ΓΕΝΙΚΟ ΛΥΚΕΙΟ ΜΟΙΡΩΝ
Β ΤΕΤΡΑΜΗΝΟ 2013

ΕΚΚΛΗΣΙΑ ΚΑΙ ΕΞΑΡΤΗΣΕΙΣ

ΠΟΤΟ

Ομάδα: Ζαχαριουδάκης Γιάννης (Α1)
Καργάκη Έφη (Α2)
Μπικάκη Χριστίνα (Α3)
Φιλιουδάκη Μαρία (Α4)

Επιβλέπων καθηγητής:
Σαμουράκης Γεώργιος

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ……2

ΕΙΣΑΓΩΓΗ……..3

ΙΣΤΟΡΙΑ ΠΟΤΟΥ……...4

ΑΛΚΟΟΛ ΚΑΙ ΥΓΕΙΑ…….....9

ΑΛΚΟΟΛΙΣΜΟΣ-ΕΞΑΡΤΗΣΕΙΣ……12

ΕΠΙΛΟΓΟΣ…….....16

ΠΗΓΕΣ……..17

ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ

Από μια σειρά ερευνητικών εργασιών επιλέξαμε την εργασία <<Εκκλησία - εξαρτήσεις>> Στη συνέχεια χωριστήκαμε σε ομάδες και επιλέξαμε το θέμα μας το οποίο είναι το ποτό.
Έπειτα συλλέξαμε πληροφορίες από το διαδίκτυο. Συγκρίναμε τα στοιχεία και επιλέξαμε ότι αφορούσε το θέμα μας. Χωρίσαμε τα κεφάλαια και καταγράψαμε τις πληροφορίες μετά από συζήτηση.

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Τα ποτό υπάρχει από τα αρχαία χρονιά. Το έπιναν οι αρχαίοι στις γιορτές σε χαρούμενα γεγονότα αλλά και γενικότερα ήταν μια καθημερινή συνήθεια τους. Ακόμα και στις μέρες μας παίζει πολύ σημαντικό ρόλο και πολλοί άνθρωποι εξαρτώνται από αυτό. Η εξάρτηση του αλκοόλ είναι μια νόσος του εγκεφάλου με υψηλές πιθανότητες προοδευτικής επιδείνωσης.

Γενικότερα στην χώρα μας δεν είναι λίγοι οι άνθρωποι που εξαρτώνται από το αλκοόλ, πράγμα το οποίο έχει και πολλές συνέπειες στην υγεία, το αλκοόλ αποτελεί αιτιολογικό παράγοντα για περισσότερες από 60 ασθένειες όπως είναι κύρωση του ύπατος, καρδιόπαθειες και κ.λπ.

Υπάρχουν τρόποι αντιμετώπισης αλλά λίγοι είναι αυτή που πάνε σε κέντρο απεξαρτήσεις για να θεραπευτούν.

ΙΣΤΟΡΙΑ ΠΟΤΟΥ

Ο όρος αλκοόλ προέρχεται από την αραβική λέξη "al kohl". Το αλκοόλ που βρίσκεται στα αλκοολούχα ποτά ονομάζεται αιθυλική αλκοόλη ή αιθανόλη και έχει το χημικό τύπο C2 H5 OH.
Μπορεί να είναι μικρή σε μέγεθος (κάθε μόριό της είναι μικρότερο από ένα δισεκατομμυριοστό του μέτρου σε μήκος και αποτελείται από μια χούφτα άτομα υδρογόνου, οξυγόνου και άνθρακα), αλλά η αιθυλική αλκοόλη αποτελεί μια έξοχη μηχανή του χρόνου. Οι άνθρωποι απολαμβάνουν το αλκοόλ από τους προϊστορικούς χρόνους, καθιστώντας το ποτό ένα από τα λιγοστά νήματα, που διατρέχουν ολόκληρη την ιστορία του δυτικού πολιτισμού.
Η αναδημιουργία των ποτών τους και η συσχέτιση με τα σημερινά προϋποθέτει απλή σύγκριση και δεν χρειάζεται να αναφέρουμε ότι είναι και πιο διασκεδαστική. Η κατανάλωση οινοπνεύματος είναι τόσο διαδεδομένη στην ιστορία, που ο αρχαιολόγος χημικός στο Πανεπιστήμιο της Πενσιλβάνια, Πάτρικ Μακ Γκόβερν φτάνει στο σημείο να χαρακτηρίσει το αλκοόλ «μια οικουμενική γλώσσα».
Την ίδια στιγμή οι διαφορετικές πολιτισμικές στάσεις έναντι του οινοπνεύματος παρέχουν ένα παράθυρο στην ευρεία γκάμα κοινωνικών και πολιτισμικών πρακτικών. Τα αλκοολούχα ποτά ανέκαθεν θεωρούνταν ότι διαθέτουν θεραπευτικές ιδιότητες, αν και ο καθορισμός των ιδιοτήτων αυτών και ο τρόπος εκμετάλλευσής τους αποσαφηνίσθηκε μόλις κατά τη σύγχρονη εποχή. Εν συντομία τα αρχαία ποτά είναι αρκετά οικεία, ώστε να τα κατανοήσουμε και να τα εκτιμήσουμε, αλλά και επαρκώς διαφορετικά, για να μας διδάξουν ορισμένα πράγματα για την εποχή και τον τόπο κατά τον οποίον καταναλώνονταν. Κάποια εξ αυτών μπορούν να αναπαρασκευασθούν και κατ' οίκον με συνηθισμένα συστατικά.

