

# **АЛКОГОЛЬ: употребление, злоупотребление и зависимость**

# Алкоголь: Наш интоксикант с первобытных времен

## ■ Египет

- Ячменное пиво – вероятно самый древний алк. напиток в мире, появившийся в Египте в 4200 до нашей эры

## ■ Китай

- 7000 до н.э. – производство смешанного ферментированного напитка из риса, меда и фруктов (деревня Джиаху эпохи неолита в провинции Хенан)
- 2000 до н.э. - уникальные злаковые напитки (династии Шанг и Западная Жоу)

# Беспокойство предков по поводу вреда алкоголя

- **1600-1050 до н.э.** - Падение **Египетской и Китайской** Империй и династий связано с чрезмерным потреблением алкоголя
- **460-320 до н.э.** - **Греческие** ученые выпускали советы по пьянству и умеренному принятию алкогольных напитков
  - Платон – не пить до 18 лет, между 18-30 пить умеренно, после 40 нет ограничений
  - Аристотель и Гиппократ оба критически относились к пьянству
- **11 век н.э.** – Симеон Сет, врач **Византийского Суда**, написал, что чрезмерная выпивка приводит к воспалению печени, которое он лечил гранатовым сиропом

# Различные способы потребления алкоголя: Степень и риски

## Умеренное потребление

Большинство людей воздерживаются или пьют умеренно, что дает им низкий риск расстройств здоровья от алкоголя.

В целом, **умеренное потребление – составляет до 2 приемов алкоголя в день для мужчин; и до 1 приема в день для женщин**

**1 прием** : Одна 330 граммовая банка пива (слабоалкогольного напитка), или 1 бокал вина, или 42 грамма 80 градусного дистиллированного спирта

# Различные способы потребления алкоголя: Степень и риски

## Сильное потребление

**Мужчины:** более 14 приемов в обычную неделю  
более 4 приемов в любой день

**Женщины:** более 7 приемов в обычную неделю  
более 3 приемов в любой день

# Различные способы потребления алкоголя: Степень и риски

## Чрезмерное потребление (пьянство)

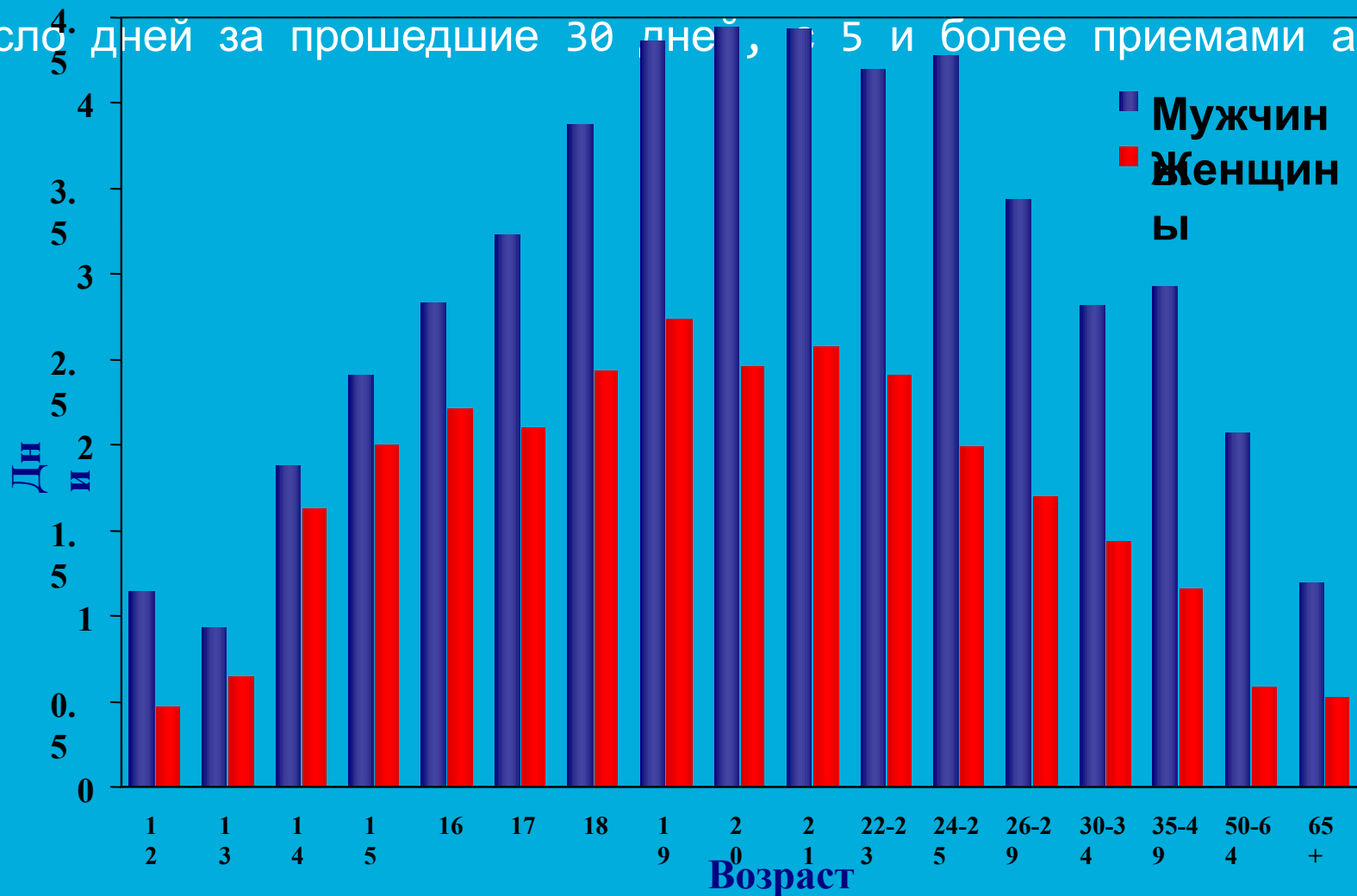
Национальный совет по злоупотреблению алкоголем и алкоголизму рекомендует следующее определение **пьянства**

