

## **Alkoholni obračun**

Mnogi posamezniki pa tudi narodi ne izbirajo sredstev za beg iz bede in potešitev svoje sle po sreči. V navideznem prizadevanju za zdravje segajo po nevarnih snoveh zaradi neposrednega užitka, ki se kaj hitro pokaže kot minljivo zadovoljstvo; ali pa z njimi hočejo prelisičiti težaven zunanji svet, ki pa je v zvitosti zmerom korak naprej in v neizprosnosti tudi ne izbira sredstev. Kot je zapisano že v Genezi (9,21): »Ko pa je Noe pil vino, se je napil in nag obležal sredi svojega šotora.« Ker ni izbral sredstev za doseg ciljev, je zadel tarčo, a zgrešil vse drugo.

Alkohol ogroža zlasti z neposrednim osebnim primežem, posredno socialno vpetostjo, nevedno zdravilsko nezdržljivostjo in lahkomišno prometno oviro.

### **Osebni primež**

Alkohol s svojimi zapeljivim primežem neopazno potegne uživalca za seboj kot rečni tok. Recimo, včasih človek kaj popije za sprostitev. Ker se obnese, nato večkrat, potem pa kar zmerom, kaj popije, ko se hoče sprostiti. Nanj se počasi navadi. Sicer se oglasi občutek krivde, a skupaj z nesposobnostjo, da bi kar koli ukrenil. Sledijo vsakdanje težave, na primer prometni prekrški zaradi vožnje v opitosti. Zapusti ga sposobnost obvladovanja in postane napadalen. Ne izpolni danih obljub in odlaga reševanje problemov. Izogiba se družini in prijateljem. Ker ga pestijo denarne težave in zapleti v službi, brez razloga zliva svojo jezo na druge. Zanemari hrano in se preda dvomljivi moralni, toda alkohol je spodbudil pohoto, a odvzel možnost, da bi se potešila. Pamet nažrejo miselne vrzeli, zdaj izgubi še voljo in se prepusti toku puhlih duhovnih želja. Prizna popoln poraz. Uročen je in neustavljivo pije naprej. Cilj je dosežen, a ker z njim utone, je izgubljeno vse drugo.

### **Socialna vpetost**

Alkohol je bil vseskozi bolj socialno kot zdravilno pomemben. Do pojava etra je služil za zdravilo proti bolečinam pri kirurških posegih, ker deluje podobno kot inhalacijski anestetiki, zunanje pa so še danes v čislih njegove razkuževalne lastnosti. Notranja raba ni primerna za mnoge skupine ljudi in v mnogih življenjskih okoliščinah; to sicer zvečine vemo, vendar upoštevamo le sorazmerno s svojo osebno zrelostjo in v obratnem sorazmerju z zavezanostjo negativnim socialnim vzorcem. Na preizkušnji smo v različnih vlogah: kot vozniki, upravljavci strojev, nosečnice, doječe matere, otroci ter ob določenih boleznih in jemanju zdravil. Ni pogoj za družabnost, pivske razvade pa tudi ne moremo upravičiti z zdravilnostjo kozarca vina kot prehranskega dopolnila.

Iz družbenih in zgodovinskih razlogov se alkohol ponavadi naroči v gostilni ali kupi v trgovini, ne pa v lekarni, saj se rabi predvsem kot pijača in ne za zdravilo, čeprav ima kot farmakološka učinkovina veliko skupnega z zdravili, ki zavrejo osrednji živčni sestav. Razlog so neželeni učinki. Več kot ga je v krvi, bolj zalije možgane, ki poslej površno opravijo svoje delo, in marsikatera človekova spretnost splahni. Sloves, da je alkohol krepčilo, izhaja iz dejstva, da na zabavah in v družabnih okoliščinah

pomaga človeku odpraviti bojzani in predsodke, ga sprosti in mu ponudi zavetje. Težko je pravilno oblikovati misli, a po opojnem kozarčku se jezik razveže. Zgovornost in odprtost duha sta družbeno sprejemljivi, a se z nadaljnjim pitjem sprevržeta v nebrzdano vedenje, pijanosti pa sledi izguba zavesti, ki se zaradi zastoja dihanja konča s smrtjo. Vsi ti neželeni alkoholni učinki odsevajo zavrt osrednji živčni sestav. Da izostanejo, se je pri alkoholu treba držati rekla: »Malo je dobro.«

