

Alcohol



Inhaltsverzeichnis

1	Alkohol.....	2
1.1	Geschichte des Alkohols.....	2
1.1.1	Ursprung.....	2
1.1.2	Medizinische Anwendung	3
1.1.3	Erste Sucht.....	3
1.1.4	Verbote des Alkohols.....	3
1.1.5	Heutzutage	3
1.2	Soziale Stellung des Alkohols	4
1.2.1	Früher	4
1.2.2	Heute	4
1.2.3	Spezifisch Standort Schweiz	5
1.3	Abhängigkeit von Alkohol.....	6
1.3.1	Was ist Alkoholismus?.....	6
1.3.2	Anzeichen einer Trinksucht	6
1.3.3	Wer wird abhängig?	6
1.3.4	Die Folgen der Abhängigkeit	7
1.3.5	Typen der Alkoholsucht.....	7
1.3.6	Der Weg zur Heilung.....	8
1.3.7	Entzug.....	8
1.3.8	Therapie.....	9
1.3.9	Nachsorge.....	9
1.4	Folgen des Alkoholkonsums	10
1.4.1	Wirkung	10
1.4.2	Körperliche Langzeit Schäden	10
1.4.3	Langfristige Psychosoziale Folgen	11
1.4.4	Gefahren für Mitmenschen.....	11
1.5	Fazit	12
2	Quellen	13
2.1.1	Titelbild.....	13
2.1.2	Geschichte des Alkohols.....	13
2.1.3	Soziale Stellung des Alkohols	13
2.1.4	Abhängigkeit von Alkohol.....	13
2.1.5	Folgen des Alkoholkonsums.....	13
3	Anhang	14
3.1	Bilder	14
3.1.1	Bild 1.....	14

1 Alkohol

1.1 Geschichte des Alkohols

1.1.1 Ursprung

Die Geschichte des Alkohols hat schon sehr früh begonnen, wann genau ist nicht bekannt. Der Grund dafür kommt daher das Ethanol bei der Gärung von Früchten entsteht und man nicht verfolgen kann wann diese zum ersten Mal verzehrt wurden. Jedoch wissen wir das man schon früh in der menschlichen Geschichte Alkohol entdeckte.

Das erste Getränk was für den Genuss produziert wurde ist Met, dabei handelt es sich um Honigwein. Honig hat die Eigenschaft das er von alleine spontan vergären kann. Die Menschen damals konnten sich das noch nicht erklären und sahen es daher als ein Geschenk Gottes. Bekannt wurde Met aber durch die Wikinger die es in grossen Mengen konsumierten. Bei Bier vermutet man das es vor etwa 12'000 Jahren im Orient entdeckt wurde. Dabei handelte es sich um Getreidebrei der etwas zulange in der Sonne stehen gelassen wurde und dadurch zu gären begonnen hatte. Dieses Getreide Bier wurde dann auch von den Ägyptern weiter produziert. Dort galt es als Grundnahrungsmittel, Götteropfer und oder sogar als Lohn. Die Sklaven welche die Pyramiden gebaut hatten bekamen tägliche Bierrationen. In dieser Kultur hielt man auch den Alkohol in gewissen Mengen als Gesund und angemessen, aber man wollte schon zu dieser Zeit schauen das die Jungen Menschen nicht zu viel oder gar kein Alkohol trinken. Daher verbot man Jugendlichen und Jungen Erwachsenen den Konsum.

Der Wein wurde erst etwa vor 8000 Jahren im Nahen Osten entdeckt. Diese Kultur verbreitete sich danach aber sehr schnell durch die Eroberungen der Römer die grossen Gefallen an dem Getränk fanden. Sie hatten sogar eigene Weingötter für welche sie immer wieder Partys feierten die oft in Orgien endeten. Julius Caesar verschrieb sogar seinen Soldaten einen Liter Wein pro Tag, was ihnen dabei half sich bei Laune zu halten, Krankheiten vorzubeugen und sie für den Krieg zu motivieren. Den Römern war aber schon bewusst das der Alkohol Schaden anrichten kann.

Die Mönche in den Christlichen Klöstern fingen im Mittelalter an ihren eigenen Wein für die Messe zu Produzieren und neben bei auch noch für sich selbst Bier zu brauen. Diese Bierbraukunst wird bis heute geschätzt und weiter praktiziert. Aber auch schon damals liebten die Menschen Bier, so sehr das man heute vom allgemeinen Besäufnis spricht, welches damals geherrscht hat, es war ein Grundnahrungsmittel und wurde schon zum Frühstück konsumiert. Der Grund für diesen Massen Konsum war, dass keimfreies Wasser zu dieser Zeit eine Rarität war und der Alkohol im Bier dabei half Keime zu eliminieren. Dies war auch der Grund weswegen die Seefahrer immer Schnaps dabei hatten. Dieser faulte nicht in den Holzfässern und blieb so länger geniessbar.

