фамилијарна историја за алкохолизам имаат поголем ризик да станат алкохоличари пред 20-та година.

- Меѓутоа, употребата на алкохол мо` е да започне и многу подоцна во ` ивотот.

4. Социоекономски фактори

Студии пока` уваат дека прекумерното конзумирање на алкохол е повеќе опасно кај луѓето со пониски приходи и е главна причина за повисоката стапка на смртност од луѓето со повисоки приходи.

Рекламирањето по медиумите за медицинската корист од умереното т.е. модерно пиење, често пати доведува до лошо разбирање на овие пораки, кои што ги наведуваат луѓето на зголемена употреба на алкохол .


НАВИКИ НА ПИЕЊЕ
ПРОСЕЧНА КОЛИЧИНА
Интоксикација
Биохемиски ефекти
Зависност
Хронични заболувања
Повреди
Акутни социјални проблеми
Хронични социјални проблеми

Ефекти на алкохолот

Медицински проблем	Умерено пиење	Повремено пиење	Хронично пиење
Нарушување на хепар		Пореметена црнодробна	Алкохолен хепатитис (10-35%) Цироза
Гастроинтест. проблеми		Дијареја	Расцеп меѓу ` елудник и езофагус; крварење; хемороиди ; езофагитис ; Улцер ; панкреатитис ;
