

Alkoholiriippuvuus

Julkaistu 6.4.2006. Päivitetty 8.6.2015

Alkoholilla ei ole spesifistä vaikutuskohtaa aivoissa. Kuitenkin sillä on moninaisia vaikutuksia keskushermostossa. Se vaikuttaa solukalvoilla mm. erilaisiin ionikanaviin, G-proteiineihin, A-tyyppin gamma-aminovoihappo-, glysiini-, serotoniini- sekä N-metyyli-D-aspartaatti- (NMDA), glutamaatti-, nikotiini- ja purinergisiin reseptoreihin. Alkoholin krooninen käyttö heijastuu muutoksina kaikissa näissä järjestelmissä hermoston pyrkinessä sopeutumaan alkoholin vaikutuksiin. Kroonisen käytön seurauksena kehittyvät toleranssi sekä psyykinen ja fyysinen riippuvuus.

Alkoholismilla ymmärretään yleensä psyykkistä riippuvuutta alkoholista. Alkoholistiksi määritellään henkilö, joka on psyykkisesti riippuvainen alkoholista ja täyttää diagnostiset kansainvälisten tautiluokitusten (mm. ICD-10 ja DSM-IV) kriteerit.

Alkoholilla on humalluttavan vaikutuksensa ohella psyykkisiä vaikutuksia, jotka koetaan mielihyvää tuottavina ja joiden takia käyttäjä on taipuvainen nauttimaan sitä toistuvasti. Nämä ns. vahvistavat vaikutukset voivat johtaa aivojen mielihyväjärjestelmien kautta yhä suurenevien alkoholimäärien nauttimiseen ja alkoholiaddiktion tai -riippuvuuden kehittymiseen.

Psyykkiselle riippuvuudelle on ominaista juomishimo, pakonomainen halu saada alkoholia ja kykenemättömyys pidättäytyä alkoholista sekä runsaan alkoholin käytön myötä kehittyvä toleranssi ja fyysinen riippuvuus juomisen katketessa ilmenevine vieroitusoireineen. Vieroitukseen liittyvät negatiiviset tunnetilat ja huonovointisuus voivat myös edesauttaa alkoholin käyttöä.

Kykenemättömyys pidättäytyä alkoholista johtaa useimmiten juomiskatkosta retkahtamiseen eli juomisen uuteen aloittamiseen. Stressi on ilmeisesti eräs olennainen retkahtamiseen johtava tekijä. Alkoholiriippuvuudelle on tyypillistä niin ikään yksilön kaikkinaisen terveyden ja sosiaalisen hyvinvoinnin heikkeneminen.

Jatkuvasta ja runsaasta alkoholin käyttämisestä on seurauksena fyysisen riippuvuuden kehittyminen alkoholille. Fyysisen riippuvuuden kehittyminen paljastuu usein vasta vieroitusoireiden ilmetessä alkoholin saannin loppuessa ja alkoholin poistuessa elimistöstä. Fyysinen riippuvuus vieroitusoireineen edustaa pelkästään yhtä alkoholismin oiretta.

Fyysisen riippuvuuden kehittymiselle on olennaista, että yksilö on jatkuvasti altistettuna alkoholin vaikutukselle eli veressä on yhtäjaksoisesti alkoholia. Eräiden havaintojen mukaan päivittäiset juomakerrat, joiden seurauksena veren alkoholipitoisuus ei ylitä yhtä promillea, eivät johda fyysisen riippuvuuden kehittymiseen. Samoin juomisen katkeaminen päiviksi näyttää vähentävän fyysisen riippuvuuden kehittymisen todennäköisyyttä, koska taukojen aikana mahdollinen alkava riippuvuus voi purkautua.

Alkoholin poistuessa elimistöstä alkoholin lamauttavaan vaikutukseen sopeutuminen paljastuu hermoston yliärttyvyytenä ja vieroitusoireina. Vieroitusoireita alkaa ilmetä veren alkoholipitoisuuden laskiessa lähelle nollaa, mutta runsaasti alkoholia käyttävällä henkilöllä vieroitusoireita voi ilmetä jo veren alkoholipitoisuuden laskiessa alle yhden promillen. Tavallisesti oireet alkavat 12-48 tunnin kuluttua alkoholin nauttimisesta, ja niiden vaikeusaste ja esiintulon ajankohta riippuvat edeltäneen alkoholinkäytön rajuudesta.

Jo yhtä alkoholin nauttimiskertaa seuraava krapula vastaa oireiltaan ja olemukseltaan vieroitustilaa. Pitkään jatkuneen runsaan alkoholinkäytön keskeytymistä seuraavat vieroitusoireet ovat voimakkaammat ja niistä palautuminen kestää kauemmin. Runsaan alkoholinkäytön lopettaminen johtaa elimistössä kiihottavien välittäjäaineiden liialliseen aktiivisuuteen, jolloin seurauksena on vieroitusoireita ja kouristuksia. Vakavimmillaan vieroitusoireet ilmenevät delirium tremens -tilana eli juoppohulluutena, jolle on lisäksi ominaista mm. voimakas pahoinvointi, sekavuus, hikoilu ja pelottavat näköhallusinaatiot ja epämiellyttävät tuntemukset esimerkiksi iholla. Delirium tremens voi johtaa jopa kuolemaan sydämen rytmihäiriöiden ja hengityslaman seurauksena.

Kalervo Kiianmaa
Tutkimusprofessori, THL

Päivittänyt:

Timo Seppälä
Ylilääkäri, THL

link

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