

Τ.Ε.Ι. ΠΑΤΡΑΣ

ΣΧΟΛΗ ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ ΚΑΙ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑΣ

ΤΜΗΜΑ ΤΟΥΡΙΣΤΙΚΩΝ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΩΝ

ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

«Χρήση αλκοόλ και οι επιπτώσεις του στη συμπεριφορά των νεαρών σε ηλικία τουριστών: περίπτωση μελέτης σε ελληνικούς τουριστικούς προορισμούς»



ΚΟΤΣΩΝΗ ΕΛΕΝΗ

ΕΠΟΠΤΕΥΩΝ ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ : Κος ΣΤΕΡΓΙΟΥ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ

ΠΑΤΡΑ 2009

ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ

Θα ήθελα να ευχαριστήσω τον καθηγητή μου κύριο Στεργίου Δημήτριο για την πολύτιμη βοήθεια του στην εκπόνηση της πτυχιακής εργασίας, καθώς και την οικογένειά μου για την συμπαράσταση, την βοήθεια και για την αγάπη που μου προσφέρουν.

Περίληψη

Στόχος της παρούσας πτυχιακής εργασίας είναι να εξετάσει το θέμα της χρήσης αλκοόλ κατά τη διάρκεια του τουρισμού καθώς και της επιπτώσεις που έχει στη συμπεριφορά των νεαρών τουριστών. Παρατίθενται λεπτομερής ανάλυση των παραμέτρων και συνεπειών της χρήσης αλκοόλ καθώς και σαφής προσδιορισμός μορφών και σταδίων αλκοολισμού. Στη συνέχεια καταγράφονται τα αποτελέσματα έρευνας που διενεργήθηκε βάση ερωτηματολόγιου για τη χρήση αλκοόλ από τους νέους της ΕΕ. κατά την διάρκεια της τουριστικής περιόδου. Τα αποτελέσματα της έρευνας δείχνουν την όξυνση του φαινομένου στην ευρωπαϊκή επικράτεια καθώς και τον βαθμό που επηρεάζονται οι νέοι από το οικογενειακό και φιλικό τους περιβάλλον ενώ αναγράφονται και οι λόγοι που ωθούν τους νέους στην μεγάλη κατανάλωση αλκοόλ.

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Εισαγωγή.....	8
---------------	---

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1: ΤΟΥΡΙΣΜΟΣ ΚΑΙ ΑΛΚΟΟΛ

1.1 Ορισμός τουρισμού.....	10
1.2 Διακρίσεις του τουρισμού.....	13
1.3 Ορισμός αλκοόλ.....	14
1.4 Αλκοολισμός	16
1.5 Μορφές αλκοολισμού.....	17
1.6 Η πορεία προς τον αλκοολισμό.....	19
1.7 Τα στάδια του αλκοολισμού.....	19
1.8 Τύποι αλκοολισμού.....	21
1.9 Αιτίες που οδηγούν στον αλκοολισμό.....	22
1.10 Θετικές επιδράσεις του αλκοόλ.....	23
1.11 Αρνητικές επιδράσεις του αλκοόλ.....	28

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2: ΤΟΥΡΙΣΜΟΣ ΣΕ ΝΕΑΡΕΣ ΗΛΙΚΙΕΣ

2.1 Αλκοόλ-τουρισμός και νέοι.....	33
2.2 Συμπεριφορά νεαρών τουριστών.....	35
2.3 Αλκοόλ στους ελληνικούς τουριστικούς προορισμούς.....	37
2.4 Θεωρίες εξάρτησης από το αλκοόλ	39
2.5 Αλκοόλ και Ε.Ε.....	43

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3 : ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ

3.1 Στατιστικά στοιχεία για την Ευρωπαϊκή Ένωση.....46

**3.2 Έρευνα βάση ερωτηματολογίου για τη χρήση αλκοόλ από τους νέους της
ΕΕ. κατά την διάρκεια των διακοπών.....48**

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4 : ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