Срцеви нарушувања	Мо` е да го намали ризикот за заболување	Висок крвен притисок ; Забрзана срцева работа со нерегуларен ритам	Висок притисок ; Кардиомиопатија води кон срцева слабост ;

Мозочен удар	Мо` е да го намали ризикот од исхемичен удар	Хеморагичен удар	Хеморагичен удар
Тумори	Тумор на дојка заради зголемени естрогени или продукција од хепар на карциноген фактор на раст		3 пати поголем за тумор на хепар, 4 4 пати повеќе на езофагус, 6 пати повеќе во усна шуплина ;
Ментални нарушувања	Главоболка Инсомнија	Проблеми со меморија и концентрација	Оштетување на нервите заради недостиг на витамини; емоционални проблеми; психози
Имун систем			Зголемена склоност кон инфекции ;

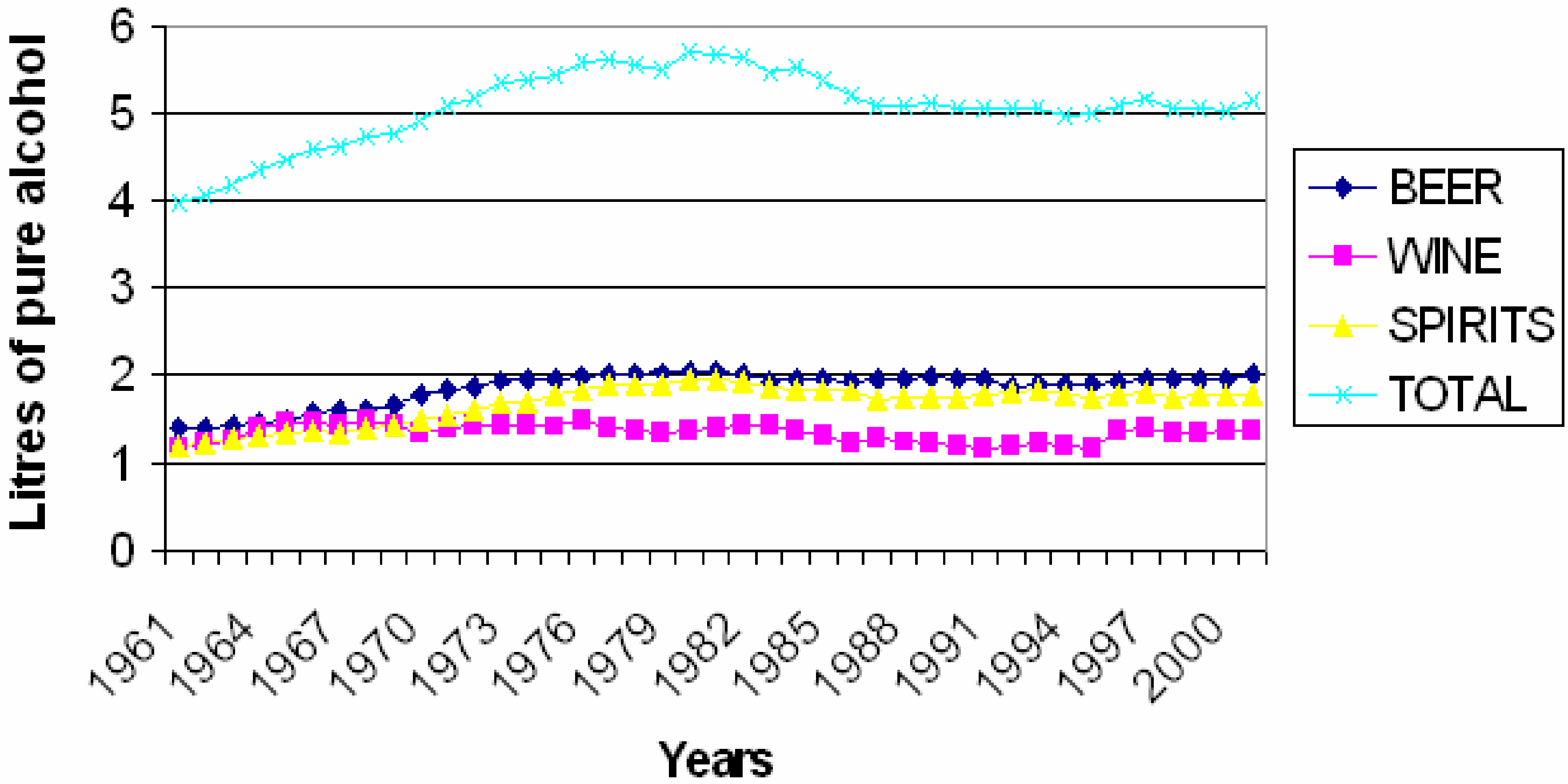
Нарушувања на бели дробови			ARDS Pneumonia (заради намалена одбрана од бактерии)
Нарушувања на коски, ко` а и мускули			Остеопороза ; Мускулна слабост ; Рани на ко` ата и периферна неуропатија
Diabetes		Хипогликемија	Хипогликемија
Репродуктивни нарушувања		Пиење за време на бременост мо` е да доведе до абортус, ниска родилна те` ина, ментална ретардација	Импотенција и ; менструални нарушувања; проблеми на плодот во бременост

