

סם האלכוהול

ד"ר ס. מרצ'בסקי
מרפאת הבטנים - יחידת הסמים

www.ebetim.co.il

ebetim@ebetim.co.il



האלכוהול נוצר בטבע על ידי תסיסת סוכרים, אשר נפסקת, באופן טבעי, כאשר האלכוהול מגיע לריכוז של כ- 15% בתמיסה. לכן אין משקאות טבעיים בעלי אחוז אלכוהול מעבר לכך. כדי להגביר את כמות האלכוהול במשקה צריך לבצע תהליכי זיקוק, דהיינו הוצאת המים מהתמיסה.

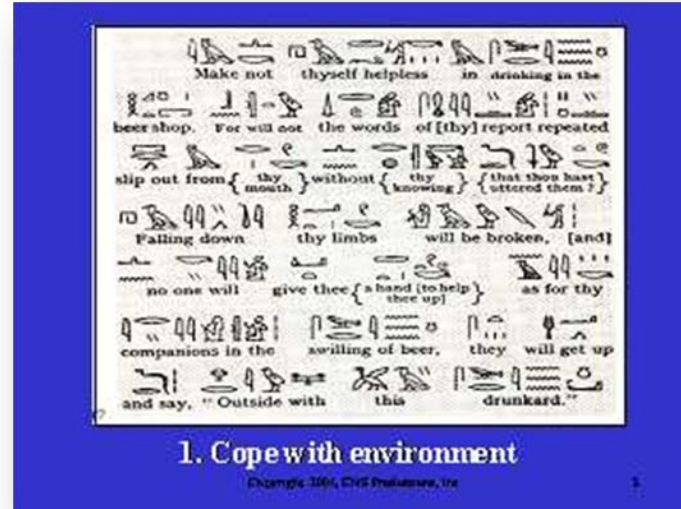




לא לכוהול היסטוריה ארוכת שנים

אלכוהול הוא חומר
אשר השפיע רבות
על החברה אנושית.

אימפריות נפלו
בגלל השפעתו!!!!

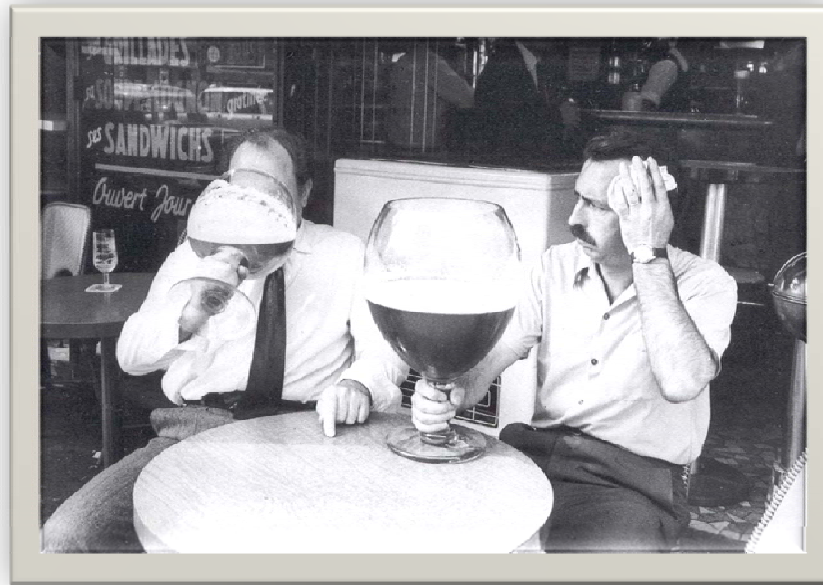


This ancient writing advises moderation in barley beer drinking as well as avoidance of other compulsive behaviors.

The beer was used as a reward to Egyptian peasants, especially those working on the pyramids. The effects of the beer let the peasants forget the misery they lived in. See pp. 8-9.



ההבדל היחידי בין המשקאות הוא
בריכוז האלכוהול ובחומרים הנלווים. אין
שום חשיבות למה שותים, הדבר היחיד
הקובע הוא כמות האלכוהול הנמצא
במשקה:



האלכוהול (Ethanol) הוא סם חלש ביותר שצריכתו נמדדת בגרמים לקילוגרם משקל הגוף, להבדיל מסמים אחרים (חזקים), שנמדדים במיליגרמים לקילוגרם משקל הגוף. חרף זאת הוא גורם לבעיות ונזקים גופניים חמורים.

