

# Alkoholi ja aivot

Julkaistu 12.12.2005

Alkoholi kuuluu pääasiassa keskushermostoon (muun muassa aivot ja selkäydin) vaikuttaviin aineisiin. Se lamaannuttaa hermostoa, joka siksi pyrkii vastustamaan vaikutusta lisäämällä omaa ärtyvyyttään toimintakykynsä säilyttämiseksi.

Alkoholin välitön vaikutus ilmenee humalatilana ja sammumisena. Pitkäaikainen runsas käyttö aiheuttaa monenlaisia vaikutuksia:

Henkinen suorituskyky heikkenee. Muutoksia esiintyy aluksi vain alkoholin käytön yhteydessä, mutta myöhemmin ne voivat jäädä pysyviksi. Usein todetaan heikentymistä muistissa, aloitteellisuudessa, päättelykyvyssä ja motoriikassa. Juomisen lopettaminen parantaa olennaisesti suorituskykyä. Mutta jos muutokset ovat isoja, täydellistä palautumista ei enää tapahdu.

Kouristusalttius lisääntyy. Kun veren alkoholi on laskenut nollaan runsaan juomisen jälkeen, kouristusalttius lisääntyy pariin vuorokaudeksi. Kyse on äkillisistä tajuttomuus-kouristuskohtauksista, joihin voi liittyä kieleen puremista ja virtsan päästämistä. Kouristustaipumusta ei esiinny kaikilla. Vieroituskouristuksiin ei tarvita jatkuvaa epilepsialääkitystä. Voimakas vieroitustila edellyttää väliaikaista lääkehoitoa, jolla kouristuksia voidaan ehkäistä.

Pikkuaivojen toiminta vaurioituu. Pikkuaivot säätelevät liikkeiden koordinaatiota ja tasapainoa. Alkoholi aiheuttaa niissä solumassan vähenemistä. Lopulta seuraa tilanne, jossa tasapainoa on vaikea säilyttää hämärässä ja ilman näköaistin apua. Portaissa, kapeilla käytävillä ja ihmisvilinässä liikkuminen vaikeutuu. Käsien yhteistoiminta ja puhelihasten toimintakin voivat joskus vaikeutua. Kun tällainen tilanne on päässyt syntymään, siihen ei ole hoitokeinoa.

Aivovaurion vaara kasvaa etenkin nuorilla. Vahva humalatila laskee etenkin nuorilla veren sokeria. Kun veren sokeri laskee liian alas, aivojen energiansaanti tyrehtyy. Seurauksena on aivovaurio.

Jos käytät alkoholia, älä juo itseäsi niin humalaan, että sammut tai joudut tapaturmiin. Jos ystäväsi sammuu, älä jätä häntä heitteille. Asianmukaisen hoidon avulla voidaan ehkäistä aivovaurioita. Juomisen lopettaminen on paras tae sekä henkisten kykyjen palautumiselle että niiden säilyttämiselle.

## Antti Holopainen

Ylilääkäri, Järvenpään sosiaalisairaala

[Päihteet ja aivot -animaatiossa](#) kerrotaan kuinka eri päihteet vaikuttavat aivojen välittäjäaineiden kautta käyttäjän tuntemuksiin ja toimintaan.

link

Lähde verkko-osoite: <https://paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/tietoiskut/alkoholi/alkoholi-ja-aivot>