СТАТИСТИЧКИ ПОДАТОЦИ

- **Светска Здравствена Организација во 2004 проценила дека *2 милјарди луѓе низ целиот свет конзумираат алкохолни пијалоци* и 76,3 милиони имаат дијагностицирано заболување поврзано со алкохолот.**

- **Алкохолот предизвикува *1,8 милиони смртни случаи* (3,2% од тоталниот број), од кои 1/3 се поради ненамерни повреди.**

Конзумација на чист алкохол, литри по ` ител, 1961-2000



- Според извештајот на СЗО од 2004 меѓу водечките земји по конзумација на алкохол по ` ител се наоѓаат: Луксембург (17,54 л), Чешка (16,21), Ирска (14,45), Молдавија (13,88), Франција (13,54), Германија (12,89), Хрватска (12,66), Австрија (12,58), Португалија (12,49), Словачка (12,41) и др.

- Нивото на конзумирање на алкохол во Европа е многу повиско отколку во другите региони во светот, во 2003 изнесувало 11 литри по ` ител чист алкохол или тоа се 1400 мали пива .

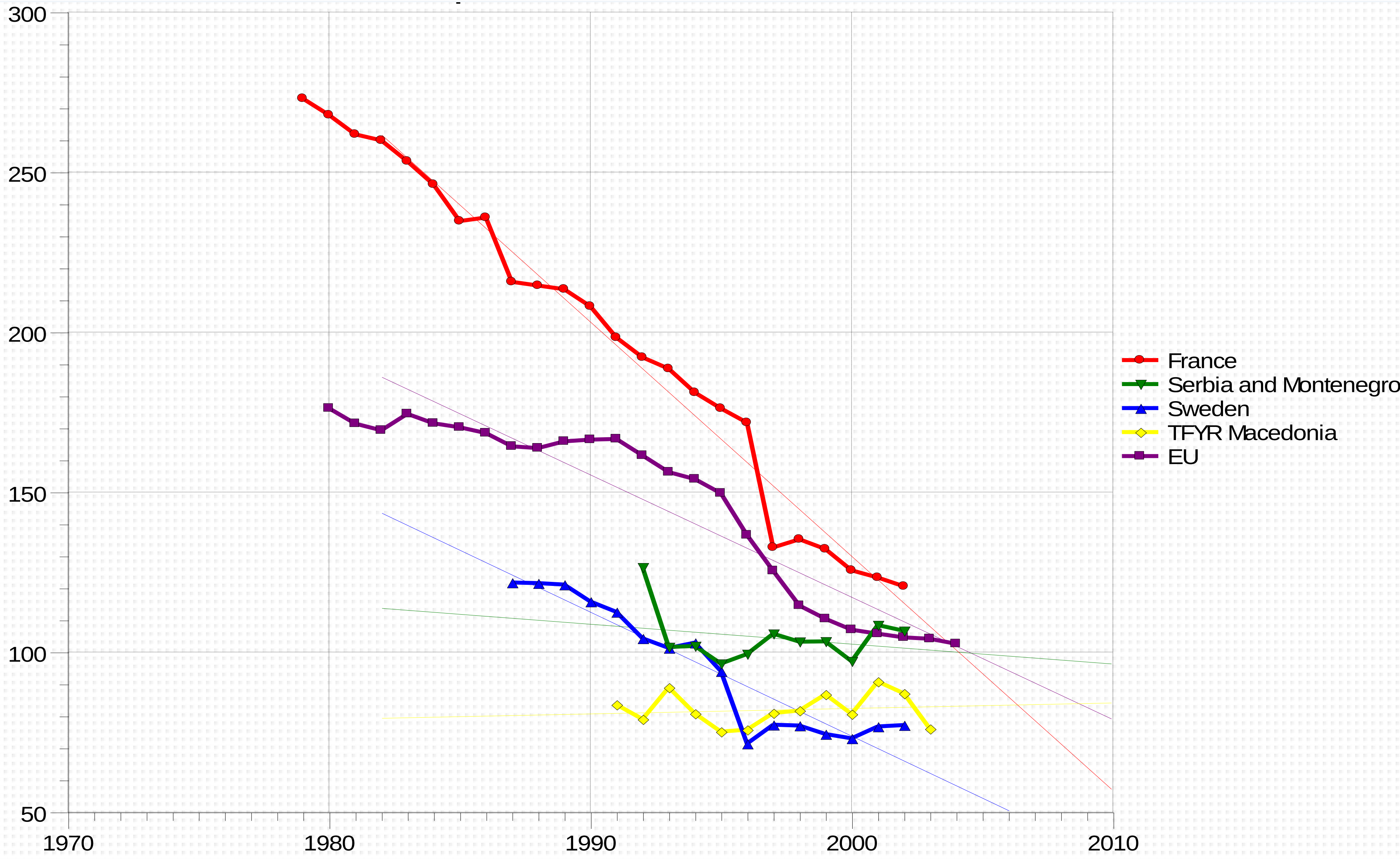
- Во Европа процентот на возрасни ма` и кои конзумираат алкохол се дви` и од 72 до 90% од вкупниот број а на ` ени од 50 до 80%.

- Штетното пиење е одговорно за околу 195.000 смртни случаи годишно во ЕУ. Во овие земји еден од четири смртни случаи кај ма` и на возраст од 15-29 се дол` и на алкохол .