Όπως είναι το ποτό των Σουμέριων, του Μίδα και το κρασί του Γαληνού

Το ποτό των Σουμέριων:

Η αρχαιότερη συνταγή στον κόσμο, τουλάχιστον αυτή που σώθηκε μέχρι σήμερα, είναι αυτή της μπίρας και εντοπίσθηκε σε μία πήλινη πλάκα, ως μέρος ενός ύμνου προς τη Νινκάζι, τη Σουμέρια θεά της μπίρας, η οποία χρονολογείται από το 3800 π.Χ. αποδεικνύουν ότι η μπίρα έπαιζε σημαντικό ρόλο στα έθιμα, τους μύθους και την άσκηση της ιατρικής στη Μεσοποταμία. Καταναλωνόταν απ' όλα τα μέλη της κοινωνίας, από την κορυφή μέχρι τη βάση και οι ιδιοκτήτες.
Η μπίρα όμως δεν αποτελούσε απλά την καρδιά του πολιτισμού της Μεσοποταμίας. Ενδέχεται να συνιστά τον θεμέλιο λίθο ολόκληρου του δυτικού πολιτισμού.
Διατυπώνετε ότι η μπίρα πρωτοεμφανίσθηκε στην προσπάθεια να καταστεί βρώσιμο το άγριο κριθάρι, μέσα από την ανάμιξή του με νερό και φρούτα. Η παχιά μπίρα, που παρασκευάσθηκε κατ' αυτόν τον τρόπο, θα ήταν εξίσου θρεπτική με το ψωμί, ενώ παράλληλα θα περιείχε μικρή ποσότητα αλκοόλ. Τα έγγραφα της εποχής ενισχύουν αυτήν την άποψη. Οι Σουμέριοι παρασκεύαζαν την μπίρα τους από ένα είδος ζύμης, που μπορούσε να αποθηκευτεί για μεγάλη χρονική περίοδο και η οποία καταναλωνόταν όμως μόνο όταν δεν υπήρχαν άλλα διαθέσιμα τρόφιμα. Συνεπώς δεν αποκλείεται η πρωταρχική της λειτουργία να ήταν η αποθήκευση των πρώτων υλών σε αυτήν τη μορφή για την παρασκευή μπίρας. Αν η μπίρα αποτελεί όντως τη βάση του δυτικού πολιτισμού, είναι κατανοητό το υψηλό της κύρος στον πολιτισμό των Σουμέριων.

Το ποτό του Μίδα:

Επιτείνοντας τη σύγχυση ο Μακ Γκόβερν λέει ότι ο διαχωρισμός μπίρας, κρασιού και υδρομελιού αρχίζει να δυσκολεύει, μόλις προστεθεί στη διαδικασία παρασκευής μπίρας μέλι ή φρούτο. Επιπλέον η ανάλυση δοχείων, που βρέθηκαν σε τάφο στην Κεντρική Τουρκία, χρονολογούνται από το 700 π.Χ. και φέρονται ότι ανήκαν στον βασιλιά Μίδα, αφήνει να εννοηθεί ότι η μπίρα, το κρασί και το υδρόμελι αναμιγνύονταν σε ίσες ποσότητες για την παρασκευή ενός πρώιμου κοκτέιλ. Ενα παρόμοιο ποτό φαίνεται ότι υιοθετήθηκε από τον μινωικό πολιτισμό στην Κρήτη μετά το 1500 π.Χ.
Ο Μακ Γκόβερν συνεργάζεται με έναν Κρητικό οινοπαραγωγό για την αναπαρασκευή του ποτού έξι διαφορετικά είδη κρασιού, καρυκεύματα, υδρόμελι και μαγιά μπίρας ζυμώνονται αυτήν την περίοδο. Τα συμπεράσματά του χρησιμοποιήθηκαν εξάλλου από τον Σαμ Καλατζιόνε μίας ζυθοποιίας στο Ντελάγουερ για την παρασκευή μιας μπίρας με το όνομα «Αγγιγμα του Μίδα», η οποία κυκλοφόρησε τον περασμένο Ιούνιο.

