

## INFORMATION



Suchtkrankenhelfer Dieter Balder

Telefon gesch: 245 66381 + 0172 3949158 Telefon priv. 604 20 85

E-Mail priv.: 01723949158@d2mail.de

# 016/02.2000

Die Informationen wenden sich gleichermaßen an Frauen und Männer. Um den Sprachfluß nicht zu stören ist der Abhängige auch die Abhängige, der Betroffene auch die Betroffene, der Alkoholiker auch die Alkoholikerin, der Vorgesetzte auch die Vorgesetzte (usw.).

### Folgen des Alkoholmißbrauchs

Der Alkoholmißbrauch führt zu:

- **Schädigung der körperlichen Gesundheit**
- **psychischen Störungen**
- **sozialen Schwierigkeiten**

In dieser Information soll auf die körperlichen Schäden eingegangen werden.

Alkohol hat wie keine andere vergleichbare Substanz gleichzeitig vier verschiedene Eigenschaften: Er ist ein *Nahrungsmittel*, ein *Genußmittel*, ein *Rauschmittel*, und ein *Gift*. Alkohol ist sogar sehr giftig, wenn er in größeren Mengen rasch getrunken wird. So kann z.B. eine Flasche Schnaps, in kurzer Zeit getrunken, zu tödlicher Vergiftung führen. Aber auch geringere Mengen können äußerst schädlich sein, wenn sie regelmäßig über längere Zeit getrunken werden. Dabei ist zu bedenken, daß die Verträglichkeit des Alkohols von Person zu Person erheblich schwanken kann.

Alkohol kann fast alle Organsysteme schädigen. Wenn sich der Betreffende zusätzlich ungenügend und fehlerhaft ernährt, entsteht ein Mangel an einzelnen Vitaminen. Dieser Mangel führt dann zu weiteren körperlichen Schädigungen. Die wichtigsten Körperschäden sind:

- **Schädigung der Leber** (Fettleber, Hepatitis, Leberzirrhose)
- **Schädigung der Magenschleimhaut** (Gastritis)
- **Schädigung der Bauchspeicheldrüse** (Pankreatitis)

- **Schädigung des Herzens** (Kardiomyopathie)
- **Hirnschädigungen**
- **sonstige Krankheiten** (erhöhte Infektionsanfälligkeit, bestimmte Krebserkrankungen etc.)

Auf einige der Schädigungen soll im Folgenden kurz eingegangen werden:

#### Schädigung der Leber

Der Abbau des Alkohols geschieht fast ausschließlich in der Leber. Die Leber wird damit zum Hauptangriffspunkt des Alkohols. Schon geringe Mengen Alkohol **können** Veränderungen im Zellaufbau der Leber verursachen, die sich aber wieder zurückbilden. Bei dauerndem Konsum von größeren Mengen Alkohol treten regelmäßig schwere Schäden der Leber auf. Es hat sich gezeigt, dass mit Leberschäden zu rechnen ist, wenn täglich mehr als 60 g Alkohol getrunken werden (diese Menge entspricht z.B. 2 l Bier oder  $\frac{3}{4}$  l Wein oder 5 großen Schnäpsen 35 Vol%). Es muß erwähnt werden, dass die angegebenen Mengen nichts aussagen über mögliche Schäden in anderen Organsystemen: dort können bereits wesentlich geringere Men-

## I N F O R M A T I O N

### Suchtkrankenhelfer Dieter Balder

# 016/02.2000

gen, über lange Zeit hinweg genossen, zu erheblichen Schädigungen führen! Die Leberschädigungen zeigen sich zunächst meist in einer Verfettung der Leberzellen (*Fettleber*). Infolge der Verfettung nimmt dann die Funktionsfähigkeit der Leber ab, die für den Körper absolut lebenswichtig ist. Bei Alkoholabstinenz ist eine Rückbildung der Leberverfettung zu erwarten. Es muß auch hier ganz allgemein betont werden, daß mit der Normalisierung der Organbefunde das Problem des Betroffenen, nämlich sein Alkoholmißbrauch oder seine Abhängigkeit, in keiner Weise gelöst ist, sondern einer eigenen Behandlung bedarf. Zur Beratung und Information steht ihnen der Suchtkrankenhelfer im Unternehmen jederzeit zur Verfügung.

Eine weitere, wesentlich schwerwiegendere Schädigung der Leber besteht in der alkoholisch bedingten Leberentzündung (*Hepatitis*). Dabei kommt es zu entzündlichen Veränderungen am Lebergewebe. Vielfach treten auch erhebliche klinische Krankheitserscheinungen wie Verdauungsstörungen und Gelbsucht auf. Die Leberentzündung ist besonders deswegen gefährlich, weil sie zur Leberzirrhose führen kann. Bei dieser Krankheit, die chronisch über Jahre verläuft und auch weiter fortschreiten kann, wenn der Alkoholmißbrauch aufgegeben wird, wird das Lebergewebe durch ein Gewebe ersetzt, das die Funktion der Leber nicht erfüllen vermag, nämlich durch Bindegewebe. Im späten Verlauf der Leberzirrhose kommt es zu Völlegefühl, starken Blähungen, schließlich Wassersucht (*Aszites*) und Ausweitung der Blutgefäße an der Speiseröhre (*Ösophagusvarizen*), die zu lebensgefährlichen Blutungen führen können. Die Leberzirrhose ist die häufigste Todesursache der Alkoholkranken. Zwar gibt es für die genannten Leberschäden auch andere Ursachen, doch in den meisten

chen, doch in den meisten Fällen werden sie durch Alkoholmißbrauch bedingt.

#### **Schädigungen der Magenschleimhaut**

Durch langdauernden Konsum besonders von hochprozentigem Alkohol kommt es zu einer Schädigung der Magenschleimhaut, die sogar zu Magenblutungen mit Bluterbrechen führen kann. Meist bestehen die Beschwerden in Völlegefühl, Magenschmerzen, Brechreiz und Appetitlosigkeit.

#### **Schädigungen der Bauchspeicheldrüse**

Etwa ein Viertel aller Menschen, die an dieser schweren Krankheit leiden, sind Alkoholranke. Die Pankreatitis äußert sich in sehr heftigen Schmerzen im Oberbauch, die mit Verdauungsstörungen und Durchfällen verbunden sind. Die Krankheit kann zum Tode führen.

*Mit den vorstehenden Anmerkungen zu den körperlichen Schäden bei Alkoholmißbrauch will ich es in dieser Information bewenden lassen. An dieser Stelle soll/muß betont werden, daß gegen Alkohol, kontrolliert und verantwortungsbewußt getrunken, nichts einzuwenden ist. Nur jeder von uns sollte zwischendurch darüber nachdenken und prüfen ob der Alkoholverbrauch bei ihm selbst noch in den richtigen Bahnen verläuft und es sich bei ihm nicht doch hin zur Alkoholabhängigkeit entwickelt.*