**«Пьянство»** - это такой способ потребления алкоголя, который приводит к его концентрации в крови – до 0.08 гм % и выше. Для обычного взрослого это соответствует **5 или более приемам** (мужчины) или **4 или более приемам** (женщины) в течение **2 часов**. Пьянство опасно как для пьющего человека, так и для общества в целом.

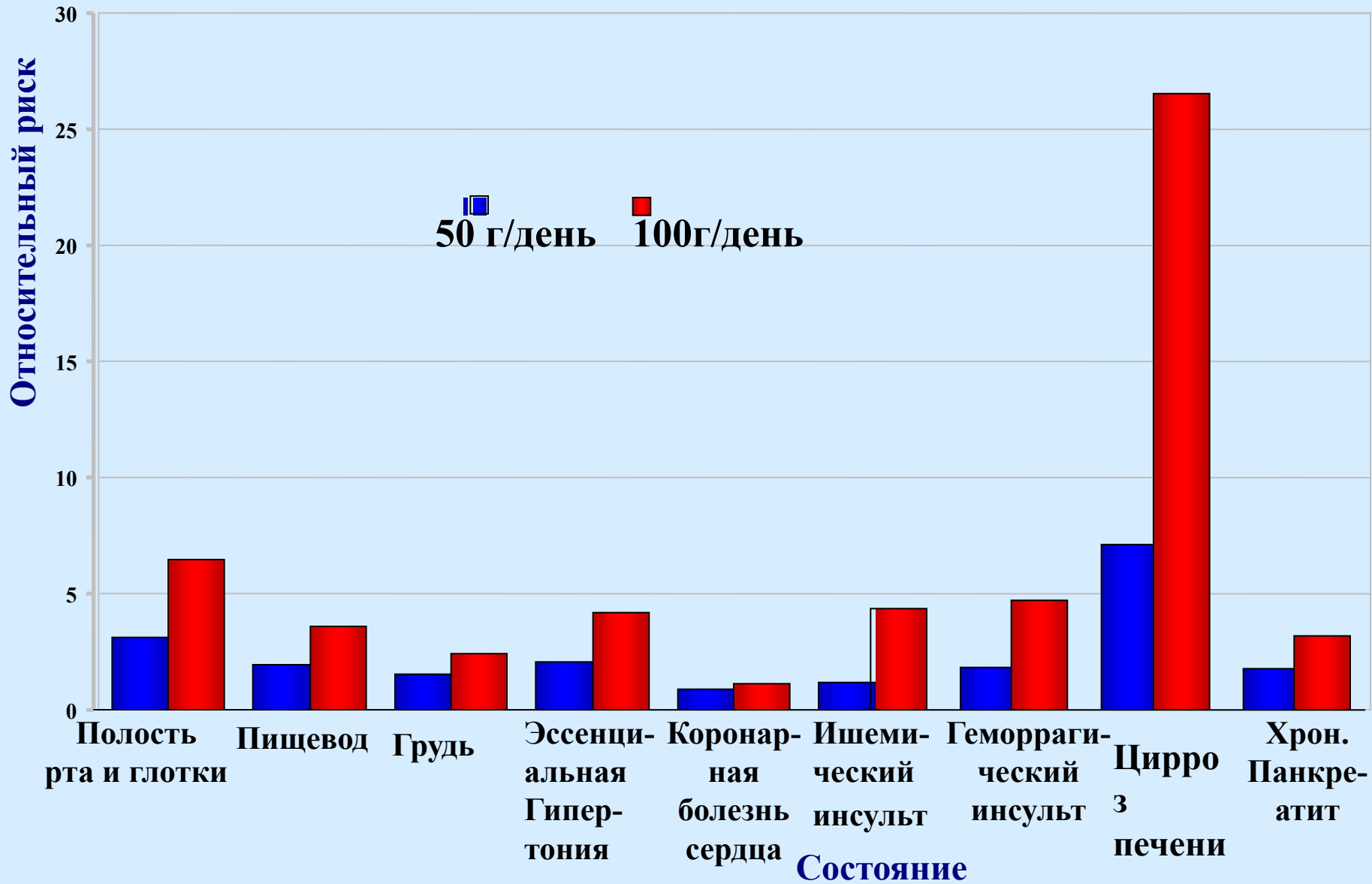
# Вредное потребление в течение

## ЖИЗНИ

Число дней за прошедшие 30 дней, в 5 и более приемами алкоголя



# Относительный Риск связанного с





# Шансы появления сопутствующих к текущим (за 12-месяцев) алкогольным нарушениям, алкоголезависимых психиатрических расстройств

<b>Нарушения</b>	<b>Степени</b>
<b>Тревожность</b>	<b>2.6x</b>
<b>Депрессия</b>	<b>4.1x</b>
<b>Личностные наруш.</b>	<b>4.0x</b>
<b>Антисоциальные наруш.</b>	<b>7.1x</b>
<b>Лекарственная зависимость</b>	<b>36.9x</b>
<b>Никотин - зависимость</b>	<b>6.4x</b>

---

# Место алкоголя среди 10 ведущих факторов риска здоровью в развитых странах





# Злоупотребление алкоголем

# Определение и критерии диагностики злоупотребления алкоголем/вредного

## Злоупотребление алкоголем

**А.** Неадаптивный способ приема алкоголя ведущий к значимым клиническим нарушениям или страданиям проявляющийся в 1 или более ситуациях в течение 12 месяцев:

- Повторяющиеся выпивки приводящие к невыполнению важных обязательств
- **Повторяющиеся выпивки в ситуациях физического риска\***
- повторяющиеся проблемы с законом в связи с алкоголем
- Продолжающееся потребление несмотря на стойкие или повторяющиеся социальные или личностные проблемы связанные с алкоголем

**\*90% из диагностированных как злоупотребляющие алкоголем подходят этому критерию.**

**В.** Симптомы не совпадающие с критериями злоупотребления алкоголем

## Вредное потребление


**А.** Способ принятия алкоголя, который ведет к физическому и/или ментальному вреду для здоровья

**В.** Отсутствие совпадающего диагноза с синдромом зависимости от алкоголя

# Являются ли нарушения в приеме алкоголя звеньями одной цепи в ухудшении состояния?

---

- Нарушения приема алкоголя не двунаправленны (злоупотребление и зависимость), а являются звеньями одной цепи в ухудшении состояния
- Настоящие критерии злоупотребления алкоголем не ассоциированы только с мягкой формой нарушения в потреблении алкоголя; более характеризуют серьезное окончание при продолжении приема алкоголя
- Настоящие критерии злоупотребления и зависимости могли бы быть и объединены