Το κρασί του Γαληνού:

Λίγα χρόνια πριν από το τέλος του 2ού αιώνα μ.Χ., ο Γαληνός της Περγάμου, φυσικός του αυτοκράτορα Μάρκου Αυρήλιου, κατέβηκε στα κελάρια της Ρώμης και πραγματοποίησε μια από τις σπουδαιότερες κάθετες δοκιμές κρασιών στην ιστορία. Πριν από τον διορισμό του ως αυτοκρατορικού φυσικού, ο Γαληνός ήταν γιατρός σε σχολή μονομάχων, όπου έμαθε την ιαματική αξία του κρασιού για την απολύμανση των πληγών. Ο Γαληνός πίστευε, εξάλλου, ότι το κρασί ήταν ένα εξαιρετικά δραστικό φάρμακο. Έτσι, όταν χρειάστηκε να παρασκευάσει μια ιατρική δόση για τον αυτοκράτορα, ο Γαληνός αποφάσισε ότι θα πρέπει να βασίζεται στο καλύτερο κρασί του κόσμου. «Καθότι οτιδήποτε είναι το καλύτερο από κάθε σημείο της Γης βρίσκει τον δρόμο του προς τους σημαντικούς ανθρώπους αυτού του κόσμου, από την εξοχότητά τους πρέπει να επιλεγεί το καλύτερο όλων», έγραψε και κατευθύνθηκε προς τα κελάρια. Στη ρωμαϊκή εποχή ήταν παγκοσμίως αποδεκτό ότι το καλύτερο κρασί ήταν από την περιοχή του Φαλέρνο κοντά στη Νάπολη. Προαναγγέλλοντας μάλιστα τις γαλλικές ρυθμίσεις ονομασίας προέλευσης, υπήρχαν τρεις τύποι κρασιών. Το παράδοξο, με δεδομένα τα σύγχρονα γούστα είναι ότι το ακριβότερο ήταν το λευκό κρασί. Ρωμαϊκές πηγές αναφέρουν ότι τα σταφύλια συλλέγονταν αρκετά αργά, με αποτέλεσμα ένα βαρύ, γλυκό κρασί με χρυσό χρώμα, το οποίο διατηρούνταν για πολλές δεκαετίες. το φαλερνιανό κρασί θα είχε διαφορετική γεύση για πολλούς λόγους. Κατ' αρχάς το άφηναν να «μαδεροποιηθεί», που είχε σαν αποτέλεσμα να πάρει προφυρό ενίοτε καφέ χρώμα. Ένας σύγχρονος πότης, ο οποίος θα δοκίμαζε ένα ποτήρι ρωμαϊκό κρασί, ίσως πρόσεχε επίσης ότι η γεύση του επηρεαζόταν από τη σταφίδα, που χρησιμοποιείτο για να καταστήσει αδιάβροχα τα βάζα, στα οποία αποθηκευόταν το κρασί. Αλλά η δραματικότερη διαφορά ανάμεσα στο ρωμαϊκό και το σύγχρονο κρασί ήταν ότι οι Ρωμαίοι ποτέ δεν έπιναν σκέτο κρασί. Πάντα το συνδύαζαν με άλλα συστατικά. Στην πραγματικότητα η κατανάλωση σκέτου κρασιού θεωρούνταν βάρβαρη. Συχνά το κρασιά απλά αραιωνόταν. Η ποσότητα νερού, που προσέθεταν, εξαρτούνταν από τις περιστάσεις και τη θερμοκρασία, αλλά οι συνήθεις αναλογίες ήταν ένα μέρος κρασιού προς τρία μέρη νερό. Η αραίωση του κρασιού εξυπηρετούσε δύο σκοπούς το έκανε ένα δροσιστικό ποτό που κατανικούσε τη δίψα και μπορούσε να καταναλωθεί σε μεγάλες ποσότητες, Μερικές φορές το κρασί αραιωνόταν και με θαλασσινό νερό. αυτό γινόταν «για να