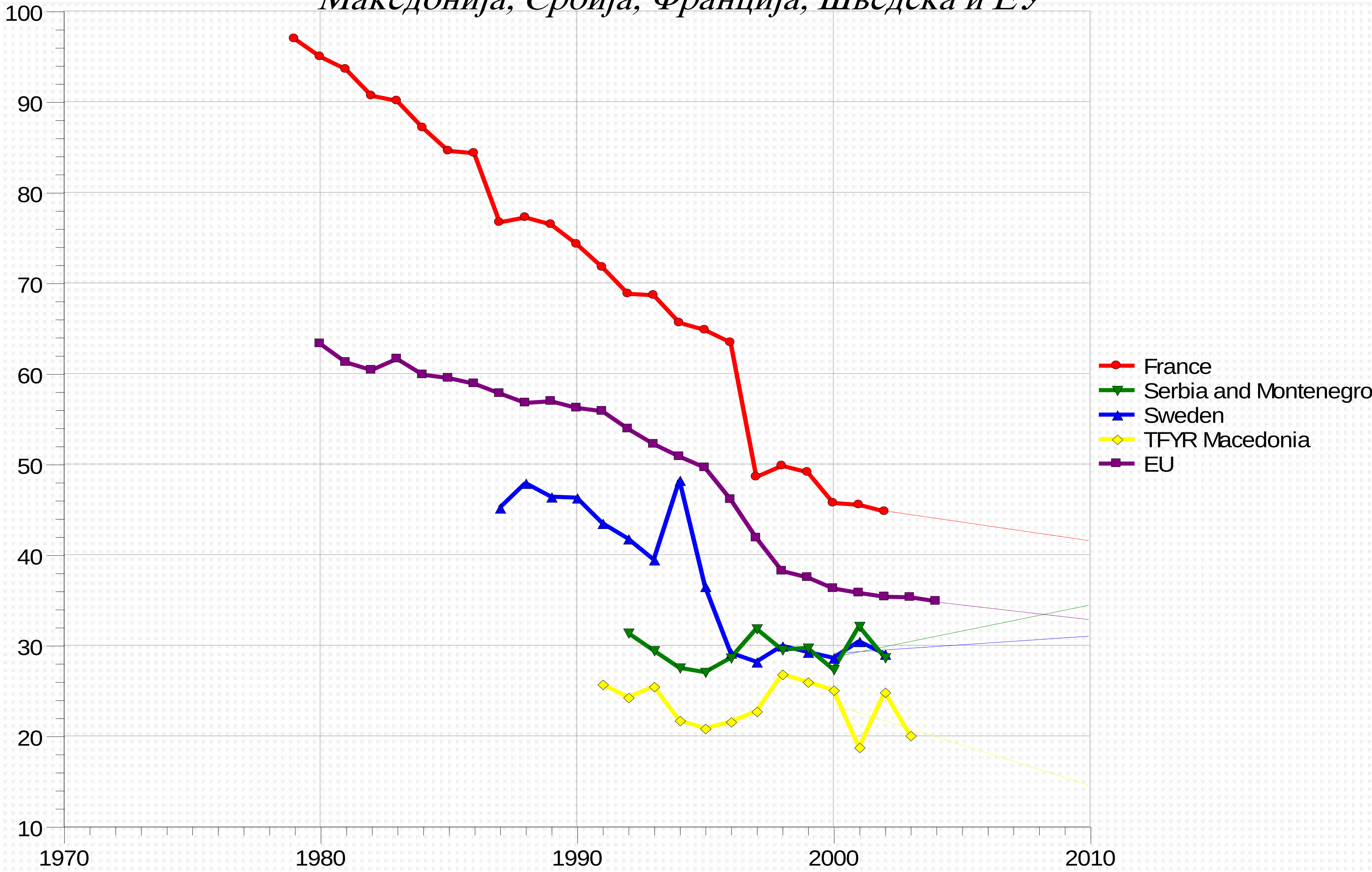
- Годишно во САД има околу 100.000 смртни случаи од заболувања повразни со алкохол. Во САД алкохолот е вклучен со 41% од причините за трауматизам, 23% од самоубиствата, 40% од кривичните дела а 1/2 од насилствата на децата се извршени од лица под дејство на алкохол.

- Те` ината на овие болести мо` е да се види и преку постојаното зголемување на бројот на посети во слу` бите за итна помош од вкупниот број посети.
- Така, во САД во 2004 г. имало 7,6 милиони посети годишно поради овие заболувања што е 7,9% од вкупниот број на посети кој изнесувал 866,5 милиони посети во таа година.
- Најголем процент од вкупниот морталитет од заболувања поврзани со алкохол се дол` и на хроничните црнодробни заболувања, чиј што тренд се дви` и паралелно со бројот на алкохолна зависност.

Морталитет од заболувања поврзани со алкохол, на 100.000, ма` и, Македонија, Србија, Франција, Шведска и ЕУ



Морталитет од заболувања поврзани со алкохол, на 100.000, ` ени, Македонија, Србија, Франција, Шведска и ЕУ



Алкохол и младата популација

- Истра`ување во земјите на ЕУ пока` ало дека 5% од 11-годишните деца, 12% од 13-годишните и 29% од 15-годишните конзумираат алкохол еднаш неделно.

- Просечната возраст на децата кога прв пат се опиваат е 13,3 за машки и 13,9 за ` енски деца.

Економски трошоци

- Во земјите на ЕУ во 2003 биле потрошени 125 милјарди € или во просек 1,3% од БДП.

- Во САД истата година се потрошени 185 милјарди $.