4.1 Συμπεράσματα.....61

Βιβλιογραφία.....66

Παράρτημα 1 : ερωτηματολόγιο.....68

Λίστα γραφημάτων

Γράφημα 1: Κατανάλωση αλκοόλ στις διακοπές.....	48
Γράφημα 2 : Συχνότητα Κατανάλωσης.....	49
Γράφημα 3: Ηλικία αρχής της χρήσης αλκοόλ στις διακοπές.....	50
Γράφημα 4 : Ποσότητα αλκοόλ	51
Γράφημα 5 : Κατάχρηση αλκοόλ.....	52
Γράφημα 6 : Λόγοι ώθησης στη χρήση αλκοόλ.....	53
Γράφημα 7 : Επιρροή από γονείς.....	54
Γράφημα 8 : Κατανάλωση αλκοόλ στο οικογενειακό περιβάλλον.....	55
Γράφημα 9 : Δυσκολία απεξάρτησης από το αλκοόλ.....	56
Γράφημα 10 : Αλκοόλ και θανατηφόρες συνέπειες.....	57
Γράφημα 11 : Αρνητικές επιδράσεις του αλκοόλ.....	58
Γράφημα 12 : Θετικές επιδράσεις του αλκοόλ.....	59
Γράφημα 13 : Επιρροή από φίλους.....	60

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η κατανάλωση οινοπνευματωδών ποτών δεν είναι υπόθεση της σύγχρονης κοινωνίας. Είναι συνήθεια τόσο παλιά όσο και η κοινωνική ζωή των ανθρώπων. Η κατανάλωση χαμηλών ποσοτήτων οινοπνευματωδών ποτών, συνήθως δεν προκαλεί ιδιαίτερα προβλήματα υγείας. Προβλήματα υπάρχουν από τη στιγμή που υπάρχει εξάρτηση ενός ατόμου από το αλκοόλ. Εξάρτηση υπάρχει, όταν το άτομο ικανοποιείται μόνο με τη συνεχή και σε μεγάλη ποσότητα κατανάλωση αλκοολούχων ποτών. Η εξάρτηση από το αλκοόλ είναι ανάλογη με την εξάρτηση από τις ναρκωτικές ουσίες. Ωστόσο δεν κινδυνεύουν για βλάβη της υγείας μόνο οι αλκοολικοί. Εξ' ίσου κινδυνεύουν και αυτοί που χαρακτηρίζονται ως "κοινωνικοί" πότες, εφ' όσον η καθημερινή τους κατανάλωση ξεπερνάει κάποια όρια.

Από στατιστικά στοιχεία και σχετικές έρευνες προκύπτει μια θλιβερή πρωτιά για τη χώρα μας. Η Ελλάδα συγκριτικά με τις υπόλοιπες Ευρωπαϊκές χώρες κατέχει μια απ' τις υψηλότερες θέσεις στην κατανάλωση αλκοόλ από τους νέους και ειδικά από νέους τουρίστες. Τα τελευταία στοιχεία δείχνουν ότι η κατανάλωση αλκοόλ από νεαρές ηλικίες αυξάνεται διαρκώς. Συγκεκριμένα, από την ηλικία κιάλας του δημοτικού σχολείου φαίνεται πως οι νέοι σήμερα δοκιμάζουν το αλκοόλ, ενώ γίνεται συστηματικότερη κατανάλωση στο γυμνάσιο. Σύμφωνα με στοιχεία της έρευνας του INKA η κατανάλωση αλκοολούχων ποτών αρχίζει οριακά, τόσο στα αγόρια, όσο και στα κορίτσια από την ηλικιακή ομάδα των 7-9 ετών, γίνεται ανησυχητική στην ηλικιακή ομάδα 10-12 ετών και κορυφώνεται στις ηλικιακές ομάδες 13-15 ετών και 16-18 ετών. Αναζητώντας τα αίτια που οδηγούν τους νέους να δοκιμάσουν αλκοόλ σχετική έρευνα του INKA καταλήγει πως «όλα ξεκινούν από την παρέα». Πραγματικά ένα μεγάλο ποσοστό των νέων καταναλώνει αλκοόλ μαζί με την παρέα. Τα παιδιά της ηλικίας του internet, της ηλικίας μεταξύ 10-13 ετών, (στην ηλικία δηλαδή που αρχίζουν να χρησιμοποιούν το διαδίκτυο) είναι στη μέση ενός καταγισμού τηλεοπτικών και όχι μόνο, διαφημίσεων ποτών, που τους εγγυώνται κοινωνική ή αθλητική επιτυχία και δυστυχώς φαίνεται ότι τελικά επιλέγουν αυτό τον τρόπο «ανάδειξης» των προσωπικοτήτων τους. Με αποτέλεσμα; Τον εθισμό, την αδυναμία συγκέντρωσης στο διάβασμα, στη δουλειά, στην οδήγηση ή ακόμη χειρότερα και στην άσκηση βίας.