# Алкогольная зависимость (Алкоголизм)

# Элементы алкогольной зависимости:

1. Допустимая

2. Отход:  
облегчение/избегание

Фармакологический

3. Нарушенный контроль

- больше/дольше
- Неудачные попытки бросить

Неадаптируемый

4. Заядлое потребление


- Страстное желание
- Пренебрежение
- Проведение времени
- Потребление несмотря на негативные последствия

Серьезная зависимость




# **Этиология нарушений, вызванных алкоголем**

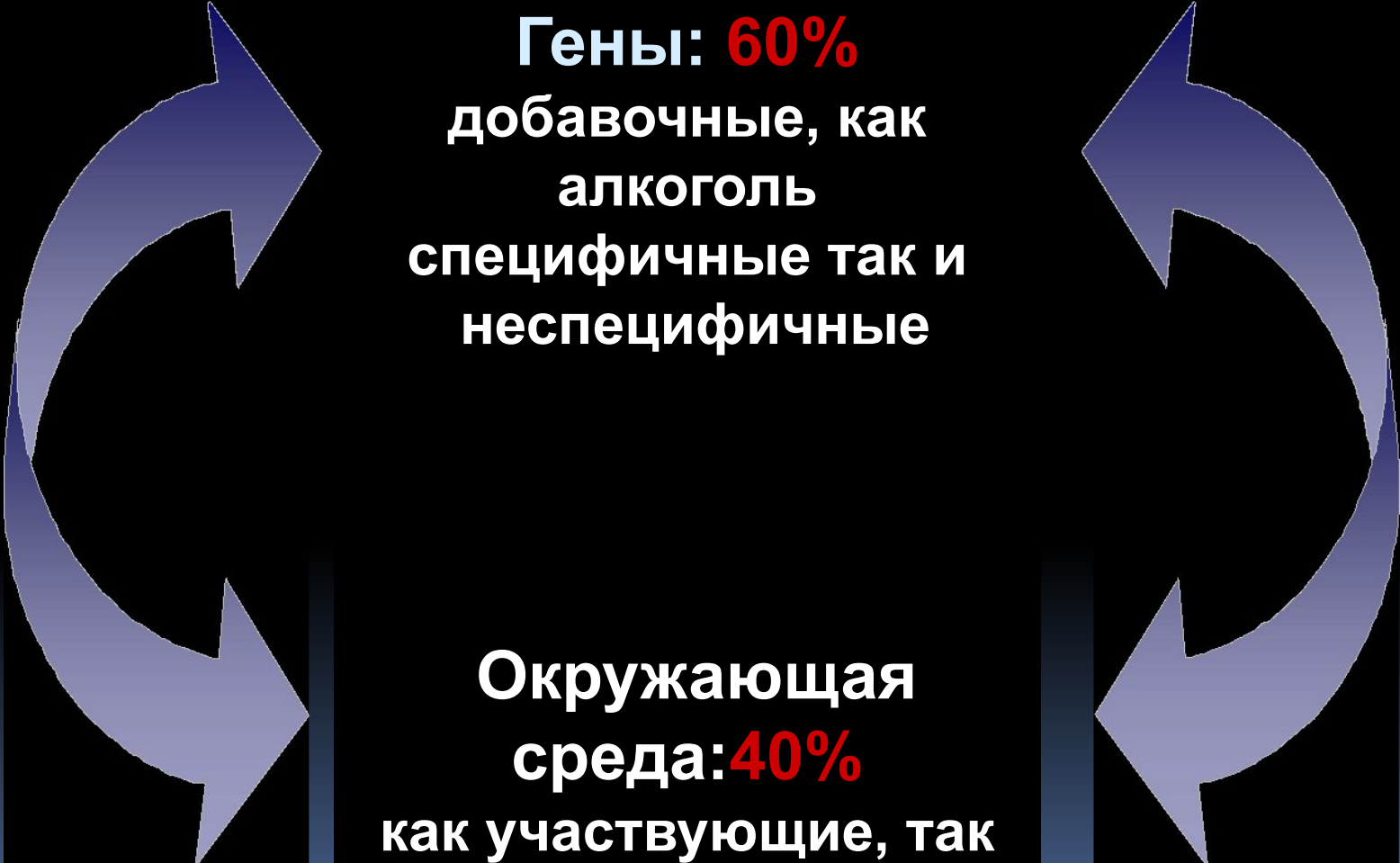




Потребление алкоголя и зависимость от него – сложные особенности поведения, вызываемые многими факторами:

- **Генетический и биологический отклик**
  - **Окружающая среда**
  - **Стадии развития, с детства по раннюю молодость**
- 

# Алкоголизм: распространенное, комплексное заболевание

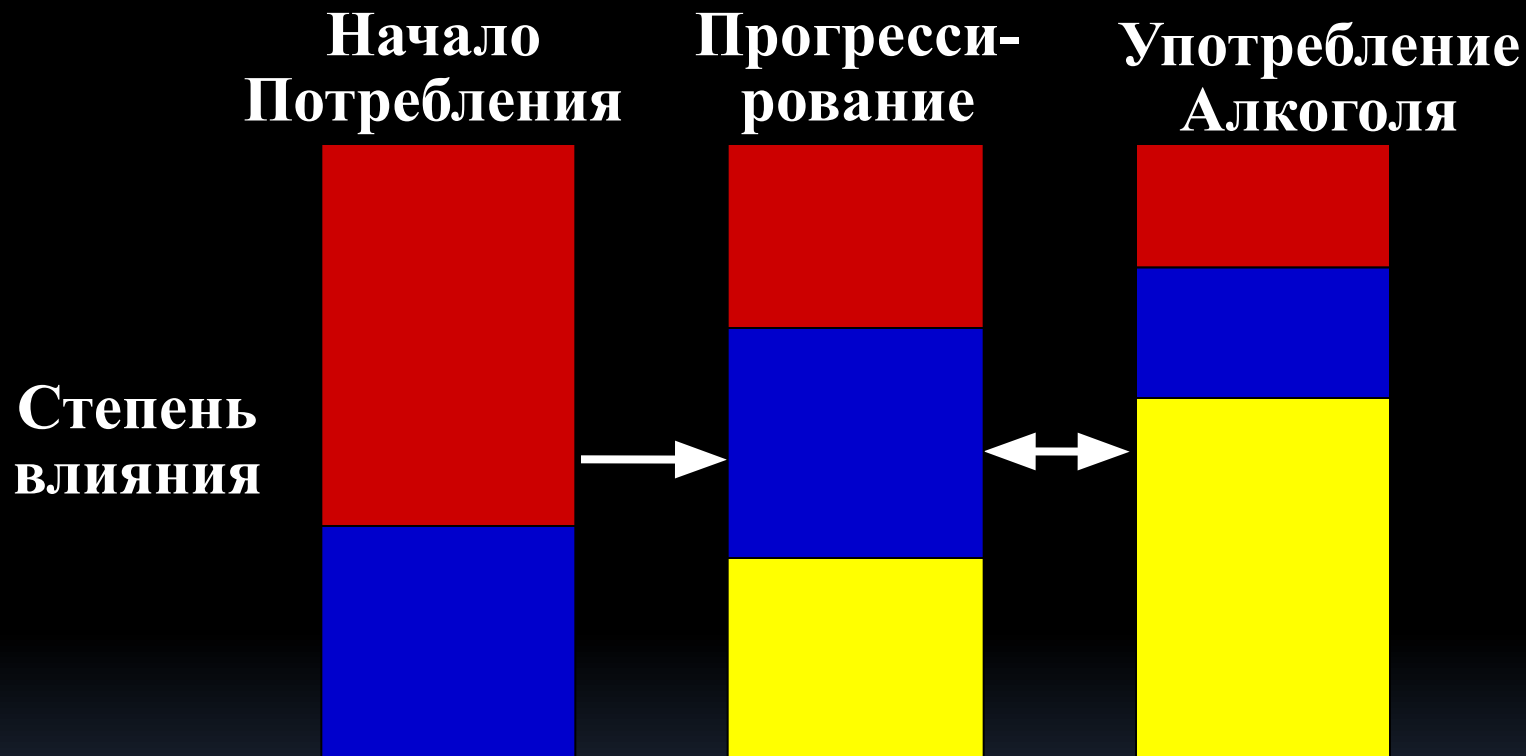


**Гены: 60%**  
добавочные, как  
алкоголь  
специфичные так и  
неспецифичные

**Окружающая  
среда: 40%**  
как участвующие, так  
и не участвующие

# Траектория развития нарушений Связанных с алкоголем

## Начало и продолжение выпивок

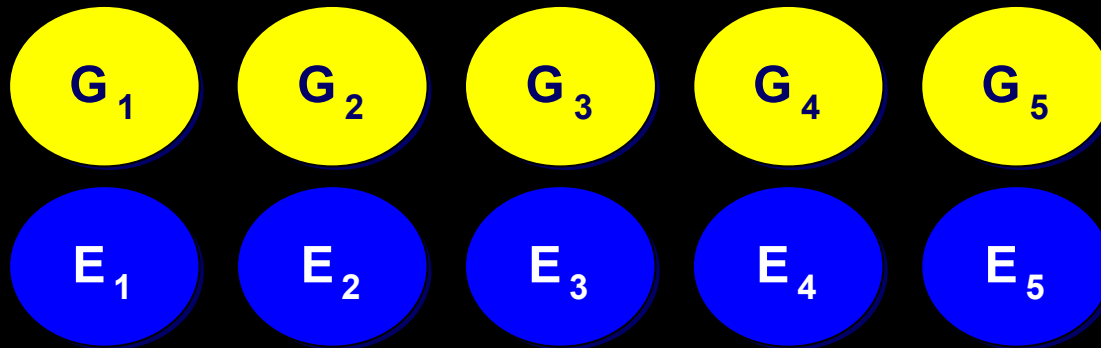


- Средовые (семейные и несемейные)
- Индивидуальность/Темперамент (Эндофенотип)
- Фармакологические эффекты этанола (Промежуточный Фенотип)

# Взаимодействие генов со средой в формировании зависимости от

**Гены + Среда =**  
алкоголя

Различные типы алкоголизма с различными  
Характеристиками и уровнями тяжести



# Возраст начала: возраст первого использования алкоголя, никотина и конопли





# **Лечение нарушений, вызванных алкоголем**

# Лечение и избавление от алкогольной зависимости

**Лишь малая доля индивидуумов с алкоголезависимыми нарушениями обращаются или получают лечение от алкогольной зависимости. К людям, действительно ищущим помощи, относятся в основном люди между 40 и 44 годами (помощь включает широкий спектр от анонимных услуг до специализированного лечения).**

**Таким образом, существующая система лечения имеет тенденцию ориентироваться на индивидуумов среднего возраста, несмотря на то, что пик распространенности приходится на молодой возраст.**

**Многие молодые люди избавляются от алкогольной зависимости без профессиональной помощи. Некоторые исследования называют это явление “естественное выздоровление.”**

# Лечение и избавление от алкогольной зависимости

- Многие выздоравливают, без профессионального вмешательства
