

ΟΙ ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΤΗΣ ΧΡΗΣΗΣ ΑΛΚΟΟΛ ΣΤΗΝ ΥΓΕΙΑ ΤΟΥ ΕΦΗΒΟΥ

Ευάγγελος Γρινάκης
Ψυχίατρος
Αλκοολογικό Ιατρείο ΠαΓΝΗ

Οι επιπτώσεις του αλκοόλ διακρίνονται σε

- Συνέπειες της τοξίκωσης, του μεθυσιού
 - Δυνητικά μοιραίες
 - Επικίνδυνες
 - Επιπτώσεις κατά την ανάρρωση από την τοξίκωση
- Συνέπειες της επανειλημμένης έκθεσης στον εγκέφαλο
 - Καθημερινή χρήση
 - Βαριά συχνή χρήση
 - Επεισοδιακή βαριά χρήση
- Συνέπειες στην υγεία
 - Σωματική και ψυχική
 - Έναρξη διαταραχών που θα εμφανιστούν στην ενήλικη ζωή
- Συνέπειες στην σχολική, οικογενειακή και κοινωνική ζωή

Άμεσες μοιραίες τοξικές επιδράσεις

- Τροχαία ατυχήματα
 - Πρώτη αιτία θανάτου στην εφηβική ηλικία
 - Πιο πιθανό να εμπλακεί ένας έφηβος απ' ότι ένας ενήλικας
- Άμεση δηλητηρίαση, μπορεί και θάνατος
- Εμπλοκή σε βίαια περιστατικά, σοβαροί τραυματισμοί
 - Άρση αναστολών
 - Κακή κρίση
 - Λάθος μέρος, λάθος στιγμή
- Αυτοκτονικότητα
 - Ενισχύει τον αυτοκτονικό ιδεασμό.
 - Μειώνει τις αναστολές.

Άμεσες επικίνδυνες τοξικές επιδράσεις

- Ανεπιθύμητη εγκυμοσύνη
 - Αυξάνει τη σεξουαλική διέγερση
 - Μειώνει τις αναστολές
 - Θολώνει τη συνείδηση
- Έκθεση σε βιασμό, σεξουαλική παρενόχληση, κακοποίηση, εξευτελισμό
 - Συνήθως μετά από ομαδική χρήση
 - Δημοσιοποίηση στο διαδίκτυο
- Παραβατικότητα
 - Εξασθένιση αυτοελέγχου
 - Παραβατικές παρέες