Οι νέοι είναι ευάλωτοι. Χρειάζονται προστασία. Χρειάζονται να μεγαλώσουν χωρίς να έχουν βουλιάξει σε κάτι που μπορεί να καταστρέψει τη ζωή τους, να αλλάξει το μέλλον τους και να τους οδηγήσει στην εξάρτηση από το αλκοόλ.

Το φαινόμενο της υπερβολικής κατανάλωσης αλκοόλ φτάνει στο απόγειο του σε κάθε χώρα τις ευρωπαϊκής ένωσης και ειδικά στην Ελλάδα κατά τις τουριστικές περιόδους. Πριν από μερικά χρόνια Ισπανία, Κύπρος και Ελλάδα συνειδητοποίησαν ότι μερίδα νέων - ιδίως από τη Βρετανία- αποτελεί καλή πηγή τουρισμού. Και επειδή οι νέοι αυτοί δεν νοιάζονται για κουλτούρα αλλά για να ξεδώσουν ασύδοτα, τα τουριστικά μηνύματα προσαρμόστηκαν ανάλογα! Έτσι αναπτύχθηκε η μόδα του τουριστικού ξεσαλώματος, που βρήκε αρχικά ανταπόκριση στην Ιμπιζα (Βαlearίδες), στην Πάφο (Κύπρος) και στο Φαληράκι (Ρόδος). Προστέθηκαν τώρα τα Μάλια της Κρήτης, ο Λαγανάς της Ζακύνθου κ.λπ. Κατά την διάρκεια των τουριστικών περιόδων περιοχές όπου η ακραία συμπεριφορά των νεαρών έχει γίνει χυδαία και επικίνδυνη αδειάζουν από ντόπιους και «φυσιολογικούς» τουρίστες. Το καλύτερο για τις περιοχές με μεγάλη τουριστική ανάπτυξη θα ήταν να μπει ένα φρένο στην προβολή ενός τύπου τουρισμού που βλάπτει εν τέλει και τον «καλό», και πολύ πιο αποδοτικό τουρισμό και για τους επαγγελματίες αλλά και για την κάθε περιοχή γενικότερα.

Αυτά τα θέματα εξετάζονται στην τρέχουσα εργασία, και εξετάζονται οι αντιλήψεις που δημιουργούνται από την ασυνήθιστη και αλλοπρόσαλλη συμπεριφορά ειδικά μεταξύ των νεαρών τουριστών από την υπερβολική και ανεξέλεγκτη κατανάλωση αλκοόλ.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1: ΤΟΥΡΙΣΜΟΣ ΚΑΙ ΑΛΚΟΟΛ

1.1 Ορισμός τουρισμού

Η λέξη τουρισμός (προερχόμενη από την αγγλική λέξη touring και τη γαλλική tour) κάνει την εμφάνισή της το 19ο αιώνα, ενώ η δραστηριότητα που υποδηλώνει έχει τις ρίζες της στην αρχαιότητα. Το τουριστικό φαινόμενο ήταν συνδεδεμένο με τον ελεύθερο χρόνο και τις δραστηριότητες που μπορούσαν να γίνουν εντός αυτού. Οι πραγματοποιούμενες μετακινήσεις χαρακτηρίζονταν από ένα πνεύμα σύνθετο και μία εντατικότητα χωρικά και χρονικά περιορισμένη.

Στην αρχαία Ελλάδα και την αρχαία Ρώμη, ο ελεύθερος χρόνος δήλωνε την προέλευση και την τάξη των πολιτών, οι οποίοι απαλλαγμένοι από την καταναγκαστική εργασία, ένιωθαν την υποχρέωση να ασχοληθούν με τα κοινωνικά, και πολιτικά δρώμενα της πολιτείας.

Η εργασία αποτελούσε κύριο προτέρημα και ενασχόληση των πληβείων, συνδεδεμένο με τον μη πολιτικό χαρακτήρα της υπόστασής τους. Ο ελεύθερος χρόνος ήταν συνώνυμο των ευγενών ενασχολήσεων, απόρροια της πολιτικής σκέψης, που όχι μόνο επεξηγούσε, αλλά και οριοθετούσε το τι είναι ελευθερία. Κατά αυτό τον τρόπο η διαμορφούμενη κοινωνική διαστρωμάτωση και η έννοια του ελεύθερου χρόνου καθορίζουν στη συνέχεια την τουριστική πρακτική, τη χωρική διάσταση της οποίας υπογραμμίζουν οι αναφορές του Σωκράτη.

