

ALKOHOISME OPFATTET SOM EN SYGDOM

Alkoholisme opfattes som en sygdom i mange lande

Den amerikanske lægeforening American Medical Association (AMA) vedtog i 1956 at anerkende alkoholisme som en sygdom. Sygdommen er:

- **Kronisk**
- **Fremadskridende**
- **Uhelbredelig**
- **Dødelig**

Sygdommens vigtigste kendetegn er:

- **Kontroltab**, hvilket vil sige manglende evne til at bestemme hvornår og hvor meget der skal drikkes.
- **Blackouts**, alkoholikeren husker intet - absolut intet - fra en kortere eller længere periode. Alkoholikeren opfører sig normalt; men kan altså intet huske. En meget chokerende oplevelse.
- **Abstinenser** som svedeture, indre spændinger, angst, uro, stærke rystelser - især på hænderne. I svære tilfælde forekommer delirium tremens med stærke rystelser, desorientering og hallucinationer.

Definition af ordet sygdom: En sygdom er hvad som helst, som forstyrrer menneskets evne til at fungere normalt. Hvad den end er, og hvordan du end fik den, så forhindrer en sygdom dig i at leve dit liv så effektivt, som du almindeligvis ellers ville kunne.

Den følgende information kommer fra en artikel med titlen "The Disease Concept of Alcoholism," skrevet af Dr. David L. Ohlms. Dr. Ohlms er blevet nationalt anerkendt på alkoholismeområdet, hvor han tager sit udgangspunkt i Dr. Silkworth's teori.

Der er godt nyt om en af menneskehedens ældste sygdomme - alkoholisme. For ikke så forfærdelig mange år siden troede næsten alle, at sygdommen var håbløs. Det tror vi ikke mere.

Historien begynder sidst i 1930'erne, da nogle mennesker, som led nød og var ved at dø af alkoholisme, blev trætte af at opsøge professionelle behandlere, fordi intet tydede på, at disse eksperter kunne hjælpe dem - alkoholikerne blev bare ved med at dø. Eller landede på sindssygeanstalter eller i fængsler. Derfor slog nogle alkoholikere sig sammen og dannede en organisation, der skulle hjælpe dem selv - Anonyme Alkoholikere - og minsandten om ikke de opdagede en måde at omgå døden på og i stedet få det bedre!

Men ikke nok med det: AA- medlemmer opdagede en metode, der fik dem til at holde op med at drikke og føre et lige så normalt liv som alle andre. Det er anden del af den gode nyhed. Men for at kunne hjælpe andre alkoholikere måtte AA først beslutte, at alkoholisme var en sygdom, der kunne behandles. Lad os vende tilbage til den halvdel af den gode nyhed nu.

Man må huske, at de tidlige AA- medlemmer ikke var videnskabsmænd - men forretningsfolk, sælgere, tømrere, servitricer etc. - og de var alle tilsyneladende håbløse drankere, som først for nylig var blevet i stand til at standse drikkeriet. Men AA- programmet var så succesfyldt, at lægevidenskaben omsider efter flere årtier følte sig tvunget til at undersøge det grundigt. Hvorfor virkede det? Hvordan kunne det gå til, at disse almindelige mennesker, der ved at gøre det de gjorde, var i stand til at få det bedre, medens vi professionelle, der gav medicinsk og psykiatrisk behandling, snarere syntes at gøre dem mere syge end mere raske?

ALKOHOISME OPFATTET SOM EN SYGDOM

Det første vi lagde mærke til var, at AA- folk sagde, at alkoholisme er en primær sygdom. En sygdom for sig selv. En sygdom, der har sit eget sæt af symptomer, og som altså ikke selv er et symptom på en eller anden sygdom. AA behandlede alkoholisme som en sådan primær sygdom, og til sidst måtte lægevidenskaben indrømme, at AA havde ret !

I 1956 anerkendte det amerikanske medicinske selskab, AMA (American Medical Association), officielt alkoholisme som en ægte sygdom - med sit eget karakteristiske sygdomsbillede m.h.t. de "problemer den skaber, de symptomer den giver og den behandling den kræver. AMA publicerede disse synspunkter i en større afhandling.