Превенција

Едукација

Законски мерки

- ✓ **Националниот Институт за алкохолизам спроведува и финансира програми за превенција на алкохолизам кај тинејџерите и студентите.**
- ✓ **Изработува брошури за едукација на родителите како да ги спречат нивните деца да пијат и како да ги препознаат проблемите.**
- ✓ **Организира работни групи на факултетите за спроведување на превентивни програми .**
- ✓ **Во склоп на Одделот за образование постои Центар за едукација за алкохол.**
- ✓ **Во САД 5 април 2007 е назначен за национален скрининг ден за алкохолизам, кога во сите заедници е овозмо` ена бесплатна едукација и бесплатни анонимни скрининг тестови**

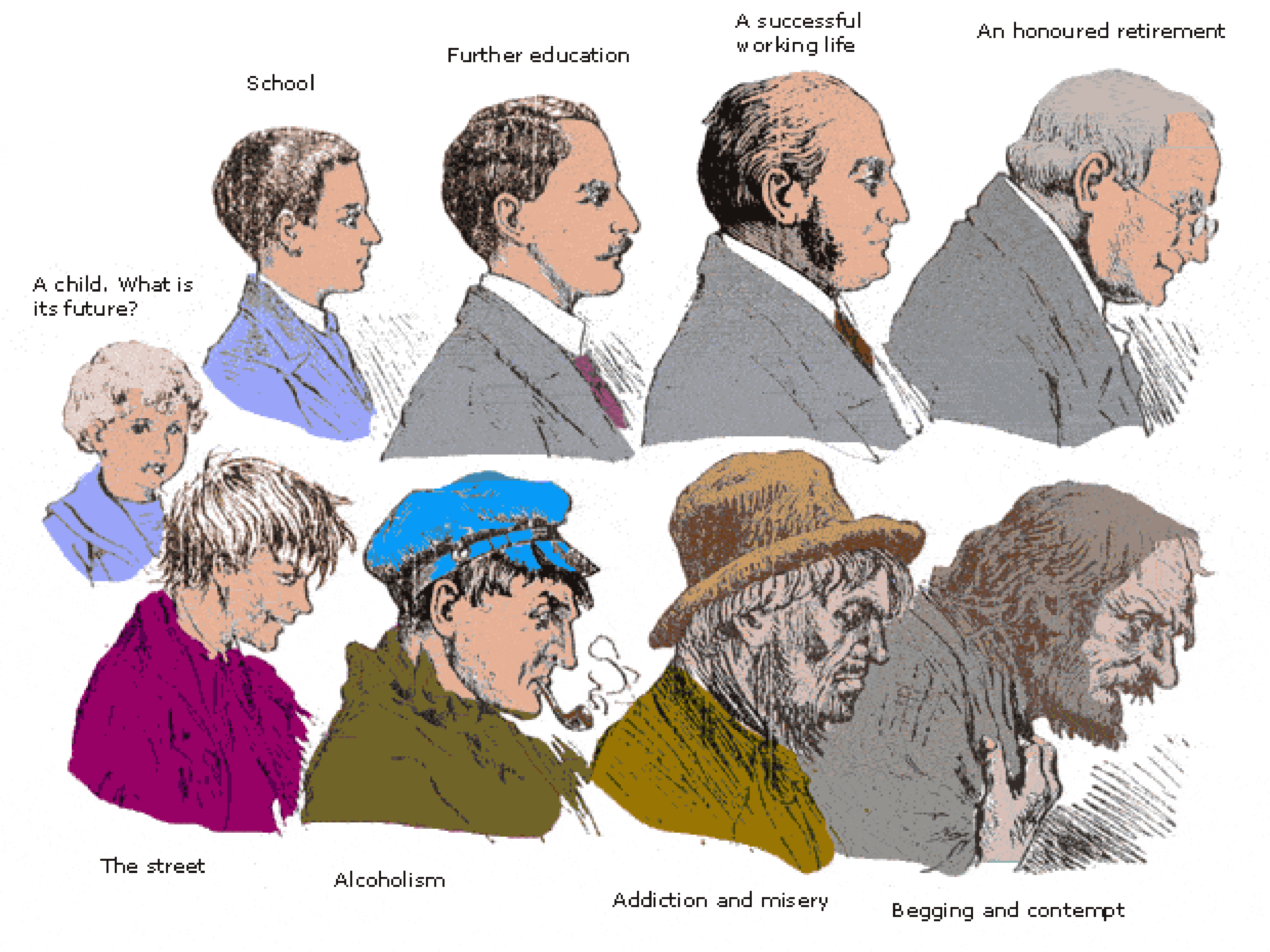
Развиените земји покрај едукација вклучуваат и законски мерки како:

✓покачување на даноците за алкохол (1% покачување ја намалува стапката на смртност од сообраќајни несреќи за 0,9%),

✓законски одредена минимална возраст (21 година во САД, со што е намалена смртноста за 15% кај тинејџерите),

✓програми за обука на продавачите со кои се намалува прода` бата на алкохол за 12%,

✓забрана за рекламирање и др.


