**Алкоголизм - симптомы и лечение**

**Определение болезни. Причины заболевания**

**Алкоголизм** — это психическая и физическая зависимость человека от приёма напитков, содержащих этанол. Они становятся необходимыми, так как помогают снимать психическое напряжение или улучшать физическое состояние, которое ухудшилось как раз из-за отмены или долгого неупотребления алкоголя.

**Вред алкоголя для организма человека**

Алкголизм приводит к прогрессирующей деградации личности и характерным поражениям внутренних органов: печени (гепатит, гепатохолецистит, [цирроз печени](https://probolezny.ru/cirroz-pecheni/)), ЖКТ (панкреатит, [гастрит](https://probolezny.ru/gastrit-hronicheskiy/), язва желудка и [двенадцатиперстной кишки](https://probolezny.ru/yazvennaya-bolezn-dvenadcatiperstnoy-kishki/)), сердца (кардиомиопатия, [гипертония](https://probolezny.ru/arterialnaya-gipertenziya/), [миокардиодистрофия](https://probolezny.ru/miokardiodistrofiya/), кардиосклероз), лёгких (туберкулёз из-за снижения иммунитета). Больные психически деградируют, у них сужается круг интересов, нарушаются когнитивные способности, снижается интеллект. Алкогольная зависимость — самая распространённая разновидность расстройств, связанных с употреблением психоактивных веществ. По данным Всемирной организации здравоохранения, из-за злоупотребления алкоголем ежегодно во всём мире умирает 2,5 млн человек. Мужчины, как правило, пьют чаще и больше женщин, поэтому риск развития алкоголизма у них гораздо выше ДНК мужчин устроено иначе, из-за чего способность мужского организма прикрывать неблагоприятные рецессивные признаки гораздо слабее чем у женщин.

**Почему одни люди становятся алкоголиками, а другие нет**

Наследственный (генетический) фактор сказывается на скорости повреждения обменных процессов в организме. При нарушении фрагментов генов, участвующих в метаболизме алкоголя, снижается возможность организма компенсировать повреждения и регулировать другие процессы. Это увеличивает риск не только развития алкоголизма, но и заболеваний, связанных с этой зависимостью (например, цирроза печени).

Зависимость формируется по отношению к тем веществам, которые по своей химической структуре напоминают вещества самого организма или могут принимать участие в процессах метаболизма. В связи с приёмом таких токсичных веществ нарушается активность естественных ферментов, а после перерыва в приёме спиртного возникает напряжение. Чтобы снять его, зависимые люди компенсируют недостаток естественных ферментов очередной порцией алкоголя.

В число неблагоприятных факторов, ведущих к формированию зависимости, следует отнести и этнологический фактор. Скорость нарушения метаболизма у коренных народов Европы намного ниже, чем у коренных народов, населяющих Россию. У малых северных народов, коренных народов Азии и американских индейцев генофонд позволяет развиваться зависимостям намного быстрее.

**Какие факторы ускоряют развитие алкоголизма**

На развитие алкоголизма влияют такие факторы, как

* бытовая неустроенность, сложности в профессиональной сфере и личной жизни;
* неблагополучное, пьющее окружение;
* депрессия и другие расстройства личности.

В целом злоупотребление алкоголем может провоцировать любой психогенный фактор — как положительный, так и отрицательный. Основной показатель в таком случае — это частота употребления, принятая в конкретном окружении.

**Как отличить алкоголика от выпивающего**

Основной признак алкогольной зависимости - это растущая потребность в алкоголе в периоды стресса, неприятных ситуаций. Мотивом к употреблению может стать любой фактор, который повышает уровень напряжения человека. В формировании первичного влечения большую роль играет месячный биологический ритм. Его задача - помогать организму приспосабливаться к условиям жизни. При приёме алкоголя в течение месяца скорость метаболизма меняется, а вместе с ним и скорость синтеза ферментов. Чаще всего на фоне такого снижения формируется запой -длительное пьянство, остановить которое проблематично не только окружающим, но и самому больному.

**Изменения личности, основные признаки при алкоголизме**

В отсутствии алкоголя или другого психоактивного вещества человек становится обессиленным, нервным, дисфоричным - мрачным, раздражительным. По мере прогрессирования алкоголизма человеку сложнее контролировать ситуацию и объём выпитого, начинают формироваться амнезии на период опьянения, изменяется поведение, ухудшается эмоциональное состояние.Чтобы вывести человека из запоя, близкие часто прибегают к психологической помощи. Но если болезнь прогрессирует, прекратить запой сможет только медикаментозное лечение.

**Классификация и стадии развития алкоголизма**

Выделяют три стадии алкоголизма.