### **Zdravilska nezdržljivost**

Splošno znano je, da zdravila in alkohol ne gredo skupaj. Alkohol lahko ponagaja zdravilom na več načinov in pogosto nepredvidljivo. Priložnostno pitje ponavadi zveča učinek zdravil, redno pitje pa ga zaradi različnega vpliva, ki ga ima alkohol na presnovo zdravil v jetrih, okni. Ob sočasnem jemanju zdravil in uživanju alkohola se izgubi nadzor nad zdravilskim odmerkom. Premajhen odmerek ni dovolj učinkovit, čezmeren pa postreže s preveč neželenih učinkov. Niti prvo niti drugo ni koristno.

Alkohol kratkoročno okrepi učinke zdravil, ki zavirajo osrednji živčni sestav. Takšnih zdravil je veliko. Sem spadajo uspavala, antihistaminiki, opioidni analgetiki, antiepileptiki, antidepresivi, antipsihotiki in pomirjevala. Večina se jih dobi le na recept, nekateri antihistaminiki - z njimi zdravimo alergije - pa se dobijo tudi brez recepta. Kombinacija z alkoholom povzroči vrtoglavico.

Znan je medsebjni vpliv med disulfiramom in alkoholom, ki pomaga odvrniti začasno ozdravljene alkoholike od ponovnega seganja po alkoholu. Že majhna količina zaužitega alkohola namreč kaznuje kršitelja z zelo neprijetnimi učinki, ki se začnejo z obrazno rdečico, nadaljujejo z razbijajočim glavobolom in se lahko stopnjujejo z dihalnimi in srčnožilnimi motnjami. Neljube posledice ponavadi izzvenijo same, toda zaradi osebnih razlik med bolniki je včasih potrebna tudi intenzivna medicinska pomoč s kisikom in intravensko tekočino. Podobni učinki pretijo tudi ob sočasnem jemanju alkohola in drugih zdravil, med katerimi so tudi nekateri antibiotiki.

Tretja snov lahko zaplete medsebojno delovanje zdravil. Zaradi alkoholnih pijač, ki vsebujejo tiramin, se razvije hipertenzivna kriza pri bolnikih, ki se zdravijo z zaviralci monoamino oksidaze (MAOI), tj. vrsto zdravil za zdravljenje depresij, psihičnih ali čustvenih motenj ter Parkinsonove bolezni. Ker neželena interakcija povzroči zdravilska sled v telesu, je prepovedano piti pijače z vsebovanim tiraminom še dva tedna po prenehanju jemanja omenjenih zdravil.

Medsebojnih vplivov z alkoholom naj se pazijo sladkorni bolniki, ki se zdravijo s sulfonilsečninskimi zdravili ali inzulinom. Povzročijo hipoglikemijo, čezmerno se zniža krvni sladkor. Za nameček alkohol - podobno kot skupaj z disulfiramom - neprijetno učinkuje v kombinaciji s klorpropamidom.

Previdni naj bodo tudi bolniki, ki si znižujejo krvni tlak ali zdravijo druge bolezni s pomočjo vazodilatatorjev. Alkohol zveča tveganje za položajno hipotenzijo: krvni tlak nenadno upade osebi, ko ta vstane ali nepremično stoji. Človeku se zvrtil, pade in se morda tudi poškoduje. Prav tako se lahko spremeni učinek drugih antihipertenzivov.

Ob zdravlilu verapamil postane alkohol škodljivejši, njegova krvna raven pa lahko že ob skromnem uživanju preseže tisto, ki je pravno dopustna za vožnjo in upravljanje strojev. Nepredvidljive so posledice po pitju alkohola pri jemanju peroralnih antikoagulantov, zdravlil proti krvnim strdkom.