αναζωογονηθεί η απαλή υφή του οίνου». Όμως το νερό δεν ήταν το μόνο πρόσθετο. Κάποιες φορές οι Ρωμαίοι προσέθεταν χιόνι για να δροσίσουν το κρασί, άλλες φορές μέλι, για να δημιουργήσουν ένα απεριτίφ γνωστό ως μολσούμ και άλλες βότανα και μπαχαρικά, για να δώσουν νέα γεύση στο κρασί που ξίδιασε.
Τη ρωμαϊκή εποχή ήταν δύσκολο να συντηρηθεί το κρασί, γι' αυτό οι μεγαλύτερες ποσότητες είχαν ήδη καταναλωθεί έναν χρόνο μετά την παραγωγή τους.

ΑΛΚΟΟΛ ΚΑΙ ΥΓΕΙΑ

Επιβλαβής κατανάλωση αλκοόλ ορίζεται η μορφή κατανάλωσης που σχετίζεται με πρόκληση βλάβης στην υγεία, είτε οργανική (όπως κίρρωση του ήπατος) είτε ψυχική (όπως η δευτερογενής κατάθλιψη που ακολουθεί τη χρήση αλκοόλ). Βασιζόμενος σε επιδημιολογικά στοιχεία που συσχετίζουν την κατανάλωση αλκοόλ με τη βλάβη, ο Π.Ο.Υ. υιοθέτησε ως ορισμό για την επιβλαβή κατανάλωση αλκοόλ τη μέση κατανάλωση άνω των 40gr αλκοόλης ημερησίως στις γυναίκες και άνω των 60gr για τους άνδρες.

Το αλκοόλ στον οργανισμό ασκεί πολύπλευρη φαρμακολογική και τοξική δράση και επηρεάζει τη λειτουργία πολλών συστημάτων. Οι δράσεις του εξαρτώνται από την πυκνότητα του αλκοόλ στο αίμα και περιλαμβάνουν:

Επίδραση στο κεντρικό νευρικό σύστημα

Η κύρια δράση του αλκοόλ αφορά στο κεντρικό νευρικό σύστημα (Κ.Ν.Σ.). Η φαρμακολογική δράση του αλκοόλ στο Κ.Ν.Σ. είναι κατασταλτική και όχι διεγερτική. Σε μεγάλες μάλιστα συγκεντρώσεις το κατασταλτικό αποτέλεσμα της δράσης του αλκοόλ είναι ιδιαίτερα εμφανές και μοιάζει με εκείνο των αναισθητικών φαρμάκων. Τα πρώτα συμπτώματα από το Κ.Ν.Σ. εκδηλώνονται μόλις η συγκέντρωση του αλκοόλ στο αίμα ξεπεράσει τα 40mg % και περιλαμβάνουν εξασθένηση της μνήμης και της προσοχής, ήπιες διαταραχές του λόγου, διαταραχές στην εκτέλεση λεπτών χειρισμών και ελάττωση της αντίδρασης σε αισθητηριακά ερεθίσματα. Στις συγκεντρώσεις αυτές, διατηρείται η πνευματική διαύγεια και το άτομο δεν έχει την αίσθηση της επίδρασης που ασκεί το αλκοόλ στον οργανισμό του.

Επιδράσεις στο ήπαρ και στο πεπτικό σύστημα

Η γνωστότερη και σημαντικότερη βλαπτική επίδραση της χρόνιας πέραν της συνήθους μέτριας κατανάλωσης αλκοόλ είναι η κίρρωση του ήπατος. Οι χρόνιοι χρήστες αλκοόλης έχουν κατά μέσο όρο 7,5 φορές μεγαλύτερη πιθανότητα να εκδηλώσουν ηπατική κίρρωση από ότι οι μη χρήστες ενώ ειδικά οι άνδρες που κάνουν υψηλή κατανάλωση έχουν μέχρι και 13 φορές μεγαλύτερη πιθανότητα. Η κίρρωση του ήπατος είναι το τελικό στάδιο μιας χρόνιας και συνήθως ασυμπτωματικής ηπατικής βλάβης, της καλούμενης αλκοολικής ηπατίτιδας.