**Первая стадия алкоголизма** — преклиническая (начальная). Её основной признак- неформальное наличие наркологических проблем. При положительном влиянии работы и семьи человек может более-менее успешно решить или погасить моменты социального напряжения без помощи извне.В этот период человек употребляет алкоголь нерегулярно. У него возникают случаи псевдозапоя -теряется контроль за количеством выпитого. Толерантность (степень переносимости) к алкоголю повышается. В картине опьянения преобладает эйфория. Уровень охваченности влечением относительно невысок. Влияние семьи и окружающих может помочь или заставить больного прекратить пьянство. Физическое и интеллектуальное состояние человека существенно не ухудшается, так как ферментная система и утилизация психоактивных веществ нарушены слабо. За наркологической помощью такие пациенты обращаются крайне редко.

**Вторая стадия алкоголизма** — формирование физической зависимости. В этой стадии состояние больного не позволяет отказаться от приёма алкоголя, так как организму необходимо компенсировать внутренний дефицит. Достоверный признак — амнезия опьянения. Во второй стадии приём алкоголя становится более регулярным. В связи с этим увеличивается количество проблем и конфликтов в семье или на работе. Физические и интеллектуальные способности относительно сохраняются. На фоне высокой толерантности и утраты количественного контроля выпитого эйфория в картине опьянения постепенно сменяется торможением или раздражительностью. В этот период меняется сама личность: вне приёма алкоголя и в периоды интоксикаций больной становятся нервозными, отмечается пониженное или повышенное настроение, которое не связано с внешними раздражителями, появляются неоправданно яркие эмоциональные реакции. Обратиться к врачу больного вынуждает стремление сохранить стабильность своего окружения. В предотвращении алкогольного эпизода на этой стадии большую роль может играть борьба мотивов — состояние, когда больной чувствует, что решение о принятии алкоголя противоречит другим его потребностям — сохранению семьи, работы и т. д. Уровень охваченности влечением стремительно нарастает перед запоем и падает после употребления спиртного. Как правило, во второй стадии больной ещё достаточно сохранён, чтобы работать и участвовать в делах семьи, начинает давать адекватную оценку своему болезненному состоянию в периоды трезвости и, при определённом уровне воздействия извне, может отложить употребление алкоголя. Форма пьянства во второй стадии — истинные запои. Они связаны с высоким напряжением ферментных систем. Формируются признаки отмены алкоголя, которые больные вынужденно купируют дополнительным приёмом спиртного либо медикаментозным путём.

**Третья стадия алкоголизма** — стадия деградации. В этот период больной не в состоянии решить возникшие проблемы — распадается семья, из-за периодических прогулов увольняют с работы. Приём алкоголя становится практически постоянным, меняется только интенсивность. На третьей стадии алкоголизма уровень охваченности влечением высокий. Алкоголь становится необходимым для того, чтобы поддерживать жизненно необходимые ферментные системы. Толерантность относительно снижается из-за большого объёма выпитого на протяжении всего времени. В картине опьянения преобладает торможение. На решение об употреблении спиртного борьба мотивов, как таковая, уже не влияет. В связи с токсическим характером пьянства меняется не только уровень метаболизма, но и ухудшается работа отдельных органов и систем. Возникают значительные соматические и интеллектуальные нарушения. Изменения личности носят тотальный характер. Развивается энцефалопатия, полинейропатия, [деменция](https://probolezny.ru/demenciya/), при этом снижается уровень трудоспособности — наступает неформальная инвалидизация. Неформальной она называется потому, что больные, несмотря на фактическую инвалидизацию, редко обращаются за медицинской помощью.

 **Осложнения алкоголизма**

При хроническом алкоголизме из-за длительной интоксикации поражается нервная система. Поэтому при выходе из запоя у зависимого может возникнуть [алкогольный делирий](https://probolezny.ru/alkogolnyy-deliriy/) — белая горячка. Иногда наблюдаются галлюцинозы, бредовые состояния, депрессия и алкогольная эпилепсия. Эти состояния, в отличие от белой горячки, не всегда связаны с резким отказом от спиртных напитков. Постепенно больные психически деградируют, у них сужается круг интересов, нарушаются когнитивные способности, снижается интеллект и т. д. Развал семьи, отсутствие регулярной работы, формирование соответствующего окружения довольно часто приводят к беспорядочной сексуальной жизни и заражению венерическими заболеваниями, СПИДу, снижению иммунитета и повышению риска банальных инфекций.