Κατά τη διάρκεια του Μεσαίωνα, δυο μορφές τουρισμού επικρατούν κατ'εξοχήν.

Αυτές είναι οι εξής:

A) Ο Πανεπιστημιακός τουρισμός: Αυτός εμφανίζεται ιδιαίτερα αναπτυγμένος γύρω από τα πανεπιστημιακά κέντρα της Ευρώπης όπως το Παρίσι, το Μονπελιέ, την Οξφόρδη, το Κέιμπριτζ κ.τ.λ.

B) Ο τουρισμός των μεγάλων θρησκευτικών γεγονότων και εορτών. Στα τέλη του Μεσαίωνα, τα ελβετικά και τα γερμανικά ξενοδοχεία έχουν αποκτήσει μεγάλη φήμη, χάρη στην ποιότητα των προσφερόμενων υπηρεσιών, ενώ στη Γαλλία η γαστρονομία συμβάλλει στην περαιτέρω εξειδίκευση του ξενοδοχειακού προϊόντος, συνδέοντας κατ'αυτόν τον τρόπο την παραμονή με την ψυχαγωγία.

Κατά τη διάρκεια της Αναγέννησης, ο τουρισμός εμπλουτίζεται με νέα κίνητρα. Οι άνθρωποι ταξιδεύουν με κύριο σκοπό την ευχαρίστηση, καθώς και από

περιέργεια. Το 1800 χρησιμοποιείται για πρώτη φορά η λέξη tourist, για να χαρακτηρίσει τα άτομα που συμμετείχαν στη μακρά περιήγηση (grand tour). Το 1811 πρωτοεμφανίζεται η λέξη tourism, για να δηλώσει κατά επεξηγηματικό τρόπο την πρακτική του να ταξιδεύει κανείς από ευχαρίστηση.

Μεταξύ του 1840 και 1860, τα χαρακτηριστικά του τουρισμού και η κινητικότητα των τουριστών μεταβάλλονται με την ανακάλυψη και την εξάπλωση του σιδηρόδρομου, που υπήρξε και το πρώτο μέσο μαζικής μεταφοράς.

Στις αρχές του 20ου αιώνα, το τουριστικό φαινόμενο μεταβάλλεται και σε αυτό συμβάλλουν οι ακόλουθοι λόγοι:

- Η οικονομική συγκυρία της περιόδου 1905 – 1914.
- Ο Α΄ Παγκόσμιος Πόλεμος (1914 – 1918), όπου οι αριστοκράτες και οι μονάρχες της Κεντρικής και Ανατολικής Ευρώπης ουσιαστικά εξαφανίζονται.
- Οι πληθωριστικές τάσεις, που αφανίζουν ολοκληρωτικά τους εισοδηματίες (που αποτελούσαν την “touristy society” του 19ου αιώνα.)

Ο τουρισμός είναι ένας πολύ διαδεδομένος τρόπος ψυχαγωγίας, ειδικά στον Δυτικό Κόσμο ενώ παράλληλα αποτελεί μια πολύ μεγάλη βιομηχανία και σημαντικότερη πηγή εσόδων για παραδοσιακά τουριστικές χώρες όπως την Γαλλία, Ισπανία, Ιταλία και την Ελλάδα. Πρόσφατα χάρη στην μεγάλη μείωση του κόστους ταξιδιού και της πτώσης του Τείχους, υπάρχουν ανερχόμενοι τουριστικοί προορισμοί όπως Τσεχία, Ουγγαρία, Κροατία, Τουρκία, Αίγυπτος, που προσελκύουν κάθε χρόνο και περισσότερους τουρίστες με όπλο τις χαμηλές τιμές και την καλή εξυπηρέτηση. Πολλές είναι οι προσπάθειες που έχουν γίνει για να δοθεί ένας επακριβής ορισμός του Τουρισμού. Από τα κύρια χαρακτηριστικά του, πέντε μπορούν να εξακριβωθούν εννοιολογικά και συγκεκριμένα τα εξής:

Ο τουρισμός είναι αποτέλεσμα μεμονωμένης ή ομαδικής μετακίνησης ανθρώπων σε διάφορους τουριστικούς προορισμούς και η διαμονή τους σε αυτούς επί τουλάχιστον ένα 24ωρο με σκοπό την ικανοποίηση των τουριστικών τους αναγκών.