Kronični alkoholiki postanejo odporni za običajni odmerek zdravlil, ki zavrejo osrednji živčni sestav. Ker je manjši odziv na splošne anestetike, je tem bolnikom treba prilagoditi narkozo. Nevšečnosti se pojavijo tudi pri pogosto uporabljenih zdravilih, ki se dobijo brez recepta. Alkohol skupaj z aspirinom in drugimi nesteroidnimi antirevmatiki povzroči želodčne krvavitve; analgetik in antipiretik paracetamol pa ob alkoholu okvari jetra.

Pričanje o zdravilski nezdržljivosti alkohola gotovo ni izčrpano. A že glede na povedano, se je pri kratkotrajnem zdravljenju z zdravili najbolje odreči alkoholu; pri dolgotrajnem zdravljenju pa sezimo po njem šele po predhodnem posvetu in premisleku.

### **Prometna ovira**

Ker alkohol ovira varno vožnjo, je v skoraj v vseh državah na svetu predpisana največja dovoljena alkoholna raven v krvi. Od države do države se razlikuje, od ohlapnega enega promila (g/kg) do popolne prepovedi. Tu je treba poudariti, da neželeni učinki niso odvisni od predpisa, ampak od alkoholne ravni, nekatere snovi pa lahko okrepijo neželene alkoholne učinke in zvečajo škodo.

Poleg tega alkoholna raven v krvi ni odvisna le od količine popitega alkohola. Po pitju na prazen želodec bolj poraste, manj pa se povzpne pri zelo težkem pivcu. Jetra predelajo v uri največ enoto alkohola, zato po prenehanju pitja ta v krvi le počasi upade. Različna količina alkoholnih pijač vsebuje enoto alkohola glede na različno alkoholno vsebnost v pijači. Na splošno so ženske manjše od moških in imajo sorazmerno več maščevja, kjer se alkohol slabo topi. Premorejo tudi manj telesnih tekočin in v trebušni steni je na voljo manj encima za alkoholno presnovo, zato bodo imele ob enakem odmerku alkohola približno pol večjo alkoholno raven v krvi kot enako težki moški.

Odzivni čas se lahko poslabša tudi pri majhni alkoholni ravni zaradi vpliva drugih snovi. Najpogostejši medsebojni vplivi alkohola z zdravili se pojavijo, če ga pijemo ob jemanju zdravlil, ki tudi zavrejo osrednji živčni sestav. Ta postane še bolj zavrt in sposobnost voziti ali upravljati stroje še bolj spridi in postane nevarna. Zdravila, ki niso skladna z alkoholom, so med antihistaminiki, analgetiki, antidepresivi, zdravili zoper kašelj, prehlad in gripo, uspavali in pomirjevali, antipsihotiki, zdravili proti slabosti med vožnjo in številnimi drugimi.

Odziv na različno alkoholno raven v krvi po zaužitju alkohola. Enoto alkohola imajo, denimo, trije decilitri piva s 3 do 4% alkohola; deciliter vina z 11% alkohola; pol decilitra martinija s 17 do 20% alkohola ali četrt decilitra žganja s 37 do 40% alkohola.

Popit alkohol pri moškem, težkem 70kg	Popit alkohol pri ženski, težki 55kg	Alkoholna raven v krvi v g/kg (promilih)	Simptomi
2 enoti	1 enota	0,25 - 0,30	Okrepi se dobro počutje, poslabša pa odzivni čas.
4 enote	2 enoti	0,50 - 0,60	Osebnostna zadržanost popusti, presoja oslabi, tveganje za nezgode doma, na delu in cesti se zveča, a ni očitnih znakov pijanosti.
5 enot	3 enote	0,75 - 0,80	Usklajenost telesnih gibov je okrnjena, osebna zadržanost se opazno zmanjša.
7 enot	4 enote	1,00	Pojavi se razločna pijanost, kažeta se neobzirnost in težnja po skrajnem odzivanju, izgubi se nadzor nad telesom.
10 enot	6 enot	1,50	Značilen je nerazločen govor, prizadeti je videti zanikrni in se naslednji dan mogoče ne bo spomnil dogodkov.
24 enot	14 enot	3,60	Pojavita se popolna pijanost in dremež, mogoča je izguba zavesti.
33 enot	20 enot	5,00	Prizadeti pade v komo, ki se najbrž prevesi v smrt.

Janez Špringer, mag. farm., spec