19 listopada 2021

Objawy sugerujące uzależnienie od alkoholu u osób starszych

Jak dużą grupę pośród uzależnionych od alkoholu, którzy podejmują leczenie, stanowią osoby po 65. roku życia?

W ciągu roku to około 10 tys. osób, co stanowi około 4% wszystkich pacjentów leczonych z powodu uzależnień od alkoholu.

Co sprawia, że decydują się na taki krok?

Tak jak w innych grupach wiekowych, najczęściej taką decyzję wymusza na nich rodzina. Dzieci zauważają, że z ich starzejącymi się rodzicami dzieje się coś niedobrego i nakłaniają ich do podjęcia leczenia. Rzadziej już niż u osób młodszych, presję wywołują pracodawcy. Do leczenia skłaniają ich też problemy zdrowotne, które z wiekiem, rzecz jasna, nasilają się, a alkohol je potęguje.

W jakiej są kondycji zdrowotnej?

Często są zdrowotnie zaniedbani, mają fatalny stan uzębienia. Alkohol tłumi ból i lęk, który się naturalnie pojawia, gdy coś nam dokucza. Intensywnie pijący człowiek przestaje odbierać sygnały własnego ciała. Dlatego dopóki pije, to w ogóle nie kontaktuje się ze służbą zdrowia, a jak przestaje pić, pojawiają się poważne problemy zdrowotne. Nagle okazuje się, że ma złe wyniki badań i różnego rodzaju choroby. Najgorsze jest to, że zaczyna myśleć: jak piłem, czułem się dobrze, a teraz jest tragedia. Brakuje im nagrody, ale ona jest, tylko odroczona w czasie. Smutna rzeczywistość jest jednak taka, że niestety wiele osób umiera na nowotwory 2-3 lata po zaprzestaniu picia. Najczęściej piją od lat. Zdarza się jednak i tak, że dopóki są aktywni zawodowo, trzymają się w ryzach, a kiedy nie muszą już codziennie rano wstawać, dopiero wtedy problem wybucha z całą mocą. Kobiety (w leczeniu w tej grupie wiekowej jest ich około 17%), które przez całe życie piły na poziomie niskiego ryzyka szkód i właśnie w wieku starszym, kiedy zostały bez pracy, samotne, bo partnerzy poumierali, a dzieci odeszły z domu, zaczęły nadużywać alkoholu i dość szybko się uzależniają. Miały w sobie prawdopodobnie tę tendencję zawsze. Uzależnić możemy się zawsze, nigdy nie możemy sobie powiedzieć: dotąd mi się nie zdarzyło, więc jestem odporny.

Alkoholizm jest bardzo ciężką chorobą. Przynosi cierpienie zarówno osobie uzależnionej, jak i jej całemu najbliższemu otoczeniu.

Miejskie Centrum Opieki dla Osób Starszych, Przewlekle Niepełnosprawnych oraz Niesamodzielnych w Krakowie
ul. Wielicka 267, 30-663 Kraków
samodzielny publiczny zakład opieki zdrowotnej
tel 12 44-67-500 fax 12 44-67-501
www.mco.krakow.pl mco@mco.krakow.pl

Fundusze Europejskie dla Małopolski | Rzeczpospolita Polska | Dofinansowane przez Unię Europejską | MAŁOPOLSKA

Projekt pn. „Centrum wsparcia opiekunów nieformalnych i opieki nad osobami niesamodzielnymi w Miejskim Centrum Opieki w Krakowie" dofinansowany przez Unię Europejską z Programu Fundusze Europejskie dla Małopolski na lata 2021-2027, w ramach Priorytetu 6. Fundusze Europejskie dla rynku pracy, edukacji i włączenia społecznego, Działania 6.33 Wsparcie usług społecznych w regionie – ZIT

Choroba alkoholowa związana jest z uzależnieniem psychicznym, fizycznym oraz ze zjawiskiem tolerancji, a więc ciągłego zwiększania dawki przyjmowanego alkoholu, co ma na celu uzyskanie takiego samego efektu odurzenia. Dotyczy również seniora lub seniorki, którzy w latach młodości nie byli uzależnieni od alkoholu. Osoby starsze często „rozpijają się" na emeryturze. Uzależnienie jest problemem bardzo rozległym, bo dotyczy często całego otoczenia społecznego alkoholika. **Nadużywanie alkoholu z biegiem czasu prowadzi do wielu zaburzeń somatycznych, psychicznych i społecznych.**

Skutki alkoholizmu:

1. wszelkiego rodzaju defekty neurologiczne (zmiany w móżdżku i mózgu, ubytki substancji szarej w mózgu),
2. ciągłe rozdrażnienie,
3. uszkodzenia i choroby wątroby, stany zapalne trzustki, stany zapalne błon śluzowych, np. przełyku, żołądka,
4. uszkodzenie układu krążenia (nadciśnienie, arytmia, kardiomiopatia),
5. uszkodzenie układu moczowego (niewydolność nerek, wzrost stężenia kwasu moczowego,
6. zaburzenia gospodarki wodno-elektrolitowej, niedobór witamin i pierwiastków śladowych,
7. spadek odporności,
8. niepokój i stany depresyjne,
9. rozpad więzi społecznych,
10. znaczne pogorszenie sytuacji materialnej,
11. demoralizacja.