How Much Is a Drink?

In the United States, a drink is considered to be 0.5 ounces (oz) or 15 grams of alcohol, which is equivalent to 12 oz (355 milliliters [mL]) of beer, 5 oz (148 mL) of wine, or 1.5 oz (44 mL) of 80-proof distilled spirits.



האלכוהול כמו כל סם אחר משפיע על מגוון
אתרים במוח והשפעותיו קשורות לפעולות
אלו.

השפעת האלכוהול תלויה בכמות
ששתינו, באורך הזמן של השתייה
ובמשקל גופנו.



השפעות האלכוהול לטווח קצר וארוך:

ההשפעה על הגוף	רמת אלכוהול
אנשים שאינם שתיינים מורגלים מתחילים להרגיש השפעת מה. זהו הריכוז שמגיעים אליו בדרך כלל אחרי שתיית כוסית אחת.	20 מג% (ריכוז בדם)
רוב האנשים מתחילים להרגיש רפויים - רגועים.	40 מג%
הפרעה בשיפוט - אנשים מתקשים לקבל החלטות רציונליות, למשל להעריך נכונה את יכולתם לנהוג.	60 מג%
ליקוי ברור בקואורדינציה וביכולת הנהיגה.	80 מג%
ליקוי ברור בזמן תגובה ושליטה עצמית.	100 מג%
הקאות - אלא אם כן השתייה עד רמה כזאת הייתה הדרגתית.	120 מג%
הפרעות בשיווי משקל. התנהגות בולטת של שכרות קשה.	150 מג%
אנשים רבים מאבדים את ההכרה.	300 מג%
חלק מהאנשים מתים.	400 מג%
הפסקת הנשימה - מוות	450 מג%