Αλκοόλ και καρκίνος

Η κατανάλωση αλκοόλ οδηγεί στην ανάπτυξη διαφόρων τύπων καρκίνων του πεπτικού συστήματος όπως του στόματος, του φάρυγγα, του οισοφάγου, του ήπατος, του παγκρέατος κ.λπ. Ο κίνδυνος ανάπτυξης καρκίνου του πεπτικού συστήματος είναι συνολικά τετραπλάσιος σε σχέση με τους μη χρήστες αλκοόλ.

Επιδράσεις στο νευρικό σύστημα

Στο νευρικό σύστημα, η υπερβολική και παρατεταμένη κατανάλωση αλκοόλ προκαλεί ποικίλες βλάβες του εγκεφάλου και των περιφερικών νεύρων. Οι βλάβες αυτές μπορούν να οδηγήσουν σε σημαντικές αναπηρίες διαφόρων μορφών. Επιπλέον, μπορεί να εμφανισθούν επιληψία, περιφερική πολυνευροπάθεια και σύνδρομο Wernicke - Korsakoff. Ο σχετικός κίνδυνος για την επιληψία, ήδη από τη μεσαία κατανάλωση αλκοόλ, είναι μέχρι και 7,5 φορές μεγαλύτερος σε σύγκριση με αυτούς που δεν κάνουν χρήση αλκοόλ. Επίσης, η κατανάλωση αλκοόλ αυξάνει τη συχνότητα εκδήλωσης θανατηφόρων ή μη θανατηφόρων αγγειακών επεισοδίων του εγκεφάλου, με ένα σχετικό κίνδυνο που μπορεί να φτάσει στους άνδρες το 2,38, αλλά στις γυναίκες να προσεγγίζει το 8 (ο κίνδυνος δηλαδή είναι 8 φορές μεγαλύτερος).

Ισχαιμική καρδιόπαθεια και διαβήτης

Είναι διαπιστωμένο ότι η μικρή ως μέτρια κατανάλωση αλκοόλ έχει θετικό προστατευτικό αποτέλεσμα στην πιθανότητα εμφάνισης ισχαιμικής καρδιόπαθειας καθώς και σακχαρώδη διαβήτη. Εντούτοις, το θετικό αποτέλεσμα αντιστρέφεται όταν η κατανάλωση ξεπεράσει κατά μέσο όρο τα 40 γραμμάρια αλκοόλης την ημέρα για τις γυναίκες και τα 60 γραμμάρια για τους άνδρες. Στην υψηλότερη κατανάλωση οινοπνεύματος παρατηρείται αύξηση του σχετικού κινδύνου για ισχαιμική καρδιόπαθεια η οποία στους άνδρες μπορεί να φτάσει μέχρι 65%. Παράλληλα, σε υψηλή κατανάλωση το αλκοόλ προκαλεί ταχυκαρδία, υπέρταση, καρδιακές αρρυθμίες και αλκοολική μυοκαρδιοπάθεια.

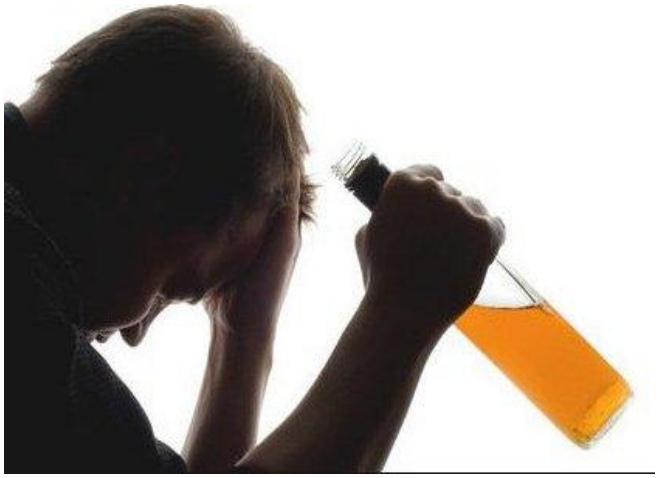
Επιδράσεις στο αναπνευστικό σύστημα

Η χρόνια χρήση αλκοόλ στο αναπνευστικό σύστημα μπορεί να προκαλέσει κρίσεις άπνοιας κατά τον ύπνο, χρόνια αποφρακτική πνευμονοπάθεια από χημικό ερεθισμό των πνευμόνων, πνευμονία και καρκίνο του λάρυγγα και των πνευμόνων.