1.1.2 Medizinische Anwendung

Die ersten Schnäpse gab es aber erst seit dem 12. Jahrhundert, davor kannte man nur vergorenen Getränke, die eher schwach waren in ihrem Alkoholgehalt, im Vergleich zum heutigen Sortiment. Bei den ersten Destillaten handelte es sich um destillierten Wein, welcher aber damals nur zu medizinischer Anwendung kam. Dabei rieb man Körperteile mit dem Hochprozentigen ein und wollte somit eine Besserung der Beschwerden erreichen. Diese Methode wurde bis ins 19. Jahrhundert weiter praktiziert.

1.1.3 Erste Sucht

Diesen starken Alkohol in grossen Mengen zu konsumieren begann man erst in der Zeit der Industrialisierung. Es ging in diesem Zeitalter sogar soweit das Historiker von einer Schnapsseuche sprechen. Der Alkoholismus wurde dabei zur Volkskrankheit, da es scheinbar nichts anderes mehr gab was einem seine Sorgen nehmen konnte.

1.1.4 Verbote des Alkohols

Diese Alkoholsucht in der Bevölkerung führte dann in den USA zu der sogenannten Prohibition. Diese verbot die Produktion, Transport und den Ausschank jeglicher Alkoholischer Getränke von 1920 – 1933. Gebracht hat es nicht sehr viel, da die Menschen sich so einfach mit selbstgebranntem vergifteten. Ausserdem boomten die Kriminalität und die Anzahl der Kneipen hatte sich verdoppelt. Schlussendlich musste der Staat das Verbot wieder aufheben, um wieder Steuereinnahmen über den Alkohol zu bekommen. Ein anders Art von verbot hat der Prophet Mohamed schon im 7. Jahrhundert erreicht. Er erklärte damals den Alkohol als Teufelszeug und seit her Konsumieren Muslime Offiziell keinen Alkohol mehr. Dem Islam folgten dann auch noch der Hinduismus und der Buddhismus, welche auch Abstinenz leben.

1.1.5 Heutzutage

Heute ist Alkohol die meist Konsumierte Droge der Welt und rund etwa 3 Milliarden Menschen konsumieren ihn. Schätzungen zufolge haben etwa 230 Millionen von diesen 3 Milliarden ein Alkoholproblem.

1.2 Soziale Stellung des Alkohols

Die soziale Stellung des Alkohols hat sich über die Zeit stark verändert, man muss daher das vergangene klar von dem was jetzt Tatsache ist trennen. Denn die soziale Bedeutung hat sich nur schon in den letzten 100 Jahren stark verändert und auch diversifiziert.

1.2.1 Früher

In den Anfängen des Alkoholkonsums war es noch üblich das er gleich mehrere Nutzen hatte. Dabei kann man von drei Hauptgruppen sprechen: Nahrungs-, Genuss- und Heilmittel. Als Nahrungsmittel galt vor allem Bier noch in der Zeit der Ägypter, welche so zu Kalorien kamen. Der Nachteil an solch einer Energiequelle ist das sie keine Vitamine und auch fast keine Mineralien enthält, welche für den Körper notwendig sind. Ausserdem war auch immer das Problem vorhanden das es mehr Rohstoffe brauchte, um Bier zu produzieren als einfach die Rohstoffe zu verzehren, somit war es anfangs nur den Reichen vorbehalten. Diese verwendeten den Alkohol auch oft nur als Genussmittel. Sie machten dies oft in grossen Partys, welche vor allem durch die Römer und Griechen bekannt wurden. Da sich die alten Griechen und Römer nicht erklären konnten wie sich der Alkohol auswirkte sahen sie es als einen Weg mit der Götterwelt in Kontakt zu treten. Dies taten sie dann auch in ihren Symposien mit reichlich Wein. Aus diesem Wein konnte man dann vor etwa 800 Jahren Branntwein herstellen, in dem man die vergorenen Trauben Destillierte. Diese Destillate wurden dann als Heilmittel angewendet, jedoch nur durch äusserliche Anwendung.

Im Allgemeinen war es früher noch mehr akzeptiert viel Alkohol zu konsumieren aber auch schon im Mittelalter fing man an Alkoholiker auszugrenzen und zu Verspotten. Der Konsum von jeglichen Destillaten oder Gärerzeugnissen nahm nach dem 15. Jahrhundert drastisch ab da sich die Wasserqualität stark verbesserte. Davor half der Alkohol in den Getränken Keime abzutöten und da dies nicht mehr von grösster Bedeutung war, musste man auch nicht mehr so viel Saufen.

1.2.2 Heute

In der Neuzeit formten sich vier grosse Kulturen welche verschiedenen Ansichten zum Thema Alkohol Konsum haben.

Zum einen gibt es die Abstinenz Kultur. Dabei handelt es sich meist um Religiöse Gruppen wie zum Beispiel den Islam oder den Buddhismus welche durch ihre Religion keinen Alkohol konsumieren dürfen. Aber es gibt auch sonst Menschen, die sich dafür entscheiden gar keine Spirituosen zu Konsumieren.