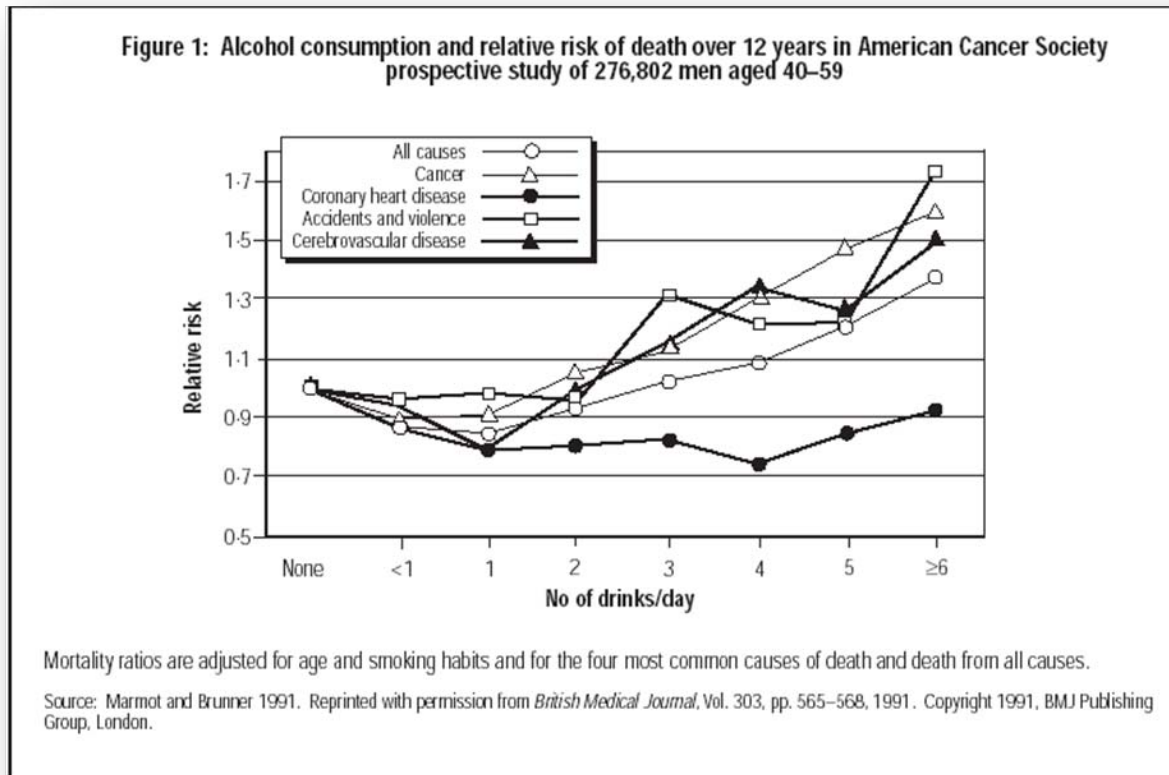


שתיית כמות גדולה של אלכוהול, בזמן קצר יחסית,
עלולה לגרום לתופעות הבאות המוצגות מהקל
לחמור בהתאם לכמות השתייה:

אופוריה, איבוד עכבות, דברנות, בטחון עצמי מופרז,
התנהגות לא מרוסנת ולעיתים אלימה, דיבור עילג,
הפרעות בקואורדינציה, הליכה לא יציבה, סחרחורות,
הפרעות בתפקוד קוגניטיבי (כגון זיכרון, ריכוז