A child. What is its future?
School
Further education
A successful working life
An honoured retirement
The street
Alcoholism
Addiction and misery
Begging and contempt

•http://www.who.int/substance_abuse/publications
Alcohol drinking problems; Global status report on alcohol 2004; Alcohol, gender and drinking problems
•http://www.niaaa.nih.gov
National Institute on alcohol abuse and alcoholism; What is alcoholism?, Alcohol's damaging effects on the brain, Stop dinking to stop potentially fatal alcoholic liver disease
•http://www.well-connected.com
Nidus Information Services, Alkoholism, December 2001
•http://jama.ama-assn.org/cgi/content/full/295/17/2100
Journal of the American Medical Association, Vol.295, No. 17, May 2006
•http://www.medicinenet.com/alcohol_abuse_and_alcoholism/article.htm
Alcohol Abuse and Alcoholism Related Articles
•http://www.nutramed.com/alcohol/alcoholref.htm
Alcoholic beverages and alcohol abuse abstracts
•http://content.karger.com/ProdukteDB/produkte.asp
Karger, Journal of biomedical science, Vol.8, No.1, 2001, Metabolism of ethanol
•http://www.medicinenet.com/script/main/art.asp?articlekey=26119
News, Mental helth, A gene for alcoholism is discovered
•http://www.mayoclinic.com/health/alcoholism
Alcoholism, Introduction, Sign and symptoms, Causes, Risk factors, Diagnosis, Complications, Treatment, Prevention

- http://www.ias.org.uk/resources/publications/alcoholalert
 Institute of Alcohol studies; Alcohol and liver disease; Benefits of moderate drinking; Alcohol makes cancer tumours ‘ grow fastrer’
- http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/news
National library of medicine, A drink may help high blood pressure risk
- http://www.isbra2006.com
World Congress on alcohol research; Alcohol consumption and risk of ischemic stroke, Lifetime alcohol intake and breast cancer risk
- http://www.cancer.org/downloads/PRO/alcohol.pdf
Cancer Institute; Alcohol and cancer
- http://europa.eu/rapid/pressReleasesAction.do
Alcohol related harm in Europa, 2006
- http://www.oas.samhsa.gov/2k5/olderadults/olderadults.htm
Office of applied studies; National survey on drug use and health report, 2005
- http://www.cdc.gov/nccdphp/alcohol
CDC, National Center for chronic disease prevention and health promotion, Alcohol
- http://www.statistics.gov.uk/STATBASE/ssdataset.asp?vlnk=7452
National Statistics, UK, Death rates from alcohol related diseases
- http://www.eurekalert.org/pub_releases/2004-03/jaaj-aed030404.php
Alcohol-related emergency department visit higher than previously thought

- http://www.cdc.gov/mmwr/preview/mmwrhtml/00000821.htm
Trends in mortality from cirrhosis and alcoholism, USA, 1945-1993
- http://www.rki.de/nn_1001210/EN/Content/Health__Reporting/Projects/Alkohol/alkohol__node.html
Robert Koch Institute, Costs of alcohol-related diseases
- http://www.niaaa.nih.gov/NR/rdonlyres/3F7A2293-C695-4B82-882D-9A19BF2782E6/0/Children.pdf
National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism, Talk to your child about alcohol
- http://www.nationalalcoholscreeningday.org/infofaq/alcohol.aspx#_edn19
Screening for mental health, Alcohol, Women and drinking
- http://www.collegedrinkingprevention.gov/StatsSummaries/snapshot.aspx
A snapshot of annual high risk college drinking consequences
- http://www.higheredcenter.org/niaaa/report.html
Higher education center, NIAAA college drinking report
- http://www.alcoholics-anonymous.org/
- http://www.al-anon.alateen.org/english.html