For at komme videre i vores historie, har vi her brug for at sige noget om sygdomsbegrebet. Jeg tror det er nødvendigt at definere det, hvilket slet ikke er så ligetil. Her følger en definition, jeg godt kan lide. Den er taget fra et billigt lommeleksikon: En sygdom er hvad som helst, som forstyrrer menneskets evne til at fungere normalt. Hvad den end er, og hvordan du end fik den, så forhindrer en sygdom dig i at leve dit liv så effektivt, som du almindeligvis ellers ville kunne.

Den definition, jeg ynder at bruge på alkoholisme, lyder sådan: alkoholisme er en kronisk, progressiv, uhelbredelig sygdom, der er karakteriseret ved tab af kontrol over alkohol og andre beroligende midler. Lad os se på, hvad dette i virkeligheden betyder.

KRONISK siger sig selv. Den varer i lang tid,

PROGRESSIV er interessant. Det er et af sygdommens enestående træk, og en af årsagerne til, at de fleste professionelle hjælpere - læger, behandlere etc. - ikke bryder sig om alkoholikere. Det bliver ved og ved i det uendelige og demoraliserer alle involverede parter. Det får dem let til fra starten at sige: "Hvad nytter det?" Medens sygdommen således bliver værre for alkoholikeren, der fortsætter med at drikke, hvad så med ham eller hende, der genoptager drikkeriet efter en lang periodes ædruelighed? Efter kort tid er de symptomer alkoholikeren vil få præcis de samme, som viste sig, da drikkeriet stoppede 10, 15 eller 25 år tidligere. Og sædvanligvis er de endda værre. Det er som om disse år absolut intet har betydet. Jeg ved, at dette er chokerende - der er noget næsten overnaturligt ved det - men senere tror jeg, at jeg kan give dig en videnskabelig forklaring, der viser, hvorfor det progressive er en medicinsk kendsgerning.

UHELBREDELIG sygdom betyder simpelthen, at en alkoholiker ikke kan lære at drikke kontrolleret og socialt. Videnskaben har hidtil ikke givet os en kur mod alkoholisme.

KONTROLTAB er det, der gør denne sygdom anderledes end andre kroniske, uhelbredelige sygdomme som f.eks. sukkersyge. Kontroltab betyder ikke nødvendigvis, at en alkoholiker begynder at drikke umådeholdent og bliver fuld hver eneste gang, han tager en drink. Kontroltab betyder, at når en alkoholiker på et givet tidspunkt har taget den første genstand, så kan han ikke med nogen pålidelighed forudsige, om han vil få en normal eller en unormal drikkeepisode. Han har mistet evnen til at forudsige sin drikkeadfærd. Han kontrollerer ikke længere alkohol, som de fleste mennesker gør. Alkoholen kontrollerer ham.

Alkoholikeren har ikke alene mistet kontrol over selve stoffet alkohol - for alkohol er i grunden ikke andet end et lettilgængeligt, socialt accepteret, receptfrit og billigt beroligende stof. Han har også mistet kontrollen over alle andre beroligende stoffer.

ALKOHOISME OPFATTET SOM EN SYGDOM

Det er min oplevelse, at de fleste alkoholikere løber frem og tilbage mellem alkohol og en eller anden form for beroligende middel. Det er en ond cirkel, og et betydeligt antal alkoholikere vil faktisk få deres forstand ødelagt af sygdommen.

Cirka 34 ud af 36 dræbes af alkoholismen på en eller anden måde.... en ud af 36 får behandling, restituerer sig og får det godt. Det er en tragisk statistik. Den er tragisk, fordi den er unødvendig. For alkoholikere på mellemstadiet af sygdommen er restitueringsraten ikke mindre end 80%.

På det sene stadium varierer raten fra 25 til 35%. Med "restituering" mener jeg en tilstand, hvor folk genvinder deres sundhed og kommer tilbage i normale, velfungerende arbejdsliv. Der findes kun ganske få kroniske, progressive, uhelbredelige sygdomme, hvor hele 25 til 80% af dem, der har fundet en behandling, kan blive raske igen.

Ligesom med så mange andre sygdomme, har man endnu ikke bevist årsagen til alkoholisme. Familie-studier foretaget overalt i verden viser imidlertid klart, at genetiske forhold er langt vigtigere m.h.t. at afgøre, om man bliver alkoholiker eller ej, end en hvilken som helst kombination af sociale eller miljømæssige faktorer tilsammen.