Eine Mischung von Verbot und Konsum ist die Ambivalenz Kultur. In dieser ist der Konsum nicht strikte Verboten, wird aber nicht gerne gesehen. Hauptsächlich zählen sich Ärzte zu dieser Gruppe, welche die Medizinischen Folgen sehr kritisch sehen. Auch in diese Kultur lässt sich die USA Einordnen.

Die Schweiz befindet sich mit vielen andern Süd-Europäischen Ländern in der permissiven Kultur. Das bedeutet das man zum Beispiel ein Glas Wein zum Abendessen nicht gleich kritisiert, sondern wertschätzt, jedoch sieht man es immer noch sehr eng, wenn es um das Führen von Fahrzeugen geht. Eine Stufe weiter kommt man dann in die permissiv-funktionsgestörte Kultur. Solche findet man vor allem in Osteuropa und beinhalten den Konsum von starken Spirituosen zur Berausung und eine Akzeptanz für ein solches Verhalten. In dieser Moral hat man aber auch wenig Verständnis für die sozialen und gesundheitlichen Folgen einer Abhängigkeit.

1.2.3 Spezifisch Standort Schweiz

In der Schweiz hat man erst im Jahr 1887 erste Gesetze für Alkohol eingeführt. Bei diesem ersten ging es nur um den Kartoffelschnaps, der von der Bevölkerung missbraucht wurde. Das brachte aber nicht sehr viel, denn die Bevölkerung stieg dann einfach auch Obst- und Weinbrand umstiegen, um die zusätzlichen Steuerer zu umgehen, daher gab es 1933 die dann alle Alkoholischen Spirituosen beinhaltete und dann noch 1935 eine für jegliche Alkoholika. Das passte aber der Romandie nicht, da für sie die Weinproduktion eine grosse Einnahmequelle war und sie nicht mehr abgaben haben wollten. So kam es das 1937 die Weinproduktion wieder ausgeschlossen wurde. Darüber freute sich auch die Bierindustrie, denn diese wurde so auch wieder ausgeschlossen von der Besteuerung. Andere Arbeitgeber störten sich weiter darüber das es Steuern auf den Spirituosen gab, denn sie gaben bis dahin Brandwein als Lohnersatz an ihre Angestellten. Was aber den Firmen auch bald klar wurde, war das ein nüchterner Arbeiter besser, schneller und sicherer Arbeiten konnte und streichen somit alle Alkohollöhne.

In Sachen Jugendschutz gab es dann im Jahr 1983 erste Schritte. Es begann mit einer Alters- und Werbebeschränkung für Hochprozentiges. Dieses Gesetz wurde dann im Jahr 1992, 1995 und 2002 weitergeführt und somit auch auf Bier und Wein wirksam. Die Änderungen beinhalteten ein Verbot für die Bewerbung jeglicher Alkoholischen Getränke an unter 18-Jährige, das beinhaltete auch das alle Fanartikel von Brauereien und Brennereien nicht an diese Zielgruppe vermarktet werden darf. Zu all diesen Werbe Restriktionen gab es auch noch Richtlinien für den Verkauf die wie folgt sind. Man darf Bier und Wein erst ab 16 Jahren kaufen und alle restlichen Schnäpse ab 18 Jahren. Diese Richtlinien folgen dem grossen Ziel der Regierung, dem Schutz der Jugend. Man möchte damit einen Einstieg in die Welt des Alkohols möglichst lange heraus zögern und eine abhängig vorbeugen. Um trotzdem einen anfangs Kontakt mit der Wirkung von Bier und Wein haben zu können, gibt es die Möglichkeit mit 16 Jahren so in erste Berührung zu kommen.

Für Weitere Informationen [Bild 2].

1.3 Abhängigkeit von Alkohol

1.3.1 Was ist Alkoholismus?

Die WHO definiert die Trinksucht als eine Seelische Erkrankung, die erst ab 1951 als solche anerkannt wurde. Beschrieben wird die Sucht nach Alkohol oder die akute Trunkenheit, heutzutage sieht man aber die akute Trunkenheit nicht mehr als ein grosses Problem, solange sie nicht viel wiederholt wird, das grössere Problem sieht man in der Sucht an Alkoholika und den dazugehörigen Folgen.

1.3.2 Anzeichen einer Trinksucht

Anzeichen für einen Alkoholismus sind die folgenden Punkte:

- Besteht ein Starkes Verlangen nach Alkohol?
- Besteht noch die Kontrolle über den Konsum wann man wie viel trinkt?
- Erscheinen Entzugserscheinungen beim Nüchtern werden?
- Findet ein Toleranzaufbau statt und man muss immer mehr Konsumieren, um seinen Pegel zu erreichen?
- Ist der Alkohol ein zentraler Punkt in den Gedanken?
- Weiss man über die Nebeneffekte des Alkoholkonsums bescheid und entscheidet sich trotzdem weiter zu trinken?