Οι διάφορες μορφές του τουρισμού περιλαμβάνουν απαραίτητα δύο βασικά στοιχεία: Το ταξίδι στον τουριστικό προορισμό και τη διαμονή σε αυτόν, συμπεριλαμβανομένου της διατροφής.

Το ταξίδι και η διαμονή λαμβάνουν χώρα εκτός του τόπου της μόνιμης διαμονής των ανθρώπων που αποφασίζουν να μετακινηθούν για τουριστικούς λόγους.

Η μετακίνηση ανθρώπων σε διάφορους τουριστικούς προορισμούς είναι προσωρινού και βραχυχρόνιου χαρακτήρα, που σημαίνει ότι πρόθεσή τους είναι να επιστρέψουν στον τόπο της μόνιμης κατοικίας τους μέσα σε λίγες, μέρες βδομάδες ή μήνες.

Οι άνθρωποι επισκέπτονται τουριστικούς προορισμούς για τουριστικούς λόγους, δηλαδή για λόγους άλλους από εκείνους της μόνιμης διαμονής τους ή της επαγγελματικής απασχόλησής τους.

Το 1941 οι καθηγητές Hunziker και Krapf του Πανεπιστημίου της Βέρνης υποστήριξαν την άποψη πως ο τουρισμός πρέπει να οριστεί σαν το σύνολο των φαινομένων και σχέσεων που προκύπτουν από την πραγματοποίηση ενός ταξιδιού σε έναν προορισμό και τη διαμονή σε αυτόν μη μόνιμων κατοίκων του.

Το 1937 η Επιτροπή Εμπειρογνομόνων της Κοινωνίας των Εθνών σύστησε στις χώρες-μέλη της να υιοθετήσουν έναν ορισμό που χαρακτήριζε τον τουρίστα σαν ένα άτομο που ταξιδεύει για ένα χρονικό διάστημα 24 ωρών ή περισσότερο σε μια χώρα διαφορετική από εκείνη που διαμένει μόνιμα.

Δυόμιση δεκαετίες αργότερα, το 1963 η Διάσκεψη των Ηνωμένων Εθνών για Διεθνή Ταξίδια και Τουρισμό, που πραγματοποιήθηκε στη Ρώμη συμφώνησε ο όρος επισκέπτης να περιγράφει κάθε άτομο που επισκέπτεται μία χώρα διαφορετική από εκείνη που διαμένει μόνιμα, για οποιοδήποτε λόγο εκτός από εκείνο της άσκησης ενός επαγγέλματος για το οποίο να αμείβεται με χρηματικούς πόρους της χώρας την οποία επισκέπτεται. Ο ορισμός αυτό καλύπτει δύο κατηγορίες επισκεπτών:

Τους τουρίστες: άτομα που επισκέπτονται μια χώρα και διαμένουν σε αυτήν τουλάχιστον επί ένα 24ωρο, και των οποίων οι λόγοι επίσκεψης είναι τις περισσότερες φορές διακοπές, επαγγελματικοί, υγείας, σπουδές, συμμετοχή σε αποστολή ή σύσκεψη ή συνέδριο, επίσκεψη φίλων ή συγγενών, θρησκευτικοί και άθληση.

Τους εκδρομείς: άτομα που επισκέπτονται μια χώρα και διαμένουν σε αυτή λιγότερο από ένα 24ωρο. Σε αυτούς περιλαμβάνονται οι επιβάτες κρουαζιερόπλοιων, οι επισκέπτες που έρχονται και φεύγουν την ίδια μέρα χωρίς να διανυκτερεύσουν, καθώς επίσης και τα πληρώματα πλοίων, αεροπλάνων κλπ.

1.2 Διακρίσεις του τουρισμού

Εσωτερικός τουρισμός: Κανένας από αυτούς τους ορισμούς δεν λαμβάνει υπόψη τον εσωτερικό τουρισμό. Τελευταία φορά, το θέμα της υιοθέτησης ενός ορισμού για τον εσωτερικό τουρισμό τέθηκε στην Παγκόσμια Διάσκεψη για τον Τουρισμό που συγκλήθηκε το 1980 στην Μανίλα των Φιλιππινών από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Τουρισμού, χωρίς όμως θετικό αποτέλεσμα. Σήμερα, κάποιες χώρες έχουν δώσει έναν ορισμό για τον ντόπιο τουρίστα. Οι ΗΠΑ π.χ. ορίζουν σαν τουρίστα που κάνει εσωτερικό τουρισμό οποιοδήποτε άτομο φεύγει από το σπίτι του με σκοπό να επισκεφτεί κάποιο μέρος που απέχει τουλάχιστον 50 μίλια (80,48 χιλιόμετρα) από αυτό για οποιοδήποτε λόγο εκτός της καθημερινής του μετάβασης στην εργασία.