ושיפוט) קהות חושים, בלבול, נמנום, תרדמת וסכנת
מוות בדום נשימתי. בנוסף עלולים להופיע
סימפטומים כמו: דופק מהיר וחלש, התרחבות כלי
דם, תת לחץ דם והיפותרמיה (איבוד חום), איבוד
נוזלים ע"י הזעה והשתנת יתר. בעת הבדיקה יש
לודא שסימפטומים אלה אינם תוצאה של בעיות
רפואיות גופנית או נפשיות אחרות.

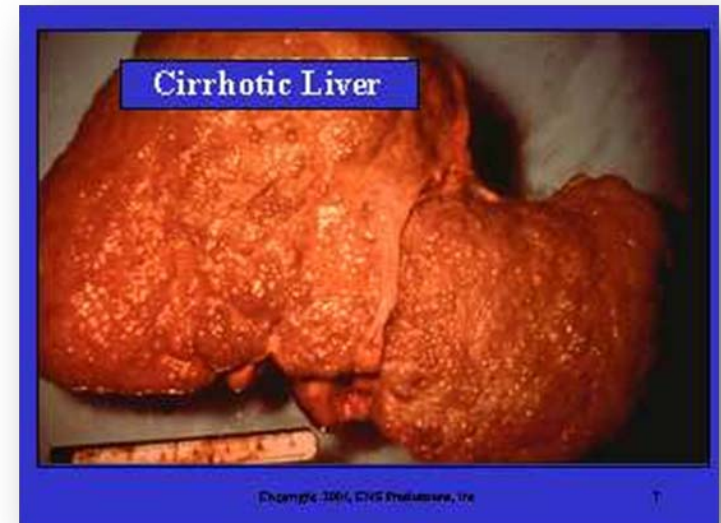
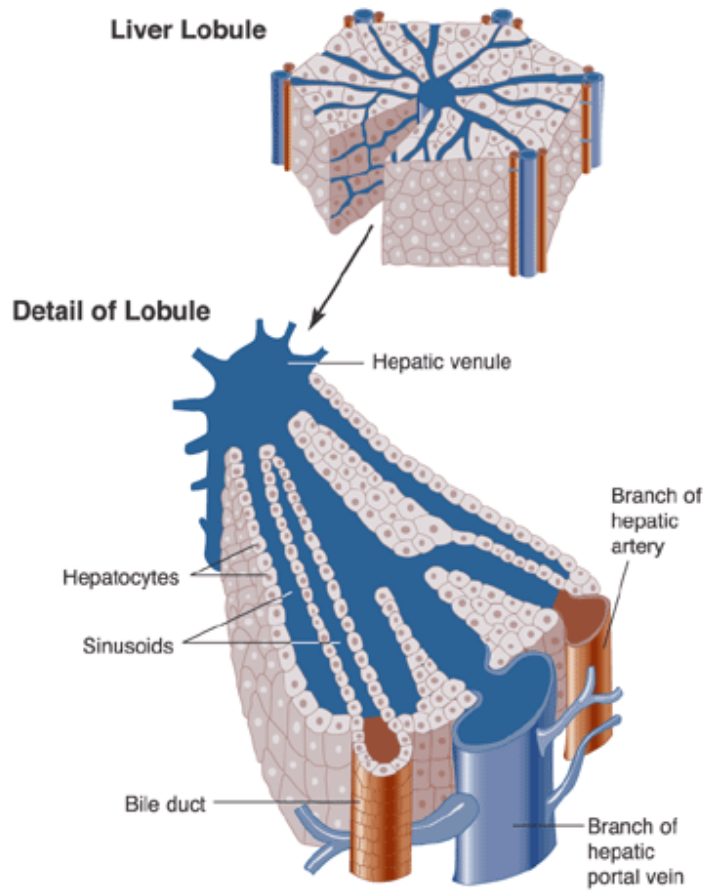