1.3.3 Wer wird abhängig?

Bei Alkoholismus kommt es nicht darauf an von wo man kommt oder auch fast nicht wie alt man ist, es kann eigentlich jeden Treffen. Besonders anfällig abhängig zu werden sind natürlich Jugendliche, da ihr Körper sich schneller an den Alkohol gewöhnt und ihn danach auch weiter möchte, womit er Entzugserscheinungen hervorbringt. Jedoch gibt es einige äussere wie auch innere Einflüsse welche beeinfluss können ob man anfällig für eine Sucht ist.

Einer der grössten Einflüsse ist die Kultur, in der man lebt. Es ist für jemanden der in einer stark muslimischen Kultur lebt viel schwerer an Alkohol heran zu kommen und hat dadurch auch gar nicht die Chance um süchtig davon zu werden. Wenn man dann aber ein Land wie Deutschland anschaut, in dem eine grosse Jahrhunderte alte Braukunst herrscht und das Volk diese zelebriert und auslebt mit Festen rund um den Alkohol, ist es schon viel wahrscheinlicher das man in Berührung mit Alkoholischen Getränken kommt. Diese Berührungen sieht man in der Wissenschaft als sehr Kritisch und warnt davor das diese nicht zu früh stattfinden. Deshalb gibt es auch die Altersbeschränkungen mit 16 Jahren für Bier und Wein und 18 Jahren für Spirituosen in der Schweiz und Deutschland.

Ein grosses Problem in der Sucht Auslösung ist aber trotz diesen Gesetzen der Konsum von Alkohol in Jugendlichen Jahren. Dort gibt es oft denn Wettkampf zwischen Teenagern wer am Trinkfestesten ist. Wer dann sich schwach fühlt und an der Spitze eines solchen Wettstreits seien möchte muss mehr zur Flasche greifen, um eine höhere Toleranz zu erreichen.

Wenn man noch mehr Jahre zurück geht im Leben eines Süchtigen, kann man sehr oft beobachten das es schon in sehr Jungen Jahren als Kind entweder seelische Probleme oder Alkoholmissbrauch durch die Eltern gegeben hat. Vor allem bei Personen die schon als Kind seelisch missbraucht worden sind besteht das Risiko auch, das sie Später als Erwachsener mehr auf Stress reagieren. Eine Reaktion auf Stress kann sein das man auch zum Alkohol greift, um seinen Kopf frei zu kriegen.

Wieder andere Trinker tun es nur um ein Glücksgefühl zu bekommen. Dies ist möglich da beim Konsum Dopamin im Kopf freigesetzt wird was einem fröhlich, gelockert und aufgemuntert macht. Genau diese Gefühle machen den Alkohol so gefährlich als Droge, denn man möchte am liebsten immer so sein und den Rest der Welt vergessen.

1.3.4 Die Folgen der Abhängigkeit

Sobald man Abhängig ist zeigen sich Psychische wie auch Physische Symptome. Bei den Psychischen spricht die Forschung hauptsächlich von diesen Punkten:

- Die Vernachlässigung des Soziallebens
- Der Alkohol steht im Mittelpunkt der Gedanken im Kopf
- Man Leugnet sich selbst und anderen den übermässigen Konsum
- Man hat einen Starken drang zur Flasche zu greifen wenn es die Chance dazu gibt

Bei den Physischen geht es zum einen um den Aufbau einer Toleranz, so dass man immer mehr Konsumieren muss, aber zum grösseren Teil geht es um die Entzugserscheinungen wie:

- Schwitzen
- Zittern
- Bewusstseinstrübung mit Halluzinationen

Die gefährlichste von all diesen ist sicherlich die Bewusstseinstrübung, da sie zur fehl Einschätzung von Situationen führen kann und somit leider auch zum Tod. Deshalb sollte man einen Entzug niemals allein machen, sondern immer zusammen mit einem Arzt.

1.3.5 Typen der Alkoholsucht

In diesem Teil geht es um die verschiedenen Arten der Süchtigen. Denn es gibt ganz viele verschiedene die auch nicht alle gleich schlimm sind.

Zum einen gibt es den Spiegeltrinker, welcher einfach Konstant einen gewissen Pegel braucht, um richtig zu funktionieren und keine Entzugserscheinungen zu bekommen. Er baut aber auch ganz langsam eine höhere Toleranz auf und braucht somit immer mehr, um auf seinem Pegel zu bleiben. Nicht komplett verschieden dazu ist der Rauschtrinker, welcher wie schon im Namen drin immer bis zum Vollrausch sauft und seine Toleranz wird daher auch viel schneller erhöht. Leider hat die Forschung ergeben das diese Form der Trinksucht die Häufigste ist.

Ein Konflikttrinker ist nicht immer betrunken wie die beiden vorhergehenden, sondern greift nur zur Flasche, wenn ein Problem überwältigt werden muss. Das bringt in den meisten Fällen aber gar nichts, da man Betrunken nicht mehr klar denken kann.