Επιδράσεις κατά την κύηση

Κατά την κύηση, η συστηματική κατανάλωση αλκοόλ προκαλεί στο έμβρυο σοβαρές βλάβες. Μπορούν να προκληθούν αυτόματη αποβολή, χαμηλό βάρος γέννησης, συγγενείς ανωμαλίες, νευρολογικές αναπηρίες, διανοητική καθυστέρηση, ηπατικές βλάβες κ.λπ. Οι βλάβες είναι συχνότερες όταν η κατανάλωση του αλκοόλ γίνεται κατά το πρώτο τρίμηνο της κύησης κατά το οποίο ακόμη και μια μέτρια κατανάλωση αλκοόλ (1 - 2 ποτά την ημέρα) μπορεί να οδηγήσει σε εμβρυϊκές βλάβες.

ΑΛΚΟΟΛΙΣΜΟΣ-ΕΞΑΡΤΙΣΕΙΣ



Η εξάρτηση από το αλκοόλ είναι μια νόσος του εγκεφάλου με υψηλές πιθανότητες προοδευτικής επιδείνωσης. Το αλκοόλ είναι τοξικό για τα περισσότερα όργανα του σώματος, ενώ το επίπεδο κατανάλωσης είναι στενά συνδεδεμένο με τον κίνδυνο μακροπρόθεσμης νοσηρότητας και θνησιμότητας. Το αλκοόλ αποτελεί αιτιολογικό παράγοντα για περισσότερες από 60 ασθένειες και τραυματισμούς. Η εξάρτηση από το αλκοόλ επηρεάζεται σημαντικά από γενετικούς και περιβαλλοντικούς παράγοντες. Οι γενετικοί παράγοντες υπολογίζεται ότι αντιπροσωπεύουν το 60% του κινδύνου εκδήλωσης της νόσου. Ένα βασικό χαρακτηριστικό της εξάρτησης από το αλκοόλ είναι η συχνά ακατανίκητη επιθυμία για αλκοόλ. Οι ασθενείς αντιμετωπίζουν δυσκολίες στον έλεγχο της κατανάλωσης του αλκοόλ και συνεχίζουν να το καταναλώνουν παρά τις επιβλαβείς επιπτώσεις που αυτό επιφέρει. Η διάγνωση της εξάρτησης από το αλκοόλ απαιτεί τουλάχιστον τη συνύπαρξη τριών από τα έξι κριτήρια στην κατάταξη κατά όπως ορίζονται από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας. Η υπέρμετρη κατανάλωση αλκοόλ είναι συχνή σε πολλές χώρες στον κόσμο. Ειδικά στην Ευρώπη περισσότεροι από 14 εκατομμύρια άνθρωποι είναι εξαρτημένοι από το αλκοόλ, την ίδια στιγμή που το θεραπευτικό κενό είναι τεράστιο, καθώς μόλις το 8% αυτών τυγχάνουν οποιασδήποτε θεραπείας. Τόσο η αποχή όσο και η μείωση της κατανάλωσης θα έπρεπε να θεωρούνται μέρος μιας ολοκληρωμένης θεραπευτικής προσέγγισης για ασθενείς εξαρτημένους από το αλκοόλ.
Ενώ η εξάρτηση από το αλκοόλ είναι υπεύθυνη για το θάνατο περίπου 120.000 Ευρωπαίων κάθε χρόνο, ηλικίας από 15 έως 64 ετών, Σύμφωνα με πρόσφατη έρευνα, εάν το ποσοστό των ασθενών που λάμβαναν

θεραπεία αυξανόταν στο 40%, θα μπορούσαν να σωθούν 11.700 ζωές ετησίως.