Всегда страдают наиболее уязвимые органы и системы:

* печень — гепатит, гепатохолецистит, [цирроз печени](https://probolezny.ru/cirroz-pecheni/);
* ЖКТ — панкреатит, [гастрит](https://probolezny.ru/gastrit-hronicheskiy/), язва желудка и [двенадцатиперстной кишки](https://probolezny.ru/yazvennaya-bolezn-dvenadcatiperstnoy-kishki/);
* сердце — кардиомиопатия, [гипертония](https://probolezny.ru/arterialnaya-gipertenziya/), [миокардиодистрофия](https://probolezny.ru/miokardiodistrofiya/), кардиосклероз;
* лёгкие — туберкулёз (из-за снижения иммунитета).

 Эти нарушения начинают развиваться с первых дней злоупотребления алкоголем, причём чаще возникают у женщин, чем у мужчин. Обычно они становятся хроническими и требуют длительного лечения в стационаре. Помимо этого повышается риск развития рака ротоглотки, пищевода, желудка, печени, толстой и прямой кишки. На поздних стадиях алкоголизма нередко встречается алкогольная полинейропатия. Сначала возникают изменения в ногах - наступает мышечная слабость, появляется чувство онемения или покалывания. Если приём алкоголя не прекращается, то дело может дойти до энцефалопатии - ухудшается память, снижается внимание, замедляется мышление, быстро наступает утомление, возникает головокружение, болит голова. Находясь под влиянием алкоголя, зависимые люди часто травмируются, попадают в опасные ситуации, которые могу закончится инвалидизацией или смертью.

**Лечение алкоголизма**

Медикаментозная терапия направлена на последствия алкоголизма. С этой целью назначают препараты, которые влияют на выброс веществ, снижающих или повышающих эмоциональную активность. Такое лечение всегда приводит к разбалансированию гомеостаза (постоянства внутренней среды) и снижает уровень трудоспособности. Поэтому оно не является оптимальным вариантом купирования зависимости. Избавиться от алкоголизма можно только при грамотном сочетании возможных методов и строгом следовании принципов лечения.

**Может ли человек самостоятельно излечиться от зависимости**

Если это действительно зависимость, сформировавшаяся вследствие употребления алкоголя, то может. Для этого необходим микросоциум, который будет постоянно тормозить возможность употребления алкоголя – семья, дети, необходимость обеспечения семьи, необходимость участия в трудовых, общественных процессах и т.д. Но внутренний дефицит будет присутствовать и это, как правило, в той или иной степени сказывается на общении с окружающими.

**Можно ли заставить человека лечиться от алкозависимости**

Основной принцип лечения алкоголизма — ***добровольность.*** Обычно считают, что зависимые от алкоголя люди не хотят лечиться. На самом деле желание избавиться от алкоголизма есть (именно желание, а не согласие), но оно носит волнообразный характер. Для успешного лечения нужно сохранить стремление пациента к выздоровлению. С этой целью проводится психокоррекция, а именно гипноз. Он не всегда продлевает желание избавиться от алкоголизма, к тому же ему подвержены не все. Другой способ сохранить стремление к выздоровлению — медикаментозный. Чтобы он оказал должный эффект, лечащий врач должен владеть знаниями о биоритме и методикой сохранения минимальной напряжённости ферментных систем.

**Что делать, если у близкого проблемы с алкоголем**

Многое в лечении зависит от родственников больного. Чаще всего они сами страдают от пьянства члена семьи и пытаются его лечить. Но иногда у них присутствуют аналогичные проблемы или близкие к ним состояния. Всякое нарушение взаимоотношений, причиной которых стало пьянство, необходимо воспринимать как звонок — нужно срочно действовать, так как продолжительное употребление спиртного рано или поздно приведёт к формированию зависимости.

Первое, что нужно сделать, определить причины, которые служат для человека оправданием пьянства. Ими могут быть влияние самих пьянствующих близких, неудовлетворённость семейными отношениями, влияние друзей, коллег по работе и т. д. Если дело ещё не дошло до болезни, то достаточно сильного психогенного воздействия, чтобы решить проблему пьянства.

Окружающие не всегда замечают людей с алкогольной зависимостью: вплоть до третьей стадии болезни они кажутся вполне здоровыми личностями. Их изъян видят только в том, что они плохо поступают с близкими, плохо работают и т. д. Поэтому нужно быть внимательным ко всем родным и близким, кто употребляет алкоголь, чтобы вовремя обнаружить их зависимость.

Основой профилактики алкоголизма является влияние семьи. Дети впитывают всё, что видят рядом, без анализа. Их жизненное кредо весьма редко отличается от кредо родителей и окружающих. Например, если дети понимают, что родители могут обманывать или причастны к другим неблаговидным делам, то они будут вести себя так же. Аналогично и с алкоголем. Поэтому профилактику алкоголизма необходимо начинать не только с отсутствия в семье примера употребления психоактивных веществ, но и с воспитания чистоплотности в жизненных ситуациях.