Der Episodischer Trinker hat die Krankheit noch am besten im Griff und kommt auch am meisten bei Süchtigen vor, die auf dem Weg zur Abstinenz sind. Denn bei dieser Art sind die Kranken Wochenlang trocken und haben dann wieder eine kurze Phase des exzessiven Konsums.

An einem ganz anderen Punkt im Krankheitsverlauf ist der Funktionale Trinker. Solche Personen sind Meister darin ihre Sucht zu verstecken und können auch noch einwandfrei Arbeiten, ohne das man etwas merkt.

1.3.6 Der Weg zur Heilung

Der erste Schritt zur Besserung ist die Einsicht. Man muss sich selbst eingestehen können das man Krank ist und wenn man es weiss sollte man sich Hilfe suchen. Wenn man sich nicht sicher ist ob man ein Alkoholismus Problem hat sollte man sich diese Fragen selbst beantworten:

- Konsumiere ich häufig Alkohol?
- Konsumiere ich ihn in grossen Mengen?
- Trinke ich gerne allein?
- Trinke ich immer mehr als ich mir Vorgenommen hatte?
- Kommt es häufig oder immer zum Filmriss?
- Blende ich die negativen Effekte meines Konsums aus?
- Verheimliche ich meinen Konsum vor anderen?
- Werden ich angesprochen auf mein Trinkverhalten?

Falls man sich jetzt ein Grossteil dieser Fragen mit Ja beantwortet hat, sollte man sich unverzüglich Hilfe suchen. Es besteht die Chance das sie Alkoholsüchtig sind.

Falls man sich jetzt dafür entscheidet in Professionale Hilfe zu begeben, sind die Schritte wie folgt. Zuerst wird mit einem Standardisiertem Test eine Klinische Diagnose erstellt, dieser wurde von der WHO erstellt und heisst ICD 10. Dabei wird gefragt ob man ein starkes verlangen nach Alkohol hat, Kontrollieren kann wie viel man konsumiert, ob Entzugserscheinungen auftreten, sich eine Toleranz aufgebaut hat, der Alkohol viel Zeit im Leben beansprucht und ob man die negativen Effekte des Alkohols bewusst ignoriert und weiter konsumiert. Nach dieser Überprüfung steht dann für denn Therapeuten fest in welchem Stadium der Krankheit sich der Kranke befindet. In einer darauffolgenden Beratung spricht man dann über das fortlaufende vorgehen.

1.3.7 Entzug

Der nächste schritt wäre dann ein Entzug. Dieser kann entweder ambulant oder stationär vollzogen werden. Bei einer Ambulanten Behandlung muss man einmal täglich zu einer Atemkontrolle, ob man Alkohol getrunken hat. Diese Methode eignet sich aber nur bei leichteren Fällen, da man die

Entzugserscheinungen nicht immer Überwachen kann. Beim Stationären Entzug ist man in einer Einrichtung unter Konstanter Beobachtung von Ärzten, die schauen das man nicht stirbt und auch nicht an Alkohol kommt. Zu einem Klinischen Entzug kommt es aber auch nur wenn es nur so möglich ist, da sich sonst der Patient nicht zurückhalten kann.

1.3.8 Therapie

Nach einem erfolgreichen Entzug ist aber erst die halbe Arbeit getan. Danach folgt noch die Therapie und die Nachsorge. Um nicht sofort wieder rückfällig zu werden beginnt man zuerst mit einer Entwöhnungstherapie. Dabei geht es darum die alten Verhaltensmuster und Gewohnheiten, die zum Alkohol Konsum geführt haben, abzulegen und andere Wege zu finden mit seinen Problemen umzugehen.

Danach wird es sehr individuell für jeden Süchtigen, je nach dem wo er noch Problem hat muss er daran arbeiten. Aus diesem Grund gibt es ganz viele verschiedene Behandlungen.

Bei einer Einzeltherapie geht man noch tiefer auf den Grund ein wieso man zur Flasche gegriffen hatte. So probiert man vorbereitet zu sein in den kommenden Situationen und seine Reize dann kontrollieren zu können.

Eine Gruppentherapie kann dabei helfen Schamgefühle loszuwerden über die eigene Erkrankung. Ausserdem profitiert man von den Erfahrungen die andere Gruppenmitglieder schon gemacht haben und man muss nicht mehr alles selbst erarbeiten.

Oft ist durch die Sucht der Draht zur Familie strapaziert worden. Um solche Belastungen wieder zu richten gibt es Familientherapien, in denen man wieder einen Weg der Kommunikation aufbauen kann, ohne sich gegenseitig vorwürfe zu machen.

Bei Trinkern, die aus dem Grund von Problemen angefangen hatten zu trinken kann eine Achtsamkeitstherapie hilfreich sein. Man lernt dort Gefühle nur als temporär war zunehmen und auch diese zu akzeptieren. So lernt der Betroffene einen Rückfall frühzeitig zu erkennen und kann ihn vorbeugen.

Mit einer Stressreduktionstherapie kann bewirkt werden das der Süchtige sich nicht mehr so schnell unter Stress fühlt und somit auch keinen Alkohol mehr braucht.