Wpływ alkoholu na organizm osoby starszej

Fizjologiczne zmiany zachodzące wraz z procesem starzenia się, powodują wzrost masy tkanki tłuszczowej w stosunku do masy mięśniowej, zmniejszenie proporcji wody do tłuszczu, co wpływa na nasilone wchłanianie i stężenie alkoholu w krążeniu. Zwiększona wrażliwość osób starszych na alkohol powoduje wyższy jego poziom we krwi niż u osób młodszych, po spożyciu takiej samej ilości. U osób starszych z wiekiem obniża się aktywność dehydrogenazy aldehydu octowego w błonie śluzowej żołądka, dochodzi do upośledzenia funkcji wątroby i nerek. Prowadzi to do utrudnionego metabolizmu, upośledzonej eliminacji toksyn z organizmu i wzmożonego działania alkoholu na tkankę mózgową. Do schorzeń wiążących się z przewlekłym nadużywaniem alkoholu lub uzależnieniem należą: choroba niedokrwienna serca, nadciśnienie tętnicze, udar mózgu, choroba Parkinsona, marskość wątroby, rak wątroby, przełyku, jelita grubego. Osoby starsze pijące alkohol nie przestrzegają zaleceń klinicznych, niedostatecznie współpracują w leczeniu schorzeń somatycznych, narażone są na upadki, urazy i związane z nimi hospitalizacje. Występujące wraz z wiekiem objawy, jak: zaburzenia snu, drażliwość, nieadekwatne pobudzenie, niepokój, drżenia,

otępienie, depresja, lęk, zaburzenia poznawcze, deficyt słuchu, pogarszający się wzrok, złe samopoczucie – sprawiają, że seniorzy poszukują sposobu na złagodzenie tych dolegliwości, sięgając po alkohol.

O uzależnieniu od alkoholu świadczy występowanie w ciągu ostatniego roku picia co najmniej trzech z sześciu poniższych objawów:

- silne pragnienie lub poczucie przymusu picia („głód alkoholowy"),
- upośledzona zdolność kontrolowania zachowań związanych z piciem (trudności w unikaniu rozpoczęcia picia, trudności w zakończeniu picia do wcześniej założonej ilości, nieskuteczność wysiłków zmierzających do zmniejszenia lub kontrolowania picia),
- fizjologiczne objawy zespołu abstynencyjnego, pojawiające się, gdy picie alkoholu jest ograniczane lub przerywane (drżenie mięśniowe, nadciśnienie tętnicze nudności, wymioty, biegunki, bezsenność, rozszerzenie źrenic, wysuszenie śluzówek, wzmożona potliwość, zaburzenia snu, niepokój, drażliwość, lęki, padaczka poalkoholowa, omamy wzrokowe lub słuchowe, majaczenie drżenne), albo używanie alkoholu lub pokrewnie działającej substancji (np. leków uspokajających i nasennych) w celu złagodzenia wspomnianych objawów, uwolnienia się od nich lub ich uniknięcia,
- zmieniona (najczęściej zwiększona) tolerancja alkoholu (ta sama dawka alkoholu nie przynosi spodziewanego efektu), konieczność spożycia większych dawek w celu wywołania oczekiwanego efektu,
- z powodu picia alkoholu – narastające zaniedbywanie alternatywnych źródeł przyjemności lub zainteresowań, zwiększona ilość czasu przeznaczona na zdobywanie alkoholu lub jego picie bądź na uwolnienie się od następstw jego działania,
- uporczywe picie alkoholu mimo oczywistych dowodów jego szkodliwych następstw (picie alkoholu, mimo że charakter i rozmiary szkód są osobie pijącej znane lub można oczekiwać, że są znane).

Nie wszystkie osoby pijące alkohol szkodliwie będą w przyszłości uzależnione. O wystąpieniu objawów przesądzą predyspozycje biologiczne i czynniki środowiskowe. Niemniej jednak wystąpienie objawów uzależnienia zawsze poprzedzone jest okresem picia szkodliwego. Jest on najczęściej krótszy u kobiet i osób nadużywających alkoholu w okresie dorastania.

Piśmiennictwo:

1. Muszalik M., Kędziora-Kornatowska K. (red.): *Pielęgnowanie pacjentów w starszym wieku*. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2018.

Źródło zdjęcia: *https://www.canva.com/photos/*

Miejskie Centrum Opieki dla Osób Starszych, Przewlekle Niepełnosprawnych oraz Niesamodzielnych w Krakowie
ul. Wielicka 267, 30-663 Kraków
samodzielny publiczny zakład opieki zdrowotnej
tel 12 44-67-500 fax 12 44-67-501
www.mco.krakow.pl mco@mco.krakow.pl

Fundusze Europejskie dla Małopolski | Rzeczpospolita Polska | Dofinansowane przez Unię Europejską | MAŁOPOLSKA

Projekt pn. „Centrum wsparcia opiekunów nieformalnych i opieki nad osobami niesamodzielnymi w Miejskim Centrum Opieki w Krakowie" dofinansowany przez Unię Europejską z Programu Fundusze Europejskie dla Małopolski na lata 2021-2027, w ramach Priorytetu 6. Fundusze Europejskie dla rynku pracy, edukacji i włączenia społecznego, Działania 6.33 Wsparcie usług społecznych w regionie – ZIT