- Раннее вмешательство приводит к успеху в снижении тяжести и хронизации
- Степень успешного лечения 30-60 % в зависимости от исходных показателей, (абстиненция, тяжелое пьянство, социальные функции)
- Вмешательство включает
  - ◆ Кратковременная интервенция
  - ◆ Терапия поведения
  - ◆ Фармакологическая терапия



# Поведенческие вмешательства (терапии)

Лечение

Вмешательство

Популяции первичного воздействия

Выпиваю-  
щие высо-  
кого риска

Злоупотреб-  
ляющие  
алкоголем

Алкоголе-  
зависимые

Короткие  
вмешательства

✓

✓

✓

Мотивационно  
обогащенная терапия

✓

✓

Познавательная  
поведенческая терапия

✓

Терапия пар

✓

Помощь сообщества

✓

# Клинические испытания в последние 15 лет показали:

- Различные виды поведенческих терапий работают одинаково хорошо (скажем, усиление мотиваций, познавательное поведение, 12-шагов)
- Большинство людей, ищущих лечения от алкоголизма делают это в среднем возрасте. Применяемое в настоящее время лечение, которое включает поведенческие терапии, и те в которых коррекция поведения сочетается с современными лекарствами, помогает многим успешно восстановится от алкогольной зависимости. С небольшими исключениями, терапевтические методы используя различные модели выдают сходные результаты, при минимальных взаимодействиях с широкой вариабельностью демографических и клинических характеристик пациентов.

# Заключение: Сильные стороны и возможности исследований в области алкоголя

---

- **Фармакогенетика алкоголя**
  - Модели на людях и на животных
  - Гены, пути развития и связи, взаимодействия гены-среда
- **Эпидемиология**
  - Когортные исследования общего населения и населения с высокими рисками
- **Лечение**
  - поведенческое
  - фармакологическое