Wenn gar nichts hilft kann man auch medikamentös vorgehen, in dem man Tabletten nimmt, welche die Positiven Effekte des Rausches eliminieren oder den Alkohol komplett ungeniessbar machen.

1.3.9 Nachsorge

Wenn man es dann geschafft hat seine Sucht zu überwinden ist man aber noch nicht auf der Sicherer Seite. Denn die Gefahr für einen Rückfall bleibt bis ans Lebensende bestehen. Was bei vielen ehemaligen Süchtigen geholfen hat ihre Abstinenz zu behalten, waren Selbsthilfegruppen mit anderen ehemaligen Kranken. In diesen kann man ähnlich wie in einer Gruppentherapie mit anderen Reden und Erfahrungen austauschen.

1.4 Folgen des Alkoholkonsums

Um die Wirkung von Alkohol auf den menschlichen Körper zu verstehen muss man zuerst einmal wissen was er ist. Er gilt nämlich als Nervengift und wirkt auch so auf alle Teile unseres Körpers.

1.4.1 Wirkung

Kurzfristig wirkt sich Alkohol gut auf die meisten von uns aus. Man hat ein Gefühl der Hemmungslosigkeit, die eigene Stimmung verbessert sich und man ist häufig glücklich. Es gibt aber auch leider Personen die negativ auf die Reize reagieren. Diese werden dann weinerlich oder aggressiv. Diese Aggressivität bereitet viele Probleme und kann zu Gewaltausbrüchen gegenüber Fremden und auch der eigenen Familie führen. Aus Statistiken des Bundes geht hervor, dass um die 70 – 80 % der Gewalttäter unter Alkoholeinfluss standen während ihrer Tat. Aus diesem Grund sollte man, wenn es einem bewusst ist dass man aggressiv auf Alkohol reagiert, einen sehr kontrollierten Konsum haben, um nicht unbeteiligte zu verletzen. Für den Körper eines Süchtigen sind jedoch nicht solche Prügeleien ein Problem, sondern die Langzeit Schäden, die der Alkohol im Körper anrichtet.

1.4.2 Körperliche Langzeit Schäden

Das grösste Problem im exzessiven Konsum liegt darin, dass alle Körperteile betroffen sind, durch die Durchblutung, die im Körper stattfindet. So wird ein Teil des Methanols überall im Körper hingetragen und kann seinen Schaden anrichten.

Der grösste Schaden wird jedoch in der Leber verursacht. Diese wird bei Missbrauch zuerst fettig. Dabei wächst sie bis es einen Schmerz gibt in der Bauchhöhle. Falls die kranke Leber nicht behandelt wird kann es zu einer Leberzirrhose führen, mit diesem Fachausdruck beschreibt man dass sich das Organ verkleinert und somit noch schlechter arbeiten kann. Bleibt solch eine Erkrankung unbehandelt kann es bis zum Tod kommen, da die Leber nur noch mit dem Abbauen des Alkohols beschäftigt ist. So kommt sie nicht mehr mit den restlichen Giftstoffen nach, die auch entsorgt werden müssen, zur Folge gibt es dann eine Intoxikation des Körpers was zum Tode führt.

Wenn man einen Blick auf den Verdauungstrakt wirft ist dieser auch nicht gerade glücklich, wenn man massiv Alkohol konsumiert. Alles wodurch das Methanol durchfließt wird angegriffen und mit der Zeit zerstört. Das fängt an im Rachen und Mundbereich und geht so weit bis zur Blase. Bei Alkoholikern führt das dann zu Magen-Darm Problemen wie Durchfall oder Erbrechen. Zu allem dem, bilden sich weitere Probleme in den betroffenen Regionen und führen somit zu Entzündungen oder Infektionen. Eine solche wäre zum Beispiel die Bauchspeicheldrüse, welche so ein höheres Risiko auf Krebs bekommt.

Das Herz hat hauptsächlich damit zu kämpfen dass die Süchtigen, meistens auch eine massive Gewichtszunahme haben. Dadurch werden Adern verstopft und es muss härter arbeiten, zur Folge gibt es Bluthochdruck, was das Herz schneller ermüden lässt und die Lebenszeit verkürzt. Das

gefährlichste aber an den Verschlussenen Adern ist zum einen das erhöhte Herzinfarkt Risiko und die Umnutzung von Adern, die der Körper macht. Den, um die verstopften Adern im Hals zu umgehen leitet er das Blut um in Leitungen, die nicht für diesen nutzen, gebaut sind. Es kann also dazu kommend das solch eine Leitung platzt, das führt dann zu inneren Blutungen, die einem sehr schnell Töten können.

Im Gehirn sterben jedes Mal, wenn man Alkohol trinkt, Millionen von kleinen Hirnzellen ab. Das heisst auch je mehr man Trinkt umso mehr verdimmt man, zu dem Steigt das Risiko von Alzheimer massive an.

