

Vieroitusoireiden hoito

Julkaistu 15.7.2016

Pitkään jatkuneen säännöllisen alkoholin käytön loppuminen aiheuttaa elimistölle krapulaa voimakkaamman vieroitusilan. Alkoholin aiheuttamat vieroitusoireet arvioidaan yleensä lievistä kohtalaisiin ja voimakkaisiin. Lievimät vieroitusoireet helpottavat muutaman vuorokauden kuluessa, voimakkaat ja hoitamattomat vieroitusoireet voivat puolestaan aiheuttaa hengenvaaran.

Vieroitusoireet johtuvat siitä, että säännöllisen alkoholin käytön aikana hermosto sopeutuu alkoholin oloon elimistössä ja alkoholin poistuessa elimistöstä käynnistyy hermoston yliarthyvyystila. Vähitellen voimistuvat vieroitusoireet ilmaantuvat noin 12 tunnin kuluessa alkoholin käytön päättymisestä, joillakin saattaa promillet olla tuolloin vielä selkeästi koholla (jopa 1-2 promillea). Hoitamattomina vieroitusoireilla on taipumus voimistua siten, että vieroitusoireista kärsivän vointi heikentyy dramaattisesti muutaman vuorokauden kuluessa. On siis tärkeä ennakoida vieroitusoireet ja hoitaa tilannetta asianmukaisesti esimerkiksi hakeutumalla terveyskeskus- tai sairaalapäivystykseen.

Tavallisimmat koetut ja havaitut vieroitusoireet ovat ahdistuneisuus, univaikeudet, levottomuus, sekavuus, vapina, hikoilu, ruumiin lämpötilan nousu, pahoinvointi ja erilaiset tuntohäiriöt sekä tasapainohäiriöt. Näiden seurauksena usein todetaan myös voimakas verenpaineen nousu sekä pulssin kiihtyminen. Voimakkaisiin vieroitusoireisiin saattaa liittyä myös näkö- ja kuuloharjoja, psykoottisia oireita, tajuttomuutta sekä kouristuskohtauksia ("viinakramppi"). Terveyspalveluissa eräänä arviointimenetelmänä käytetään haastattelun lisäksi CIWA-Ar mittaristoa.

Vieroitusoireita voi yrittää lievittää vähentämällä asteittain alkoholin käyttöä ja tällä tavoin sopeuttaa elimistöä uuteen tilanteeseen. Lievien vieroitusoireiden kohdalla kannattaa ehdottomasti välttää alkoholin käyttöä ("korjaussarja") ja myös lääkkeiden käyttöä (erityisesti unilääkkeet ja rauhoittavat lääkkeet). Itsehoito toteutuu parhaiten lepäämällä, koska fyysinen rasitus voi altistaa esimerkiksi sydämen rytmihäiriöille. Itsehoitomalliin liittyvät myös nesteytys ja ravitsemus sekä tarvittaessa käsikauppalääkkeet esimerkiksi kivun hoitoon. Yleensä vointi korjaantuu muutamassa vuorokaudessa.

Mikäli itsehoito ei riitä tai onnistu, vieroitusoireiden hoitoon voi hakea apua terveysasemalta, päivystyspoliklinikalta, A-klinikalta tai Päihdepoliklinikalta. Kokemuksesta tiedetään, että hoitoon hakeutuminen voidaan kokea häpeällisenä. Asianmukaista arviota ja hoitoa varten tarvitaan kuitenkin todelliset tiedot alkoholin ja lääkkeiden käytön tilanteesta, jotta vältetään ylimääräiset tutkimukset sekä jopa väärät diagnoosit.

Vieroitushoito voidaan tämän jälkeen toteuttaa avovieroituksena, jossa lääkehoito ja seuranta tapahtuvat vastaanotolla muutamien vuorokausien ajan. Äärimmäisessä tilanteessa vieroitushoito toteutuu osastolla tai jopa sairaalan valvontaosastolla, jossa hoito on intensiivisempää ja tehostettua. Sairaalassa tai vieroitushoito-osastolla lääkkeellinen hoito käsittää yleensä bentsodiatsepiinien käytön lievittämään vieroitusoireita ja ehkäisemään kouristuksia sekä injektioina annettavan B1-vitamiinin ehkäisemään aivovaurioita (puutostila). Tällaiset hoitajakset kestävät tavallisesti muutamia vuorokausia. Pitkittyneet hoitajakset liittyvät yleensä liitännäissairauksiin tai keskushermostoa lamaavien lääkkeiden samanaikaiseen säännölliseen käyttöön tai niiden väärinkäyttöön.

Vieroitusoireet ovat aina vahva vihje alkoholiriippuvuudesta ja tästä syystä on erittäin tärkeä löytää ratkaisu alkoholin käytön tilanteeseen ja hallintaan. Vieroitusoireiden hoiduttua, on suositeltavaa hakeutua tilannearvioon sekä pyytää tilanteeseen tarvittavaa palvelua ja tukea.

Petri Kylmänen

Sairaanhoitaja YAMK, Päihdehoidon koordinaattori

Psykiatrian ja päihdehuollon erityispalvelut, Helsingin kaupunki

link

Lähteet ►

Lähde verkko-osoite: <https://paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/tietoiskut/alkoholi/vieroitusoireiden-hoito>