Οι επιπτώσεις της εξάρτησης από το αλκοόλ στην κοινωνία

Η μελέτη παραθέτει επίσης για πρώτη φορά ποσοτικά στοιχεία για το βαθμό που η εξάρτηση σχετίζεται άμεσα με την αυξημένη θνησιμότητα από την κατανάλωση αλκοόλ. Το 70% όλων των θανάτων που οφείλονται στην κατανάλωση αλκοόλ, αποδίδεται ευθέως στην εξάρτηση από αυτό.
Σημαντικά συμπεράσματα προκύπτουν και ως προς τις συνέπειες της κατανάλωσης αλκοόλ για την κοινωνία, που ποικίλουν από εγκλήματα και αυτοκινητιστικά ατυχήματα μέχρι ανεργία και ενδοοικογενειακά προβλήματα (παραμέληση ανηλίκου, διαζύγια, κ.α.). Το συνολικό κόστος για την κοινωνία εκτιμήθηκε στα €115,8 δις το 2010, με το 62% του ποσού αυτού να αποδίδεται στην υψηλή κατανάλωση αλκοόλ λόγω εξάρτησης.
Η παραπάνω μελέτη καθιστά σαφή την ανάγκη για θεραπεία της εξάρτησης από το αλκοόλ με στόχο τη μείωση τόσο του ποσοστού θνησιμότητας, όσο και των ασθενειών που οφείλονται σε αυτήν. Η θεραπεία θα πρέπει να ενταχθεί στο πλαίσιο της ευρωπαϊκής πολιτικής για το αλκοόλ και να λειτουργεί συνδυαστικά με μέτρα όπως η αυξημένη τιμή πώλησης, η απαγόρευση της διαφήμισης ποτών ή η περιορισμένη διαθεσιμότητά σε μεμονωμένες ομάδες πολιτών.

Εξάρτηση από το αλκοόλ στην Ελλάδα

Σύμφωνα με εκτιμήσεις του Εθνικού Κέντρου Τεκμηρίωσης 200.000 Έλληνες πάσχουν από εξάρτηση από το αλκοόλ, ενώ υπολογίζεται ότι περίπου 5.000 θάνατοι ετησίως οφείλονται σε αιτίες που σχετίζονται με την υπερβολική κατανάλωση.
Η εξάρτηση από το αλκοόλ είναι μια νόσος του εγκεφάλου
η εξάρτηση από το αλκοόλ αποτελεί ασθένεια με υψηλές πιθανότητες προοδευτικής επιδείνωσης7,8, που επηρεάζεται σημαντικά τόσο από γενετικούς όσο και από περιβαλλοντικούς παράγοντες. Οι γενετικοί παράγοντες υπολογίζεται ότι αντιπροσωπεύουν το 60% του κινδύνου

εκδήλωσης της νόσου, ενώ το επίπεδο κατανάλωσης είναι στενά συνδεδεμένο με τον κίνδυνο μακροπρόθεσμης νοσηρότητας και θνησιμότητας. Χαρακτηριστικό γνώρισμα της εξάρτησης από το αλκοόλ αποτελεί η συχνά ακατανίκητη επιθυμία για αλκοόλ με τον ασθενή να αντιμετωπίζει δυσκολία στον έλεγχο της παρά τις επιβλαβείς επιπτώσεις της κατανάλωσης αλκοόλ. Η εξάρτηση από το αλκοόλ είναι συγκρίσιμη με άλλες χρόνιες παθήσεις όπως ο διαβήτης, το άσθμα και η υπέρταση ως προς την ευπάθεια, την εμφάνιση και τελικά την εξέλιξη της νόσου.

Νέα δεδομένα από τις κλινικές μελέτες για τη ναλμεφένη παρουσιάστηκαν σε πρόσφατο επιστημονικό συνέδριο, επιβεβαιώνοντας τη δραστικότητά της

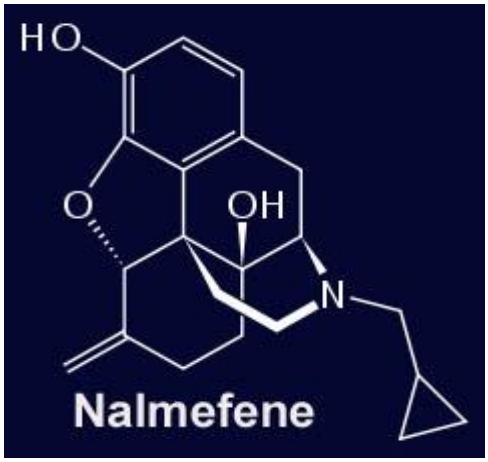
Στο 21ο Ευρωπαϊκό Συνέδριο Ψυχιατρικής, που πραγματοποιήθηκε στη Νίκαια της Γαλλίας μεταξύ 6-9 Απριλίου 2013, παρουσιάστηκαν νέα δεδομένα για την αποτελεσματικότητα της ναλμεφένης της πρώτης εγκεκριμένης θεραπείας για τη μείωση της κατανάλωσης αλκοόλ. Τα δεδομένα προέκυψαν από τις τρεις κλινικές μελέτες οι οποίες αποτέλεσαν και τη βάση για την άδεια κυκλοφορίας της από τον Ευρωπαϊκό Οργανισμό Φαρμάκων τον Φεβρουάριο 2013.