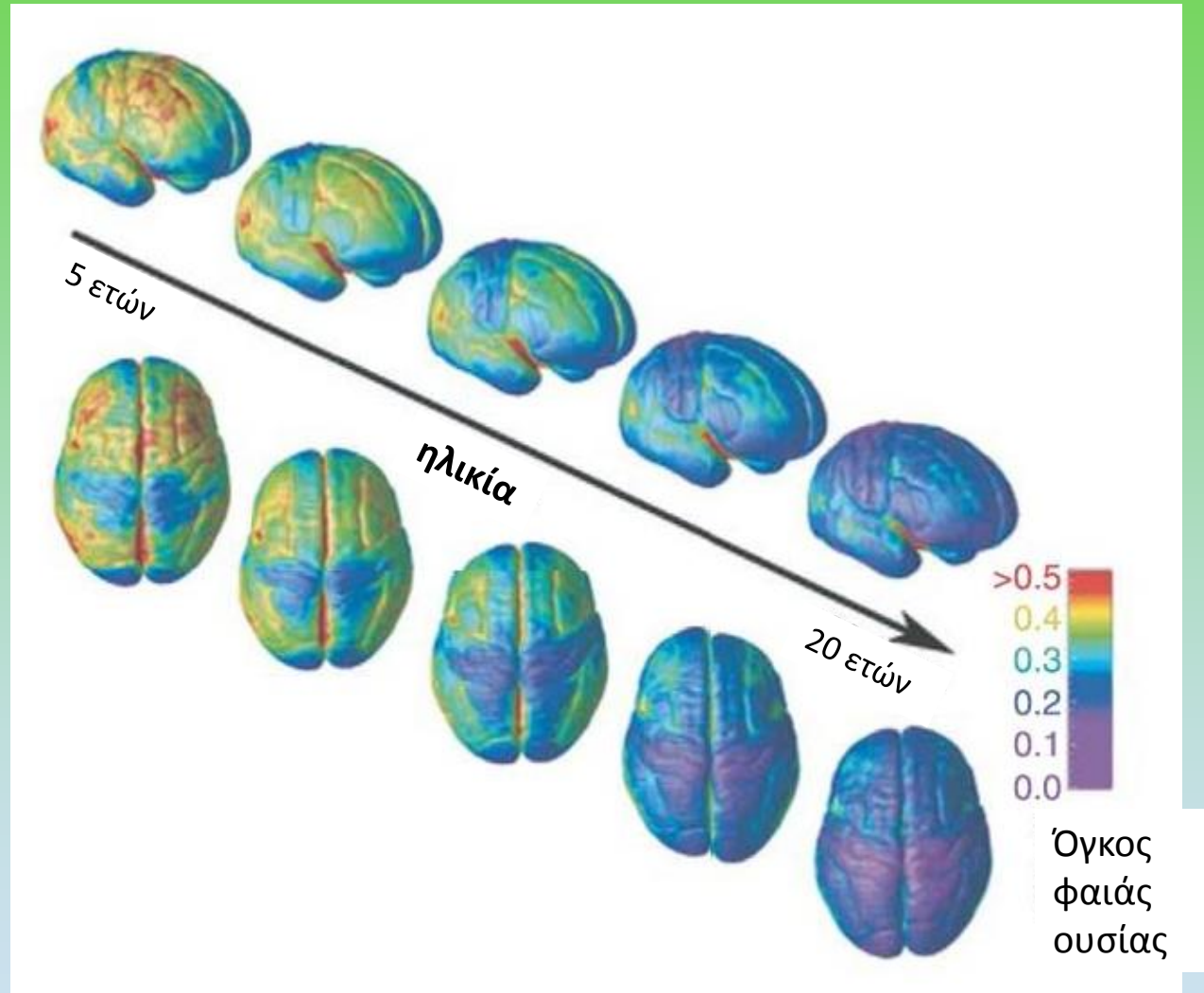
Επιδράσεις του αλκοόλ στη σωματική υγεία των εφήβων

- Δεν παθαίνουν βλάβες αντίστοιχες με τους ενήλικες, λόγω μικρού χρονικού διαστήματος χρήσης.
- Χειρότερη γενική κατάσταση υγείας σε σχέση με εφήβους που δεν καταναλώνουν αλκοόλ.
- Χαμηλότερη οστική πυκνότητα
- Τρανσαμινασαιμία
- Χειρότερη στοματική υγεία
- Μεγαλύτερες επιπτώσεις στην υγεία μετά την ενηλικίωση
 - Ο τρόπος χρήσης συνεχίζεται και στην ενήλικη ζωή.
 - Πιο πιθανό όσο μικραίνει η ηλικία έναρξης και μεγαλώνει η ποσότητα που καταναλώνεται.