Das Allgemeine Krebs Risiko im Körper steigt auch mit jedem schluck an. So kommt es das Statistisch gesehen Alkoholiker 10 – 15 Jahre weniger zu leben haben als Gesunde Menschen. Das waren erst die Körperlichen folgen des Exzessiven Trinkens, nun Folgen noch die Psychischen.

1.4.3 Langfristige Psychosoziale Folgen

Wenn man die Sozialen Kontakte von Alkoholsüchtigen anschaut, stellt man fest das diese mit voranschreitender Sucht immer mehr in Vergessenheit geraten. Es ist sehr typisch das man sich nur noch mit sich selbst und der Sucht beschäftigt und die aussen Welt vergisst. Kleinste Aufgaben werden so vergessen, wie zum Beispiel Wohnungsreinigung oder Einkäufe. Solche Aufträge müssen dann von Partner, Freunden oder Familien erledigt werden. Speziell bei Partner kann zum einen die Beziehung zerstört werden oder auch eine sogenannte CO Abhängigkeit könnte entstehen. Dabei geraten die Interessen des Nächsten in den Hintergrund und die Krankheit des Süchtigen wird auch zum Mittelpunkt des Partners Leben. Zusätzlich werden alle Interessen des CO Abhängigen zurückgestellt und langsam vergessen.

Die Psychischen Belastungen, die ein Alkoholismus mit sich bringt, sind auf keinen Fall zu vernachlässigen. Süchtige haben Angstzustände und Schuldgefühle wegen ihrer Krankheit. Diese können dann weiter führen zu Wahnvorstellungen und Halluzinationen, was aber nur ihn schweren Fällen vorkommt. Jedoch eine Depression ist sehr häufig vorkommend. Mit einer akuten Depression und der Sucht, welche zusätzlich Stimmungsschwankungen auslösen kann, erhöht sich leider das Risiko auf Suizid drastisch.

Trotz all diesen Folgen gibt es immer noch etwa 300000 Schweizer die chronisch am Alkohol missbrauchen sind und durch dieses Trinken wirken sie einen Einfluss auf Ihr Umfeld aus.

1.4.4 Gefahren für Mitmenschen

Die wohl bekannteste Gefahr, die ein Alkoholisierter auf seine Mitmenschen haben kann ist wahrscheinlich Betrunken zu Fahren. Bei mehr als 10% aller schweren Verkehrsunfällen ist Alkohol im Spiel. Der Grund dafür ist meistens die verlorengegangene Reaktionszeit durch den Alkohol, aber es kann auch Orientierungsverlust sein.

Eine andere Gefahr ist Tödliche Gewalt. In der Schweiz war fast jeder dritte Tatverdächtiger in einem Mord unter Alkohol Einfluss bei der Tat. Es muss aber nicht einmal Gewalt mit Todesfolge sein, es reicht nur schon, wenn ein Betrunkener eine wildfremde Person angreift, um das als inakzeptabel zu sehen.

Nicht sehr offensichtliche, aber genauso brisante, Gefahren bestehen für passiv Trinker. Zum einen können das Fälle von Häuslicher Gewalt mit Alkohol Einfluss sein oder auch Kinder welche physisch oder und psychisch von ihren Eltern missbraucht wurden. Das Problem ist hier ganz klar das die Opfer noch sehr jung sind und nicht wissen was sie tun sollen, wenn ihnen solch etwas geschieht. Genau in diesem Sektor muss man noch mehr Arbeit Leisten in der Aufklärung und auch der Hilfestellung für Betroffene.

Das wohl schlimmste von allem ist, wenn die Mutter Alkohol während der Schwangerschaft trinkt. Kinder die solch etwas schon als Fötus ertragen mussten haben das Risiko mit einer Fetalen Alkohol Störung leben zu müssen. Dabei kommt es zu Wachstumsstörungen, Entwicklungsstörungen und Behinderungen. Sehr häufig ist es das es Veränderungen im Gesicht des Babys gibt. Bei besonders Schwerbetroffenen kommt es dazu das die Kinder nicht lernfähig sind, unbändig bar werden und somit ihr ganzes Leben auf Hilfe angewiesen sind. Solche Fälle gilt es mit aller möglichen Hilfe zu unterbinden und Vorsorge zu leisten, dass es gar nie so weit kommt.

1.5 Fazit

Die Geschichte des Alkohols und der Menschen ist sehr alt. Man hat schon früh Freude an den Positiven Effekten des Methanols gefunden. Aber auch schon vor langem wurde den Völkern klar das es nicht gut ist immer zu Trinken. So verachtete man schon im alten Ägypten die Trunkenbolde. Mit der Zeit gab es wieder Kulturen, in denen man freudig Trank so viel man konnte, ohne sich sorgen um die Langzeit Folgen zu machen. In der Heutigen Zeit ist der Stellenwert nicht mehr ganz so hoch, wie zum Beispiel im Mittelalter, aber die meisten von uns geniessen es trotzdem ab und zu ein bisschen zu Trinken. Man sieht den Alkoholismus auch als Krankheit an und hilft den betroffenen wieder auf die Beine zu kommen. Das Ziel der Gesellschaft ist es aber immer noch soviel wie möglich vorzubeugen, mit unzähligen Kampagnen und Gesetzten. Trotz all dem gibt es immer noch viele betroffene, welche genau über die fatalen Auswirkungen, die es auf den Körper und das Umfeld hat Bescheid wissen. Denn wenn man sich nicht heilen lässt wird das desjenigen Todesurteils sein. Doch die Folgen der Sucht greifen nicht nur den Süchtigen an, sondern auch oftmals das komplette Umfeld. Somit muss man schauen das man noch mehr tun kann um die Zahl der Süchtigen so tief wie nur möglich zu halten. Nur so kann man eine glücklichere Bevölkerung erreichen.