Εγχώριος τουρισμός (domestic tourism): Ο τουρισμός των κατοίκων μίας χώρας όταν ταξιδεύουν μόνο εντός αυτής (πχ. ένας Αθηναίος πηγαίνει στην Τρίπολη)

Εξερχόμενος τουρισμός (outbound tourism): Αφορά στους μόνιμους κατοίκους μίας χώρας οι οποίοι ταξιδεύουν σε μία άλλη χώρα (πχ. ένας Έλληνας που ταξιδεύει στη Γαλλία)

Εισερχόμενος τουρισμός (inbound tourism): Ο τουρισμός των αλλοδαπών οι οποίοι ταξιδεύουν σε δεδομένη χώρα (πχ. ένας Γάλλος που ταξιδεύει στην Ελλάδα)

Διεθνής τουρισμός (international tourism): Το σύνολο του εισερχόμενου και του εξερχόμενου τουρισμού.

Εσωτερικός τουρισμός (internal tourism): Το σύνολο του εγχώριου και του εισερχόμενου τουρισμού.

Εθνικός τουρισμός (national tourism): Το σύνολο του εγχώριου και του εξερχόμενου τουρισμού.

1.3 Ορισμός αλκοόλ

Ο όρος αλκοόλ προέρχεται από την αραβική λέξη "al kohl". Το αλκοόλ που βρίσκεται στα αλκοολούχα ποτά ονομάζεται αιθυλική αλκοόλη ή αιθανόλη και έχει το χημικό τύπο C_2H_5OH . Ο άνθρακας, το υδρογόνο και το οξυγόνο αποτελούν τα μόνα στοιχεία της αιθυλικής αλκοόλης. Αυτή είναι το μόνο είδος αλκοόλης που είναι ασφαλές για ανθρώπινη κατανάλωση, ταξινομείται φαρμακολογικά, ως γενικό καταστατικό και μπορεί να προκαλέσει καταστολή του κεντρικού νευρικού συστήματος. Φαρμακολογική ουσία με πολύ μικρό μοριακό βάρος (46) που απορροφάται ταχέως, ειδικά με άδειο στομάχι, περνάει από το συκώτι όπου στο τέλος γίνεται ο μεταβολισμός του, και διανέμεται γρήγορα σε όλα τα υγρά εντός και εκτός των κυττάρων του σώματος. Το 90%-95 % του αλκοόλ διασπάται σιγανά από ένζυμα στο συκώτι και το υπόλοιπο βγαίνει από τους πνεύμονες, ούρα και ιδρώτα.

Το αλκοόλ εντοπίζεται κυρίως στον εγκέφαλο και τους πνεύμονες, λόγω της πλούσιας κατανομής αίματος, και λιγότερο σε άλλα όργανα. Αυτό που δεν γνωρίζει το κοινό είναι ότι ο ρόλος του αλκοόλ στην βιοχημεία του σώματος, είναι αυτός του γενικού μαστρογαλαστή. Είναι το δεύτερο σκέλος από τη σειρά που σχηματίζουν οι κορεσμένες μονοσθενείς αλκοόλες και η πιο γνωστή αλκοόλη. Βιομηχανικά η αλκοόλη παρασκευάζεται από ζαχαρούχους καρπούς, κύρια σταφύλια ή από μελάσα έπειτα από ζύμωση, οπότε το υπάρχον ζάχαρο μετατρέπεται σε αλκοόλη, η οποία αποστάζεται.

Η αλκοόλη αποτελεί το κύριο συστατικό στα αλκοολούχα ποτά. Είναι υγρό άχρωμο με ευχάριστη μεθυστική οσμή, ευκίνητο, ελαφρότερο από το νερό. Όταν αναμιγνύεται με το νερό, αναπτύσσεται θερμότητα και γίνεται συστολή του όγκου του όλου υγρού μίγματος. Εκτός από το νερό αναμιγνύεται με αιθέρα, γλυκερίνη και άλλες οργανικές ενώσεις. Διαλύει άριστα πολλές ουσίες. Ως διαλυτής παίρνει τη δεύτερη θέση μετά το νερό. Σε μικρές ποσότητες προκαλεί διέγερση σε μεγαλύτερες μέθη και σε ακόμη πιο μεγάλες και σε περίπτωση επανάληψης προκαλεί σοβαρές βλάβες και τέλος το θάνατο. Χρησιμοποιείται ως διαλυτής, ως αντισηπτικό, στην αρωματοποιία και στη φαρμακευτική, στην κατασκευή αλκοολούχων ποτών, στη χημική βιομηχανία κ.λ.π. Επειδή στην περίπτωση που η αλκοόλη είναι καθαρή έχει μεγάλη φορολογία, όταν πρόκειται να χρησιμοποιηθεί για βιομηχανικούς σκοπούς της προσθέτουν ουσίες, οι οποίες της δίνουν άσχημη γεύση και οσμή, ώστε να μην