Dermed siger jeg ikke, at en person fødes som alkoholiker. Nej - jeg har aldrig mødt en alkoholiker, der ikke drak. Men jeg tror, at man kan konkludere, at nogle mennesker virkelig er prædisponerede til alkoholisme på grund af deres arv: Hvis de på et tidspunkt begynder at drikke, så løber de en utrolig høj risiko for at udvikle sygdommen.

Selvfølgelig har vi i lægevidenskaben en masse sygdomme, der også fungerer på denne måde. For eksempel har sukkersyge en høj familiebetiget prædisposition. Normalt vil videnskaben, når den opdager sådanne prædispositioner, lede efter abnormaliteter i kroppens kemi. Hvordan med alkoholikerens kropskemi?

Nogleopdagelsen kom ved et rent tilfælde. En lægevidenskabelig forsker ved navn Virginia Davis arbejdede med kræft-forskning i Houston, Texas. Til sine studier skulle hun bruge friskt menneske-hjernevæv, hvilket jo ikke er så nemt at få fat i. Derfor kørte hun tidligt om morgenen ud med politiet fra Houston og hentede ligene af de drankere, der var døde i nattens løb på gaden. De varme kroppe blev i al hast kørt til hospitalet, hvor hjernerne blev taget ud.

En dag talte Virginia med nogle læger i hospitalets cafeteria. Hun fortalte om nogle af sine resultater fra laboratorie-studierne og sagde: "Forstår I, jeg anede virkelig ikke, at alle disse drankere både tog heroin og sprut." Lægerne lo. "Hold nu op, Virginia," sagde de. "Disse fyre bruger ikke heroin....de har dårligt nok råd til en flaske billig muskatvin." Hun havde i disse kroniske alkoholikeres hjerner fundet et stof, der faktisk er nært beslægtet med heroin.

Dette stof, som videnskaben længe har kendt, kaldes Tetra-hydro-iso-quinolin - forkortet (heldigvis) til THIQ. Når en person skyder heroin ind i sin krop, nedbrydes noget af det og bliver til THIQ. Men disse drankere havde altså ikke taget heroin; de havde bare været ganske almindelige alkoholikere. Så hvordan var THIQ kommet til ?

Når en normalt drikkende voksen indtager alkohol, fjernes den meget hurtigt i et tempo på rundt regnet 30 gram i timen. Først omsætter kroppen alkoholen til noget, der hedder acetaldehyd - et meget giftigt stof, som vi ville blive voldsomt syge af, hvis det ophobedes i vores krop. Vi ville faktisk kunne dø af det.

ALKOHOISME OPFATTET SOM EN SYGDOM

Men Moder Natur hjælper os lynhurtigt af med acetaldehyden, idet den effektivt omdannes til eddikesyre, der efter yderligere et par omdannelser bliver til kuldioxid og vand, som vi glædeligt udskiller via lunger og nyrer. Dette er, hvad der sker for en normalt drikkende person. Det sker også for alkoholikeren, MEN for ham gælder imidlertid et P.S.

Det Virginia havde opdaget i Houston var, at der sker noget yderligere i alkoholikere, hvilket siden i vidt omfang er blevet bekræftet. I alkoholikere bliver en meget lille mængde af det giftige acetaldehyd nemlig IKKE elimineret. Det går i stedet for til hjernen, hvor det gennem en uhyre kompliceret biokemisk proces ender som THIQ. THIQ opbygges i selve hjernen og findes kun i den alkoholiseredes hjerne - IKKE i hjernen på mennesker, der drikker alkohol på almindelig social vis.

Man har fundet ud af, at THIQ er yderst vanedannende. Det blev afprøvet i nogle eksperimenter med dyr under Den Anden Verdenskrig, hvor vi ledte efter et smertestillende middel, der var mindre vane-dannende end morfin. THIQ var godt nok et effektivt smertestillende middel, men det viste sig også at være langt mere vanedannende end morfin.

