



# Alcohol

## Als een vriend een vijand wordt

Uw gezondheid

Onze grootste zorg

 St-Jozefs  
kliniek  
Izegem

Patiënteninfo

### Doelstelling van deze folder

Deze infobrochure is bedoeld voor mensen die meer alcohol drinken dan in feite goed voor hen is en daardoor zowel persoonlijke als sociale problemen ervaren. Daarnaast is ze ook bedoeld voor mensen die om de een of andere reden in contact komen met mensen die een alcoholprobleem hebben.

Met deze folder hopen wij dat u:

- Een beter inzicht krijgt in het hoe en waarom van uw probleem.
- Via inzicht in uw problemen uiteindelijk de moedige stap zet om een nieuwe wending te geven aan uw leven.

### Wat betekent nu alcoholproblemen?

Drank, dat zo menig mens over een droeve bui heen helpt, zo menig feestje prettig doet verlopen, zo vele vriendschappen kleur geeft en remmingen doet verdwijnen is niet uit onze maatschappij weg te denken. Zowel thuis, in de vrije tijd als op het werk wordt men geconfronteerd met drank. Veel mensen kunnen hier mee omgaan en drinken bij gelegenheid of zelfs helemaal niet. Voor een niet onbelangrijk deel van onze maatschappij vormt drank echter wel een ernstig probleem en is er altijd een reden om te drinken.

Alcoholisme betekent dat iemand afhankelijk wordt van alcohol en dit zowel op geestelijk als op lichamelijk vlak. In wezen betekent dit volstrekte onzelfstandigheid, want je leven wordt voor een groot deel bepaald en gestuurd door alcohol. Alcoholisme wordt niet enkel bepaald door de hoeveelheid alcohol die men drinkt. De manier waarop je met drank omgaat zegt veel meer over het probleem.

Strikt genomen spreekt men van afhankelijkheid van alcohol als **minstens drie** van de volgende voorwaarden voldaan zijn.

- Een behoefte aan duidelijk toenemende hoeveelheden alcohol om het gewenste effect te bereiken.
- Het optreden van ontwenningsverschijnselen wanneer men niet voldoende drinkt (**beven, angst, gejaagdheid, vreemde zaken zien, horen of voelen die er in werkelijkheid niet zijn**).
- Men gebruikt grotere hoeveelheden en men drinkt langere tijd dan men van plan is (controleverlies).
- Men wil maar men kan niet stoppen met drinken.
- De dagelijkse bezigheden worden meer en meer afgestemd op het kunnen drinken, verdoezelen van drankgebruik, doorkomen van katers enz... Dit heeft meestal als gevolg dat belangrijke zaken zoals werk, persoonlijke interesses en relaties verwaarloosd worden.
- Men gaat door met drinken ondanks het besef dat alcohol reeds voor heel wat problemen heeft gezorgd ( problemen met de gezondheid, werkloosheid, financiële problemen, relationele problemen enz...).
- Ochtenddrinken.
- Er wordt gedeeltelijk of totaal geen plezier meer ervaren bij het drinken.
- Frequentie black-outs en geheugenstoornissen.

#### Lichamelijke gevolgen van te veel alcohol

Heel wat mensen die overmatig drinken ervaren vroeg of laat gezondheidsproblemen. Dit kan voor onmiddellijk voelbare problemen zorgen (bv. kater, maagzweer, black-out enz...). Minstens even gevaarlijk zijn de gevolgen die niet direct voelbaar zijn (bv. leverproblemen).

We zetten ze even op een rijtje:

- Alcohol komt via **mond, slokdarm en maag** het lichaam binnen. Alcohol is een prikkelende stof en kan irritatie en ontsteking van de slijmvliezen van mond, slokdarm en maag veroorzaken. Een droge mond na overmatig drank- gebruik is hier een concreet gevolg van.
- Eens de alcohol in het lichaam zit moet hij worden afgebroken door ons "ontgiftingsorgaan" nl. **de lever**. Bij te grote hoeveelheden alcohol moet de lever meer werken dan hij aankan en treedt er door vetopstapeling vergroting van de lever op. Indien men stopt met drinken kan de schade nog min of meer hersteld worden. Erger wordt het wanneer de lever onherroepelijk beschadigd wordt. Bij levercirrose gaat de lever verkleinen met onherstelbare problemen voor de vertering, bloedsomloop, vruchtbaarheid enz...
- Ook de **pancreas of alveesklier** kan door overmatig alcoholgebruik ontstoken en beschadigd raken. Mogelijke gevolgen hiervan zijn ontsteking van de pancreas, suikerziekte, kanker enz...
- Door alcoholgebruik kan een **verhoogde bloeddruk** optreden. Bij langdurig drinken kan de **hartspier** beschadigd worden.