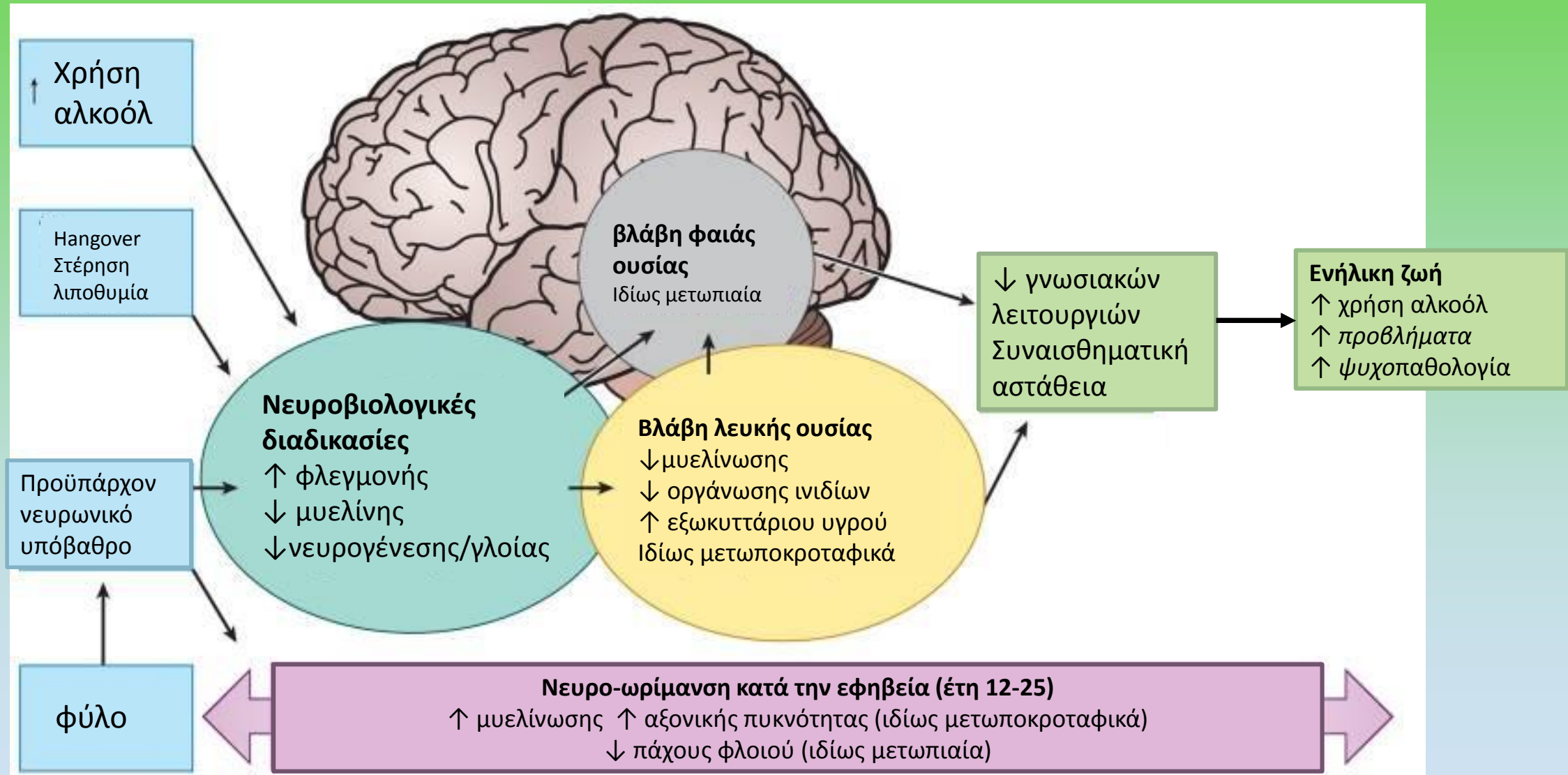
Επιδράσεις της χρήσης αλκοόλ στην εφηβεία στην ενήλικη ζωή

- Η χρήση αλκοόλ στην εφηβεία αφήνει πάντα σημάδια...
- Εξάρτηση από αλκοόλ
 - Αύξηση κινδύνου περίπου 5 φορές
- Αυξημένη πιθανότητα για χρήση ουσιών
 - Η χρονική σειρά έκθεσης σε χρήστες ναρκωτικών είναι συνήθως (εμπειρικά): αλκοόλ στα 11, νικοτίνη στα 12, κάνναβη στα 14, ηρωίνη στα 17
- Κάπνισμα
- Ατυχήματα
- Μειωμένη κοινωνική λειτουργικότητα
- Ανωριμότητα
- Πτωχότερη ακαδημαϊκή πορεία.