μπορεί να χρησιμοποιηθεί για να κατασκευάζονται αλκοολούχα ποτά. Πρώτες ύλες για την παρασκευή της αλκοόλης είναι:

1. Τα αλκοολούχα υγρά από τα οποία παίρνεται με απλή απόσταξη .
2. Ζαχαρούχα υγρά .
3. Ζαχαρότευτλα
4. Σταφίδες
5. Αμυλούχες ύλες και
6. Κυτταρινούχες ύλες.

Δεν έχει εξακριβωθεί πότε αρχίζει στην ανθρώπινη ιστορία, η χρήση του αλκοόλ, ούτε η εμφάνιση του μπορεί να συσχετισθεί με την ύπαρξη ορισμένων ιστορικών και κοινωνικών συνθηκών. Η παραγωγή και πώληση οινοπνευματωδών ποτών είναι διαδικασίες ρυθμισμένες με νόμους από τους πρώτους κιάλας πολιτισμούς.

Ο κώδικας του Χαμουραμί περιείχε διατάξεις που ρύθμιζαν το κανονισμό λειτουργίας των "οίκων οινοποσίας". Οι Σουμέριοι και οι Αιγύπτιοι ιατροί χρησιμοποιούσαν την μύρα και τα κρασί σαν συστατικό στοιχείο των ιατρικών συνταγών. Το νερό, που στους πρώτους γεωργικούς πολιτισμούς ήταν από τα πολυτιμότερα αγαθά, το χρησιμοποιούσαν αρχικά και για να κάνουν σπονδές στις διάφορες λατρευτικές τελετουργίες. Αργότερα όμως αντικαταστάθηκε από τα γάλα, το μέλι και το κρασί ή τη μύρα. Η εισαγωγή των οινοπνευματωδών ποτών στο τυπικό πολλών θρησκειών συνδέεται με την ιδιότητα τους να φέρνουν τους ιερείς σε μια επιθυμητή κατάσταση έκστασης. Η ιδιότητα αυτή θεωρούνταν αποτέλεσμα της παρουσίας υπερφυσικών πνευμάτων και θεών. Το κόκκινο κρασί, στα πλαίσια των θρησκευτικών του χρήσεων , ταυτίστηκε από την αρχή με το σύμβολο του αίματος της ζωής και με αυτή την πνευματική σημασία πέρασε ως συστατικό στοιχείο στο χριστιανικό μυστήριο της Θείας Ευχαριστίας.

Οι μύθοι και οι μαρτυρίες που σώζονται από τον αρχαιοελληνικό και ρωμαϊκό πολιτισμό αποκαλύπτουν την κοινή σχεδόν πανομοιότητα.

Έλληνες φιλόσοφοι ανέφεραν μια χονδροειδή μέθοδο απόσταξης . Ο Διόνυσος ήταν θεός του κρασιού, γιος του Δία και της Σεμέλης. Οι περιπέτειες του είναι πολλές. Έτσι σ' ένα μεγάλο του ταξίδι ως την Ινδία που συνοδεύονταν από σάτυρους , άντρες και γυναίκες που κρατούσαν κληματόβεργες χορεύοντας και τραγουδώντας , δίδασκε

στους ανθρώπους, που συναντούσε και τον αγαπούσαν, πως να καλλιεργούν το αμπέλι και να φτιάχνουν κρασί.

Ως ποτό η μύρα ήταν γνωστή από τους προϊστορικούς ακόμα χρόνους . Παρασκευαζόταν από αλεύρι ή σπόρους δημητριακών , στην Ασσυρία , τη Βαβυλωνία και την Αίγυπτο [5.000 - 2.500 π.Χ.] Στην Αίγυπτο η βιομηχανία της προστατευόταν από τους ίδιους τους Φαραώ. Οι Κινέζοι απέσταξαν ένα ποτό από μύρα ρυζιού γύρω στα 800 π.Χ. ενώ το αράκ αποσταζόταν στις Ανατολικές Ινδίες από καλαμοσάκχαρο και ρύζι. Οι Άραβες ανέπτυξαν μια μέθοδο απόσταξης για την παραγωγή ποτού από κρασί.