- Langdurig overmatig alcoholgebruik in combinatie met slechte voeding kan ernstige beschadiging van **hersenen en zenuwstelsel** geven. De belangrijkste verschijnselen van hersenbeschadiging zijn; epilepsie, geheugenproblemen en vroegtijdige dementie.
- En last but not least: door de **levensstijl** van de alcoholist wordt het lichaam soms ernstig verwaarloosd zodat ook andere gezondheidsproblemen kunnen ontstaan. (Bv. ondervoeding, onvoldoende hygiëne enz..)

#### Waarom drinkt iemand te veel?

De vraag waarom iemand verslaafd raakt is niet eenvoudig te verklaren. Er zijn echter wel bepaalde factoren die een invloed hebben op het ontstaan en blijven bestaan van alcoholisme.

In de eerste plaats is er de mens zelf. Men wordt niet geboren met het glas in de hand, maar toch zien we dat in bepaalde families meer alcoholproblemen voorkomen dan in andere. We zouden dus kunnen stellen dat bepaalde mensen een zekere aanleg hebben om verslaafd te worden.

De omgeving speelt ook een zeer belangrijke rol. In bepaalde milieus wordt soms nogal kwistig omgesprongen met drank. Een mens neemt vlug gebruiken over uit zijn omgeving. Men wil erbij horen, of men leert de effecten van drank op lichaam en geest kennen. Voor je er erg in hebt, wordt alcohol een ingebakken gewoonte om met de dagelijkse grote en kleine problemen om te gaan. Het duurt echter niet lang of ook de slechte gevolgen komen om de hoek kijken.

Tenslotte kan nog gezegd worden dat alcoholisme een soort draaikolk is. Door het drinken komen veel problemen en schuldgevoelens om de hoek kijken. Deze problemen en schuldgevoelens zorgen er dan op hun beurt voor dat er nog meer gedronken wordt.

**De behandeling: De moed om te veranderen**

#### Hoezo? Een probleem?!?

Vaak gebeurt het dat mensen zodanig vast zitten aan de alcohol dat zomaar stoppen niet makkelijk is. Het besef dat men mogelijk verslaafd is aan alcohol is soms zo beangstigend dat men tegenover zichzelf of anderen ontkent dat er problemen zijn.

Heel wat mensen komen voor het eerst met de hulpverlening in contact via lichamelijke problemen of andere problemen ten gevolge van dronkenschap (bv. verkeersaccidenten, financiële problemen, maagzweer enz...).

Als men erkent dat er een probleem is en de moedige stap zet er iets aan te doen kan men terecht bij heel wat instanties. Een overzicht hiervan zou ons te ver leiden.

#### De behandeling

Soms zitten mensen zodanig in de problemen dat ze de situatie niet meer in de hand hebben. Het klinkt nochtans eenvoudig: gewoon ophouden met drinken, maar de werkelijkheid leert ons dat dit een heel moeilijke opdracht is die moeilijk lukt op je eentje.

Een opname in een ziekenhuis kan in zo'n geval aangewezen, zonet noodzakelijk zijn. Hierna zal geschetst worden hoe men in ons ziekenhuis, op de dienst A2 dit probleem aanpakt.

Een eerste aspect van de behandeling richt zich op de lichamelijke ontwenning en de gezondheid. In veel gevallen bestaat de kans dat het lichaam zodanig op alcohol is ingesteld dat zomaar stoppen ernstige problemen en gezondheidsrisico's kan veroorzaken. Aan de hand van de gepaste medicatie zullen de ontwenningverschijnselen onder controle gehouden worden. Tegelijkertijd wordt de algemene gezondheidstoestand onderzocht en waar nodig zal ingegrepen worden met de gepaste behandeling.

Uiteindelijk is het de bedoeling om je levenswijze grondig te veranderen en een leven **zonder** alcohol op te bouwen. Vooreerst zal getracht worden inzicht te krijgen in je eigen gedrag. Eerlijkheid tegenover jezelf en de anderen is hierbij een belangrijke factor. Als je iets wil veranderen, moet je toch eerst weten wat. Eens er inzicht is in de situatie kan er effectief werk worden gemaakt van de opbouw van een ander leven. Met behulp van het team zal er vanuit het ziekenhuis een nieuw begin opgebouwd worden. Tijdens de behandeling zal er zowel aandacht zijn voor de menselijke als voor de praktische noden.