Οι δύο πανομοιότυπες στον σχεδιασμό τους μελέτες, διάρκειας έξι μηνών η κάθε μία έδειξαν ότι ασθενείς που έλαβαν θεραπεία με ναλμεφένη μείωσαν συνολικά την κατανάλωση αλκοόλ περισσότερο από 40% κατά μέσο όρο μέσα στον πρώτο μήνα και κατά 60% περίπου μετά από διάστημα έξι μηνών ποσοστά σημαντικά υψηλότερα από εκείνα που προέκυψαν με θεραπεία με εικονικό σκεύασμα που επίσης χρησιμοποιήθηκε για τις ανάγκες των κλινικών μελετών. Η μελέτη διάρκειας ενός έτους επιβεβαίωσε ότι η δράση της ναλμεφένη διατηρείται και επιπλέον βελτιώνεται μετά από ένα χρόνο θεραπείας, οδηγώντας έτσι σε μείωση της κατανάλωσης αλκοόλ κατά 67% συνολικά ποσοστό που ισοδυναμεί σχεδόν με ένα μπουκάλι κρασί την ημέρα.

Σύμφωνα με το Ινστιτούτου Έρευνας για την Εξάρτηση του Πανεπιστημίου του Άμστερνταμ, η οριστική διακοπή της κατανάλωσης αλκοόλ συχνά δεν αποτελεί εφικτό ή ακόμη και αποδεκτό στόχο για πολλούς ασθενείς που είναι εξαρτημένοι από αυτό και συνεπώς η ναλμεφένη αποτελεί μια σημαντική συμβολή στις υπάρχουσες θεραπευτικές επιλογές οι οποίες στοχεύουν στη διατήρηση της πλήρους αποχής. Η μείωση της κατανάλωσης αλκοόλ που μπορεί να προσφέρει η ναλμεφένη μπορεί να ωφελήσει όχι μόνο τους ίδιους τους ασθενείς και τις οικογένειές τους αλλά και το εργασιακό τους περιβάλλον και την κοινωνία γενικότερα».

Σχετικά με τη ναλμεφένη

Η ναλμεφένη ενδείκνυται για τη μείωση της κατανάλωσης του αλκοόλ σε ενήλικες ασθενείς με εξάρτηση που βρίσκονται σε υψηλό επίπεδο κινδύνου κατανάλωσης αλκοόλ 60γρ./ημέρα για άντρες και 40γρ./ημέρα για τις γυναίκες) δεν αντιμετωπίζουν στερητικό σύνδρομο και δεν χρήζουν άμεσης απεξάρτησης. Η ναλμεφενη πρέπει να συνταγογραφείται σε συνδυασμό με συνεχή ψυχοκοινωνική υποστήριξη που εστιάζει στη συμμόρφωση με τη θεραπεία και στη μείωση της κατανάλωσης αλκοόλ. Η θεραπεία πρέπει να ξεκινά μόνο σε ασθενείς που συνεχίζουν να έχουν υψηλό επίπεδο κινδύνου κατανάλωσης αλκοόλ δύο εβδομάδες μετά την αρχική εκτίμηση. Η ναλμεφένη λαμβάνεται τις ημέρες που ο ασθενής πρόκειται να καταναλώσει αλκοόλ, ένα δισκίο κατά προτίμηση 1-2 ώρες πριν από την πιθανή ώρα της κατανάλωσης.



ΠΗΓΕΣ

- http://www.bestrong.org.gr/el/health/alcoholrestriction/alcoholhistory/

- http://www.bestrong.org.gr/el/health/alcoholrestriction/alcoholism/whatisalcoholism/

- https://www.google.gr/webhp?sourceid=chrome-instant&ion=1&ie=UTF-8#hl=el&q=%CE%B1%CE%BB%CE%BA%CE%BF%CE%BF%CE%BB+%CE%BA%CE%B1%CE%B9+%CF%85%CE%B3%CE%B5%CE%B9%CE%B1&spell=1&sa=X&ei=ijJpUfS7OYqb0QWH0YDABA&ved=0CCcQBSgA&bav=on.2,or.r_qf.&fp=4b7630c073141876&biw=1024&bih=647&ion=1