2 Quellen

2.1.1 Titelbild

<https://www.miss.at/wp-content/uploads/2018/09/Alkohol-.jpg> [13.4.2021]

2.1.2 Geschichte des Alkohols

<https://www.youtube.com/watch?v=W36KUXWIkRM> [9.2.2021]

<https://www.youtube.com/watch?v=u8zBhV7vGSA> [15.3.2021]

<https://www.pnas.org/content/114/48/E10309> [15.3.2021]

https://de.wikipedia.org/wiki/Prohibition_in_den_Vereinigten_Staaten [16.3.2021]

2.1.3 Soziale Stellung des Alkohols

[https://perspektive-tg.ch/wp-](https://perspektive-tg.ch/wp-content/uploads/publikationen/informationstexte/eltern_erziehung/alkohol_gesellschaft.pdf)

[content/uploads/publikationen/informationstexte/eltern_erziehung/alkohol_gesellschaft.pdf](https://perspektive-tg.ch/wp-content/uploads/publikationen/informationstexte/eltern_erziehung/alkohol_gesellschaft.pdf)

[16.3.2021]

2.1.4 Abhängigkeit von Alkohol

<https://www.kenn-dein-limit.de/alkohol/alkoholabhaengigkeit/behandlung-therapie/> [17.3.2021]

<https://www.dhs.de/suechte/alkohol/konsumformen> [17.3.2021]

<https://www.kenn-dein-limit.info/alkoholabhaengigkeit> [17.3.2021]

<https://www.netdokter.de/krankheiten/alkoholismus/> [17.3.2021]

2.1.5 Folgen des Alkoholkonsums

<https://www.netdokter.de/krankheiten/alkoholismus/> [18.3.2021]

<https://www.netdokter.de/krankheiten/sucht/co-abhaengigkeit/> [18.3.2021]

<https://www.kenn-dein-limit.de/alkohol/schaedlicher-konsum/ Gefahren-und-folgen/#:~:text=Typische%20Folgen%20von%20Alkoholmissbrauch%20sind,zu%20viel%20Alkohol%20massiv%20gesch%C3%A4digt.> [18.3.2021]

<https://www.bag.admin.ch/dam/bag/de/dokumente/npp/alkohol/soziale-folgen/alkohol-gewalt/faktenblatt-alkohol-gewalt.pdf.download.pdf/faktenblatt-alkohol-gewalt-de.pdf> [18.3.2021]

<https://www.bag.admin.ch/bag/de/home/zahlen-und-statistiken/zahlen-fakten-zu-sucht/zahlen-fakten-zu->

[alkohol.html#:~:text=Gesch%C3%A4tzte%2050%20000%20bis%20300,Frauen%20holen%20aber%20tendenziell%20auf.](https://www.bag.admin.ch/bag/de/home/zahlen-und-statistiken/zahlen-fakten-zu-sucht/zahlen-fakten-zu-alkohol.html#:~:text=Gesch%C3%A4tzte%2050%20000%20bis%20300,Frauen%20holen%20aber%20tendenziell%20auf.) [18.3.2021]

<https://www.bfu.ch/de/dossiers/risiken-im-strassenverkehr> [18.3.2021]

3 Anhang

3.1 Bilder

3.1.1 Bild 1

1887	Erstes Alkoholgesetz umfasst nur Kartoffelschnaps
1933	Neues Alkoholgesetz umfasst alle Spirituosen
1935	Allgemeine Getränkesteuer auf alle Alkoholika
1937	Getränkesteuer auf Wein wird wieder aufgehoben
1983	Erste Werbe- und Altersbeschränkungen (für Spirituosen) werden im Alkoholgesetz festgehalten
1992	Weitere Werbebeschränkungen werden im Radio- und TV-Gesetz verankert
1995/2002	Weitere Werbe- und Altersbeschränkungen (für Bier, Wein) werden im Lebensmittelgesetz und der entsprechenden Verordnung festgehalten.

<https://perspektive-tg.ch/wp->

[content/uploads/publikationen/informationstexte/eltern_erziehung/alkohol_gesellschaft.pdf](https://perspektive-tg.ch/wp-content/uploads/publikationen/informationstexte/eltern_erziehung/alkohol_gesellschaft.pdf)

[16.3.2021]