לא לכוהול גם השפעות בריאותיות חיוביות, אך בשל סכנותיו ארגון הבריאות העולמי נמנע מלהמליץ עליו כעל דרך למניעת מחלות לב:

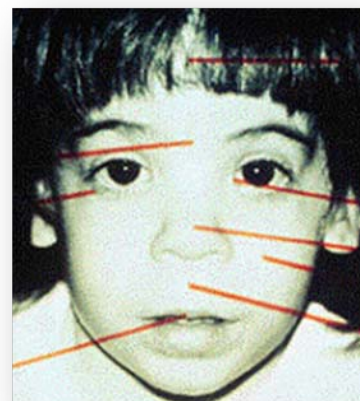


בכמויות גדולות, כאשר יש התמכרות לאלכוהול,
קיימת השפעה הרסנית על כל מערכות הגוף

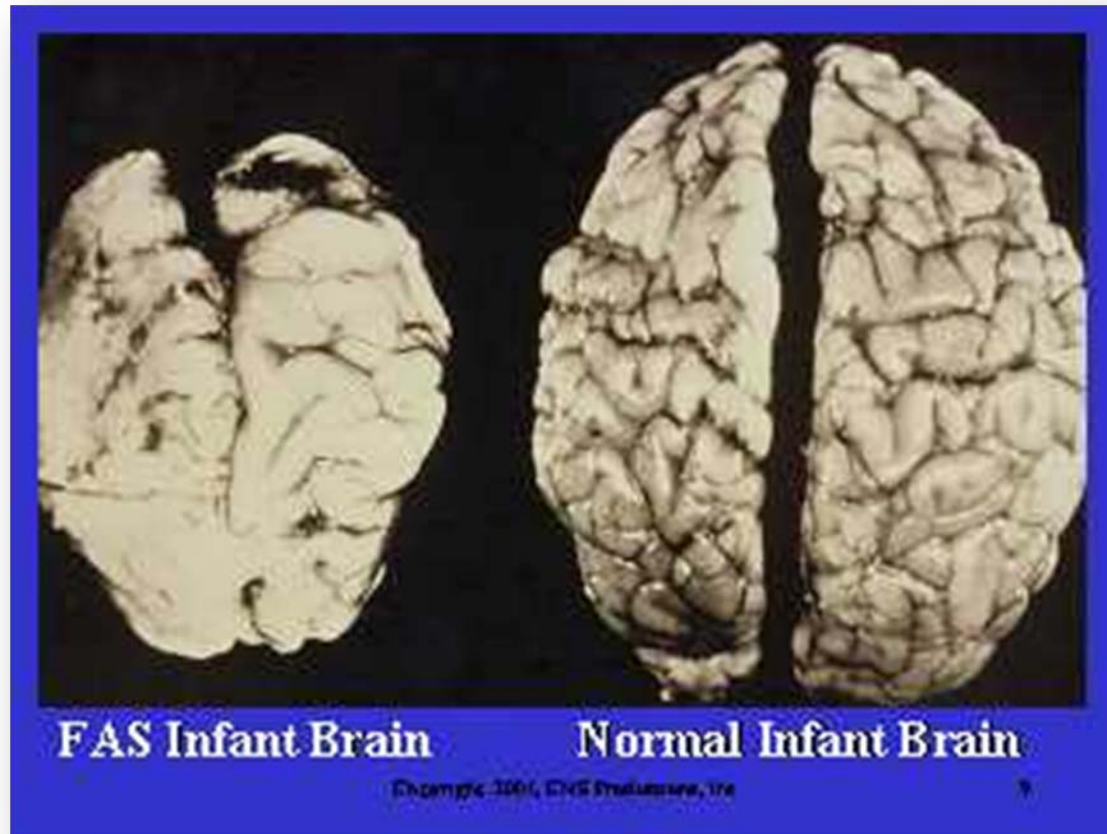




כאשר אישה בהריון
שותה אלכוהול
בכמויות גדולות, תהיה
לכך השפעה הרסנית
על העובר



נזקים מוחיים ב-FAS



מאפיינים: ליקויי גדילה המתבטאים במשקל ובאורך של העובר מתחת לאחוזון העשירי, ביחס לגיל ההיריון. מבחינים גם במעורבות של המערכת העצבים המרכזית הגורמת לליקויים נוירולוגיים, הפרעות בהתנהגות, איחור בהתפתחות, מוגבלות שכלית עד פיגור ומלפורמציות במבנה המוח.

סימנים אחרים הם ליקויים מורפולוגיים של הפנים: גולגולת קטנה (מיקרוצפליה), מפתח עין קטן (מיקרופטלמיה), החלק המרכזי של הפנים מאורך, היעדר השקע בשפה העליונה, פה רחב, שפה עליונה צרה, עצם האף שטוחה, לסת תחתונה קטנה, קפל עור אופייני בזווית הפנימית של העין (צורת עין אוריינטלית) וחיבור נמוך של האוזניים.



הבעיות הרפואיות הקשורות לשימוש באלכוהול הן משלושה סוגים:

- כאשר אדם שותה "כמו כולם" – באופן נורמטיבי.
- כאשר אדם שותה הרבה יותר מהרגיל, אך אינו סובל מהתמכרות פיזית לאלכוהול.
- כאשר קיימת התמכרות פיזית לאלכוהול.



מה עושים בכל מקרה ומקרה?

- כאשר אדם שותה "כמו כולם" – באופן נורמטיבי - אין צורך לעשות הרבה, פרט לזהירות בנושא נהיגה. הקשיבו לקמפיינים השונים של המועצה הלאומית למניעת תאונות ופעלו על פי המלצתה: אם שותים לא נוהגים !!!!!!!!!!!!!



מה עושים בכל מקרה ומקרה?

- כאשר אדם שותה הרבה יותר מהרגיל, אך אינו סובל מהתמכרות פיזית לאלכוהול - במקרים אלו נדרש בעיקר ייעוץ אצל פסיכולוג או רופא אשר קיבלו הכשרה בטיפול בנושא.
- אין ללחוץ על אנשים אלו להפסיק לשתות באופן מוחלט, כי לרוב הדבר יביא להתנגדות יותר מאשר לשיתוף פעולה. עדיף לקבוע מדיניות המשך השתייה שלהם במסגרת הטיפול הפסיכולוגי.



מה עושים בכל מקרה ומקרה?

- כאשר אדם סובל מתסמונת גמילה לאלכוהול -
כאשר הוא סובל מ"אלכוהוליזם": יש צורך בטיפול
מקצועי רופאי לטיפול בתסמונת הגמילה.
יש צורך בטיפול פסיכולוגי אצל מטפל אשר מכיר
את הנושא.
ניתן להיעזר על ידי טיפול תרופתי, יש כמה
תרופות שיתכן מאד שמפחיתות את הצורך לשתות
אלכוהול, כגון "נלטרקסון" ו"טופאמקס".



במרפאת הבטים אנו מספקים טיפול כוללני
לאנשים הסובלים מבעיות אלכוהול בכל
הרמות, פרט לאותם האנשים הזקוקים
לאשפוז לצורך גמילה פיזית.
נשמח לקבוע פגישת ייעוץ גם עם בני
המשפחה במקרים שהמטופל עדיין לא
החליט לבוא לטיפול