Som du måske ved, findes der nogle bestemte rottearter, som man ikke kan få til at drikke alkohol. Anbringer man dem i et bur med en yderst svag opløsning af vodka og vand, vil de bogstaveligt talt hellere dø af tørst end gå i gang med at drikke det. Men tager man de samme rotter og anbringer en utrolig lille bitte mængde THIQ i deres hjerner, vil de øjeblikkelig foretrække alkohol frem for vand. Rotterne bliver faktisk lykkeligere jo mindre vand, der blandes i mixturen. Vi har altså taget en total afholdende rotte og gjort den til en alkoholisk rotte. Det eneste, der skulle til, var en lille bitte smule THIQ.

Andre forsøg er udført med aber - i medicinsk forstand vores nærmeste slægtninge i dyreriget. Vi har erfaret, at når THIQ én gang er indsprøjtet i en abes hjerne, bliver det der. Man kan holde en THIQ-abe tørt, fri af alkohol, i så lang tid som 7 år og konstatere, når hjernen studeres igen, at dette sære stof stadig er til stede.

Dette fører os tilbage til alkoholismens progressive natur. Husker du personen, der havde holdt sig ædru i 10 eller 25 år, og derefter pludselig begyndte at drikke igen? Alkoholikeren vil straks vise de samme symptomer, der viste sig år tilbage. Men det er ikke så underligt, for menneske-alkoholikeren har stadigvæk THIQ i sig - akkurat ligesom de menneskeskabte alkoholiske aber og rotter.

Nu er det jo ikke sådan, at alkoholikere ligefrem har i sinde at danne THIQ, når de begynder at drikke. De ønsker jo ikke, at deres hjerne skal danne noget, der er så meget stærkere end morfin. De fleste normale mennesker tager sig en drink nu og da, og de unge vordende alkoholikere ønsker selvfølgelig at være normale. Så de tager også en drink nu og da. Men de ved ikke, at de er prædisponerede til at danne THIQ - at deres hjerne har arvet denne kemiske egenskab.

I deres drikkekarriere vil alkoholikere efterhånden som THIQ ophobes krydse en usynlig grænse til en helt ny livsform. Nogle prædisponerede mennesker krydser denne grænse medens de er teenagere - eller før! Hos andre sker det ikke, før de er 30 eller 40 år eller måske endda først, når de er pensionerede. Men når det først er sket, er alkoholikeren lige så hooked på alkohol, som han ville have været på heroin, hvis han havde taget det i stedet for - og af helt tilsvarende årsager.

Alkoholisme er en sygdom - og det er gode nyheder. Alkoholisme er ikke alkoholikerens skyld - og det er også gode nyheder. De alkoholiske patienter, jeg møder, bliver sædvanligvis enormt lettede over at høre, at det ikke er deres skyld, for de har båret rundt på tonsvis af skyldfølelse sammen med alkoholismen -

ALKOHOISME OPFATTET SOM EN SYGDOM

og skyldfølelsen var ofte værre end nytteløsheden. I stedet for at føle skyld kan alkoholikerne nu, hvor de ved besked om kendsgerningerne, gennem behandling lære at leve som normale, sunde voksne mennesker igen. Det er gode nyheder for os alle. Det er de bedste nyheder noget menneske nogensinde kan forvente.

Efterskrift: Den dårlige nyhed er, at det danske sundhedsvæsen ikke opfatter alkoholisme som en sygdom. Man har ikke krav på indlæggelse og afrusning og efterfølgende indskrivning i en gratis alkoholbehandling, der er baseret på AA's tolv trin, som det sker i fx Sverige og Island.

I Danmark er lægerne og forskerne opbeviste om, at hvis man erkender problemet og tager antabus og antidepressiver, så holder man op med at drikke destruktivt. Den behandling, man tilbyder på Rusmiddelcentre i Danmark, betragter man ikke som behandling i udlandet. Behandlingen består i antabus og en times samtale om ugen med en sygeplejerske, socialrådgiver eller psykolog. Disse samtaler medfører ikke en total psykisk forandring, som Dr. Silkworth peger på er nødvendig for helbredelse af alkoholisme.

Danske alkoholikere kender sandheden af Dr. David L. Ohlms: "Vi professionelle, der gav medicinsk og psykiatrisk behandling, snarere syntes at gøre dem mere syge end mere raske."

I Danmark er der meget ringe chancer for at overleve alkoholisme og få et normalt familieliv og arbejdsliv. AA har ikke opnået anerkendelse i det danske samfund som et naturligt sted at henvende sig, når drikkeriet bliver problematisk.