



# ΑΛΚΟΟΛ

"Αλκοολούχα ποτά" ονομάζονται όλα τα ποτά που περιέχουν αιθυλική αλκοόλη (οινόπνευμα) γεωργικής προέλευσης, σε οποιοδήποτε ποσοστό το οποίο έχει προέλθει είτε από φυσική ζύμωση, είτε από προσθήκη κατά την επεξεργασία.

Τα αλκοολούχα ποτά, όπως ορίζονται στην ελληνική νομοθεσία διακρίνονται σε τρεις κατηγορίες: Το κρασί, τη μπίρα, και τα οινοπνευματώδη ποτά γενικά.

# Αιτίες Χρήσης

- Πολλοί παράγοντες έχουν επιπτώσεις στην απόφαση να αρχίσει κάποιος να πίνει, στην ανάπτυξη των προσωρινών προβλημάτων με το αλκοόλ στα εφηβικά έτη και στη δεκαετία των 20 ετών, και στην ανάπτυξη τελικά της εξάρτησης από το αλκοόλ. Η έναρξη της κατανάλωσης οινοπνεύματος εξαρτάται κατά ένα μεγάλο μέρος από κοινωνικούς, θρησκευτικούς, και ψυχολογικούς παράγοντες, αν και τα γενετικά χαρακτηριστικά φαίνεται επίσης ότι συμβάλουν. Αλλά οι παράγοντες που επηρεάζουν την απόφαση να συνεχίσει κανείς να πίνει μέχρι το στάδιο της εξάρτησης από το αλκοόλ είναι μάλλον διαφορετικοί.
- Ο λόγος για τον οποίο οι άνθρωποι πίνουν υπερβολικά είναι ένα πρόβλημα τόσο σύνθετο όσο και ο χαρακτήρας τους ή το περιβάλλον μέσα στο οποίο κινούνται. Οι συνήθειες, οι παραδόσεις, η διάθεση και το σχετικό κόστος παίζουν σημαντικό ρόλο στην κατάχρηση αλκοόλ και την ευαισθησία - γενετική και όχι μόνο - των αλκοολικών. Συν τοις άλλοις άνθρωποι που πάσχουν από κατάθλιψη βρίσκουν καταφύγιο στο μεθυστικό συναίσθημα του αλκοόλ που τους προσφέρει γαλήνη, συντροφικότητα και αισθήματα ευφορίας.

# Θεραπεία

- Η θεραπεία ξεκινάει από τον ίδιο τον ασθενή. Η αποδοχή του προβλήματος είναι το σημαντικότερο βήμα. Είναι μια προσπάθεια επίπονη, μακροχρόνια και με πολλές στιγμές αδυναμίας. Η θεραπεία αποτοξίνωσης των αλκοολικών γίνεται με ψυχοθεραπεία και με φάρμακα σε ψυχιατρικές κλινικές.  
Παρουσιάζει δυστυχώς τεράστιες δυσκολίες. Οι αλκοολικοί συνήθως αρνούνται ότι έχουν πρόβλημα εθισμού στο αλκοόλ και δεν ζητούν βοήθεια από ειδικούς, πιστεύοντας ότι έτσι οι υπόλοιποι τους λυπούνται. Υπάρχουν βεβαίως κρατικά και δημόσια ιδρύματα όπου άτομα που πάσχουν από αλκοολισμό μπορούν να μιλήσουν για τα προβλήματά τους και να βοηθηθούν από ειδήμονες.

# Αποτοξίνωση

- Οι άνθρωποι αυτοί χρήζουν βοήθειας εξειδικευμένου ιατρικού προσωπικού. Οι βασικές παράμετροι που θα μπορούσαν να συμβάλουν θετικά σε οποιοδήποτε θεραπευτικό πρόγραμμα είναι οι εξής: Αποτοξίνωση. Η αποτοξίνωση δεν είναι θεραπεία για αλκοολισμό αλλά είναι μια περίοδο αποχής από το αλκοόλ με στόχο την προετοιμασία του ατόμου για απεξάρτηση και ανάρρωση. Αντιμετώπιση οργανικών ή και ψυχιατρικών διαταραχών. Όπως και στην προηγούμενη περίπτωση, ανάγκη εισαγωγής σε νοσοκομείο ή ψυχιατρείο για την αντιμετώπιση πιθανών διαταραχών εξαρτάται από την κατάσταση που βρίσκεται ο αλκοολικός. Συνήθως πολλά από τα προβλήματα που παρουσιάζουν οι προβληματικοί πότες μπορούν να αντιμετωπιστούν στα εξωτερικά ιατρεία και όχι στα νοσοκομεία και στις κλινικές.



## Με μια ματιά

**40%**

των τροχαίων δυστυχημάτων στην Ευρώπη σχετίζεται με κατανάλωση αλκοόλ

**45-55**

ετών, άνδρας και παντρεμένος είναι το προφίλ του αλκοολικού σήμερα στην Ελλάδα. Παθολογική σχέση με το αλκοόλ έχουν συνήθως άτομα που ζουν και εργάζονται σε έντονα ανταγωνιστικό περιβάλλον

**40**

εκατομμύρια υπολογίζεται ότι είναι οι αλκοολικοί στην Ευρώπη. Μελέτες στην Ελλάδα δείχνουν πως έχει αρχίσει να γίνεται αυξημένη κατανάλωση αλκοόλ από τους νέους

**320**

εκατομμύρια Ευρωπαίοι αντιμετωπίζουν προβλήματα υγείας εξαιτίας του οινοπνεύματος

**8,7**

λίτρα καθαρής αιθανόλης του οινοπνεύματος ήταν η κατ' άτομο κατανάλωση στην Ελλάδα το 2007. Η χώρα μας καταλάμβανε την 8η θέση μεταξύ των χωρών της Ε.Ε., σύμφωνα με τη Eurostat.

## Επιμελητές Εργασίας :

- Οικονόμου Βαγγέλης
- Μπελιμπασάκης Νίκος (ΜΔ)