Η ωρίμανση του εγκεφάλου



Νευροβιολογικές επιπτώσεις χρήσης αλκοόλ



Γνωστικές επιπτώσεις

- Μειωμένη χωρική μνήμη εργασίας (spatial working memory)
 - Απαραίτητη στην αντίληψη του περιβάλλοντος και τον προσανατολισμό
 - Βλάβη με 1-2 χρόνια βαριάς χρήσης
- Λεκτική κωδικοποίηση
 - Καθυστερημένη και πτωχότερη λεκτική εκμάθηση
 - Προβληματική λεκτική επεξεργασία
 - Ακόμα και με επεισοδιακή βαριά χρήση (binge-drinking)
- Μείωση ικανότητας επιθυμητής αναστολής συμπεριφοράς
 - Βασική νοητική διεργασία με άμεση επίδραση στη συγκέντρωση, την κινητικότητα και την παρορμητικότητα
 - Ακόμα και με επεισοδιακή βαριά χρήση
- Διέγερση σε εξαρτημένο ερέθισμα (cue reactivity)
 - Εμφάνιση έντονης επιθυμίας χρήσης παρουσία ερεθίσματος συνδεδεμένου με χρήση
 - Το εκμεταλλεύονται οι διαφημιστές.

Επιδράσεις στην ψυχική υγεία

- Δεν προκαλείται μείζων νόσος, αλλά
- Αυξάνει την πιθανότητα του καπνίσματος
- Αυξάνει την πιθανότητα χρήσης άλλων ουσιών
- Συναισθηματική ευμεταβλητότητα
- Άγχος
- Θυμός
- Κατάθλιψη
- Αυτοκτονικός ιδεασμός
- Παρανοϊκές σκέψεις
- Έλλειψη κινήτρων

Προβλήματα στην οικογένεια

- Απόσυρση
 - Μειωμένη επικοινωνία
 - Αποφυγή έκφρασης
- Συγκρούσεις
 - Καυγάδες
 - Φυγή από το σπίτι
 - Ψέματα

Προβλήματα στο σχολείο

- Παρακολούθηση
 - Νύστα
 - Κοπάνες
 - Αποβολές
 - Εγκατάλειψη σχολείου
- Ακαδημαϊκή επίδοση
 - Δεν διαβάζει
 - Πτώση βαθμών
 - Μειωμένη κατανόηση
- Συμπεριφορά
 - Συγκρούσεις με καθηγητές και μαθητές
 - Περιθωριοποίηση
 - Αλλαγή παρέας

Προβλήματα κοινωνικότητας

- Συμπεριφορά
 - Προβληματική επικοινωνία
 - Καυγάδες
- Σχέσεις με όμοιους
 - Αλλαγές στις παρέες
 - Χρήση με την παρέα
- Σεξουαλικότητα
 - Πρώιμη πρώτη ερωτική πράξη
 - Ασύνητη ερωτική συμπεριφορά
 - Σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα
 - Εγκυμοσύνη
- Εργασία
 - Απουσία από την εργασία
 - Απολύσεις
 - Παραιτήσεις
- Παραβατική συμπεριφορά
 - Φθορά ιδιοκτησίας
 - Κλοπές
 - Τροχαίες παραβάσεις, οδήγηση υπό την επήρεια αλκοόλ

Συμπερασματικά...Η χρήση αλκοόλ στην εφηβεία

- Θέτει με μη προβλέψιμο τρόπο σε κίνδυνο τη ζωή του εφήβου.
- Αυξάνει τον κίνδυνο εμφάνισης εξάρτησης στην ενήλικη ζωή.
- Αυξάνει τον κίνδυνο χρήσης και άλλων ναρκωτικών ουσιών
- Επηρεάζει τον ακόμα αναπτυσσόμενο εγκέφαλο.
- Παρεμποδίζει την ομαλή γνωστική λειτουργία και τη μάθηση.
- Συνδέεται με προβλήματα στην οικογένεια, το σχολείο, την κοινωνικότητα και την κοινωνικοποίηση.
- ΣΥΝΙΣΤΑΤΑΙ Η ΑΠΟΦΥΓΗ ΧΡΗΣΗΣ ΑΛΚΟΟΛ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΕΦΗΒΕΙΑ
- ΟΣΟ ΑΡΓΟΤΕΡΑ, ΤΟΣΟ ΚΑΛΥΤΕΡΑ.