Het team zal samen met u op weg gaan om een nieuw leven op te bouwen; een leven dat niet meer gedomineerd wordt door alcohol. De realiteit wijst uit dat enkel **een volledige alcoholstop** kans op slagen heeft. Eenmaal "zondigen" is heel vaak voldoende om volledig in het oude drankpatroon te hervallen.

### Nazorg

Na je opname volgt nog een heel moeilijke stap: **terug naar de realiteit**. Hier begint het pas echt want je moet terug het hoofd bieden aan de dagelijkse grote en kleine problemen en dat terwijl je overal geconfronteerd wordt met drank.

Het is belangrijk dat je ook na opname beroep kan doen op de nodige **hulp en steun**. Daarvoor vinden wij het belangrijk dat u tijdens uw opname in contact gebracht wordt met de A.A. (Anonieme Alcoholisten). Voor veel mensen is de A.A. een onmisbare bron van steun en hulp om 'nuchter' door het leven te gaan. Ook verdere ondersteuning met medicatie zoals Antabuse kan aangewezen zijn.

De **huisarts** die misschien reeds een belangrijke rol gespeeld heeft voor je opname zal na uw verblijf een vertrouwenspersoon blijven. Hij zal samen met u waken over uw medische en geestelijke toestand. Indien er na ontslag nog verdere therapie of behandeling nodig is, kan je ook nog verder terecht bij dokter en/of psycholoog in het ziekenhuis.

### Je staat er niet alleen voor

Om je te helpen een leven op te bouwen zonder alcohol staat een heel team ter beschikking. Zowel de dokter, verpleegkundigen, psycholoog, ergotherapeuten, sociale dienst, de A.A. en vele anderen zullen samen met u op pad gaan en meehelpen bouwen aan een gelukkiger leven.

### En de familie ??

Bij alcoholisme zijn er twee soorten slachtoffers; zij die drinken en zij die er dagelijks mee geconfronteerd worden. Alcoholisten moeten willen ophouden met drinken voor zij verder kunnen. Niemand kan ervoor zorgen dat de alcoholist ophoudt, maar de omgeving (partner, vrienden, familie, werkgever enz...) kan een sleutelrol spelen om de realiteit onder ogen te zien. Daarom is het belangrijk dat zij er de alcoholist op wijzen dat wat ze doen verkeerd is.

Mensen met een verslaving kunnen heel wat stuk maken en de mensen rondom hem heel wat problemen bezorgen. Daarom is het belangrijk dat ook zij bij ons terecht kunnen met hun problemen en hiervoor de nodige hulp en steun krijgen. Verpleegkundigen, dokters, psycholoog en de sociale dienst zijn er ook voor hen.

### Enkele opmerkingen en bedenkingen

- "Wanneer drink een voorwaarde is om je goed te voelen, ben je dan nog vrij?"
- "Alcoholisten lijden aan een ziekte, ze zijn allergisch aan alcohol, want eenmaal aan de drank verliezen ze alle controle."
- "Als je alcoholproblemen hebt, moet je het eerste drankje laten staan."
- "Een alcoholist is ziek, we moeten hem niet straffen, hij straft zichzelf al genoeg"  
Man: "Ik drink omdat mijn vrouw zoveel zaagt" Vrouw: "Ik zaag omdat mijn man zoveel drinkt"
- "Liefde overwint veel, maar soms is ze machteloos om het op te nemen tegen het dwingend verlangen naar alcohol."
- "Alcohol is een trage zelfmoord."

## Nota's

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

### Voor bijkomende informatie kunt u terecht bij:

|   |                    |
|---|--------------------|
| Dr. Renier, Dr. Grouwels, Dr. Debruyne            | 051/33 41 11       |
| Dienst A2   | 051/33 42 21       |
| AA Vlaanderen                                     | 03/239 14 15       |
| SOS nuchterheid                                   | sosnuchterheid.org |
|   | Sozelfhulp.be      |
| Voor partners/familie en vrienden van verslaafden | El-Anon            |

## Wenst u nog bijkomende informatie?

Neem contact op met 051/33 42 21



- Samenwerken
- Informatie



- ↳ Toegankelijke zorg
- ↳ Kwaliteitsvolle en veilige zorg