

Mitä alkoholiriippuvuus on?

Julkaistu 22.9.2016

Alkoholiriippuvuus ja alkoholismi on kaikille helvettiä. Se on läheisille ja alkoholisteille paskat housussa, itku kurkussa, tuska sielussa ja pelko perseessä elämistä ja olemista. Kulisseja, jännittämistä ja pahaa oloa töissä, vapaalla, kotona ja konferenssissa. Alkoholismi on suomalainen kansantauti, joka tappaa.

Alkoholiriippuvuus on hermosolutason krooninen aivosairaus, jolla on vahvoja psykologisia ja sosiaalisia ulottuvuuksia. Alkoholiriippuvuus tarkoittaa sitä, ettei riippuvainen henkilö voi juoda alkoholia ongelmitta eikä pysty hallitsemaan juomistaan. Riippuvuus voi pahimmillaan viedä hengen.

Kenestä tahansa voi tulla alkoholiriippuvainen, koska riippuvuuden kehittyminen vaatii vain altistumista alkoholille. Toisaalta suuri osa ihmisistä voi käyttää alkoholia ilman, että heille koskaan syntyy riippuvuutta.

Taipumus alkoholiriippuvuuteen periytyy, riippuvainen lähisukulainen kasvattaa alkoholisoitumisriskin kolminkertaiseksi. Sosiaalisella ympäristöllä ja sattumalla on myös yhtä suuri osuus alkoholiriippuvuuden kehittämisessä.

Alkoholiriippuvuus on sairaus, joka ei katso ikää, sukupuolta eikä yhteiskuntaluokkaa. Alkoholisteja on Suomessa arviolta 400 000. Heistä työssäkäyviä on noin 300 000 eli yli kymmenen prosenttia maan 2,4 miljoonasta työssäkäyvästä aikuisesta. Suuri osa alkoholismia sairastavista ei tiedä sairaudestaan eikä saa hoitoa riippuvuuteensa. Alkoholiriippuvaiset saavat sairastaa Suomessa varsin itsekseen – täällä ei ole samankaltaista alkoholismista puhumisen kulttuuria kuin esimerkiksi Pohjois-Amerikassa.

Alkoholiriippuvuudessa on myös erilaisia vakavuusasteita. Riippuvuus kehittyy asteittain krooniseen vaiheeseen saakka. Alkoholiriippuvuutta on vaikea diagnosoida, koska sairauden luonne sekä asenne sairautta kohtaan Suomessa on varsin omalaatuinen. Kenties kymmenen vuoden päästä alkoholiriippuvuus on kuin keliakia – testeissä käyminen on arkipäivää: voi käydä testeissä ja sitten tarvittaessa välttää alkoholia – etenkin, jos perinnöllistä taipumusta löytyy. Työpaikan illanvietossa voi vain todeta, että ”Hei mä oon alkoholisti. Onhan mulle varattuna alkoholittomat ruuat ja juomat?”

Alkoholistin keski-ikä Suomessa on 48 vuotta. Suomalaisten alkoholikuolleisuus on poikkeuksellista siltä osin, että työikäiset kuolevat alkoholinkäytön vuoksi yleisemmin kuin väestö keskimäärin. Alkoholin riskikuluttajia tai suurkuluttajia on Suomessa runsaasti, 500 000–600 000 henkilöä: miehiä ja naisia, nuoria ja vanhoja, lapsia, mummoja, vaareja; työssäkäyviä ja työttömiä, yksineläviä ja perheellisiä. Riskikuluttajien ryhmä on valtava ja sillä on suuri riski sairastua alkoholiriippuvuuteen.

Alkoholiriippuvuuden kansainvälinen tautiluokitus

Voimakas halu tai pakonomainen tarve käyttää alkoholia. Heikentynyt kyky hallita juomisen aloittamista, lopettamista tai käytettyjä määriä. Vieroitusoireita käytön loputtua tai vähennyttyä. Kyky sietää alkoholia (toleranssi) kasvanut. Muut mielihyvän lähteet tai kiinnostuksen kohteet jäävät sivuun, aika menee alkoholinkäyttöön ja käytön vaikutuksista toipumiseen. Alkoholinkäyttö jatkuu haitoista huolimatta. Kolmen kriteerin on täytyttävä, jotta voidaan puhua alkoholiriippuvuudesta.

Tuurijuoppo vai tissuttelija? Alkoholistien kaksi tyyppiä

Amerikkalainen Robert Cloeninger on luokitellut alkoholiriippuvuuden kahteen toisistaan poikkeavaan äärytyppiin:

Tyyppi 1: "Tuurijuoppo"

Tuurijuopon juominen on ajoittaista. Voi kulua pitkiäkin aikoja juomatta, mutta kun juominen alkaa, sitä on mahdoton lopettaa. Alkoholinkäytöstä muodostuu ongelma yleensä vasta aikuisena, 25 ikävuoden jälkeen.

Tyyppi 1 alkoholiriippuvaisen piirteitä:

Persoonallisuudeltaan yleensä alistuva, riippuvainen ja muiden hyväksymistä kaipaava
Esiintyy sekä naisissa että miehissä

Useimmat alkoholiriippuvaiset naiset kuuluvat tähän tyyppiin

Tyyppi 2: "Tissuttelija"

Tyyppiin 2 alkoholiriippuvaisen juominen on lähes jokapäiväistä. Juominen alkaa yleensä jo nuorena, alle 25-vuotiaana.

Tyyppiin 2 piirteitä:

Persoonallisuudeltaan itsenäinen. Hän on myös helposti innostuva, huoleton ja käytännöllinen. Hänessä saattaa ilmetä myös epäsosiaalisuutta. Ovat suurimmaksi osaksi miehiä Periytyy voimakkaasti isältä pojalle. Tyyppiä 2 edustavan alkoholisti-isän pojalla on yhdeksänkertainen riski sairastua liika-alkoholinkäyttöön niin, että muut kiinnostukset kohteet, harrastukset tai läheiset ihmiset jäävät taustalle elämässä. (THL)

Alkoholiriippuvuus on sairaus, josta on mahdollista toipua

Alkoholiriippuvuuden kehityskulkuun kuuluu asteittainen kontrollin menetys. "Alkoholiriippuvainen keskittyy alkoholinkäyttöön niin, että muut kiinnostukset kohteet, harrastukset tai läheiset ihmiset jäävät taustalle elämässä." (THL) Alkoholiriippuvuuden kehittyminen on pysyvä tila ihmisen elimistössä, alkoholikäytön lopettaminen ei poista riippuvuutta. Riippuvuus syntyy, kun aivot altistuvat alkoholille ja niiden biokemia ja rakenne muuttuu.

Alkoholiriippuvaisen lasten ja läheisten elämä kulkee sen mukaan, mitä alkoholisti sinä päivänä ja hetkenä sattuu tuntemaan. Alkoholistin läheisellä on myös oireita joita voidaan hoitaa Alkoholiriippuvaisia pitää voida diagnosoida ja ohjata kullekin sopivaan hoitoon. Alkoholiriippuvuus on myös tunne-elämän sairaus. Kroonisessa vaiheessaan se ei ole valinta eikä pakopaikka, vaan kierre, joka on mahdollista ratkaista ja katkaista.

Maailman terveysjärjestö WHO julisti jo vuonna 1952 alkoholismin sairaudeksi, joka voidaan pysäyttää, mutta ei parantaa.

Nimimerkki:

jj

link

Lähde verkko-osoite: <https://paihdelinkki.fi/fi/tarinat/lue-tarinoita/alkoholi/mita-alkoholiriippuvuus>