Ο Ξενοφών στην "Κύρου Ανάβαση" γράφει ότι, επιστρέφοντας με τους μύριους από την Περσία, είδε στην Αρμενία να πίνουν ποτό από κριθάρι. Οι Σκύθες, οι Θράκες , οι Κέλτες κ.α. έπιναν μύρα από εκείνα τα χρόνια . Οι λαοί της Β.Ευρώπης έμαθαν την τέχνη της ζυθοποιίας από τους Ρωμαίους. Η Παρασκευή ποτών με απόσταξη ήταν γνωστή στη Βρετανία πριν από την ρωμαϊκή κατάκτηση. Παρόμοια ποτά κατασκευάζονταν στην Ισπανία , Γαλλία και την υπόλοιπη Δ.Ευρώπη , κυρίως μετά τον 8^ο αιώνα όπου ήλθαν σε επαφή με τους Άραβες . Κατά το μεσαιώνα ιδρύθηκαν πολλές βιοτεχνίες μύρας στην Ευρώπη και ιδιαίτερα στη Γερμανία, που με τον καιρό εξελίχτηκαν στις σύγχρονες τεράστιες βιομηχανίες με πλατιά κατανάλωση που πολλές φορές επιβάλλονταν κυβερνητικός έλεγχος. Στην Ελλάδα το πρώτο βιοτεχνικό εργαστήριο μύρας ιδρύθηκε το 1864 στην Αθήνα από Ι.Φιξ. Αργότερα ιδρύθηκαν και άλλα.

1.4 Αλκοολισμός

Αλκοολισμός λέγεται η οξεία ή χρόνια δηλητηρίαση που προκαλείται από την αιθυλική αλκοόλη, δηλαδή το οινόπνευμα. Οφείλεται στην υπερβολική και παρατεταμένη χρήση οινοπνευματωδών ποτών. Αλκοολισμός είναι η κατάσταση στην οποία το άτομο βιώνει μια υπερβολική, παθολογική σχέση με το αλκοόλ. Η κατάχρηση αυτή οινοπνευματωδών ποτών ασκεί επιβλαβή επίδραση τόσο στην υγεία του ατόμου, σωματικά και ψυχικά, και την ικανότητά του στην εργασία, όσο και στην οικογενειακή και την ευημερία της κοινωνίας όπως επίσης στην επικοινωνία του με άλλα άτομα. Η λέξη «αλκοολισμός» χρησιμοποιήθηκε για πρώτη φορά το 1846 από τον Σουηδό γιατρό και κοινωνικό λειτουργό M.Huss για να προσδιορίσει το σύνολο των νοσηρών αλλαγών που συμβαίνουν στον ανθρώπινο οργανισμό από την

κατανάλωση οινοπνευματωδών ποτών. Η βιολογική, αλλά και η ιατρική σημασία του όρου «αλκοολισμός» είναι συνδεδεμένη στην εποχή μας με την κοινωνική του έννοια.

1.5 Μορφές αλκοολισμού

Οξύς αλκοολισμός. Γνωστός και σαν αιθυλική κρίση (ή κοινώς "μεθύσι"). Τα πρώτα συμπτώματα της μέθης εμφανίζονται όταν συγκεντρωθεί στο αίμα περισσότερο από 0,2% οινόπνευμα. Σε αυτό το στάδιο παρατηρείται ελάττωση της οπτικής και ακουστικής οξύτητας, στο πρόσωπο εμφανίζεται ερυθρότητα συνοδευόμενη από αίσθημα θερμότητας και υπάρχει αυξημένη αποβολή ούρων. Όταν η πυκνότητα του οινοπνεύματος φθάσει μεταξύ 1-1,5 γραμμ. στο αίμα, τότε παρατηρείται ευφορία, διέγερση και υπερκινητικότητα, τόνωση της αυτοπεποίθησης, παραγνώριση ή υποτίμηση του κινδύνου. Τα συμπτώματα αυτά συχνά ακολουθούν η μελαγχολία και η κατάπτωση.

Χρόνιος αλκοολισμός. Εμφανίζεται κυρίως σε άτομα ηλικίας 40-50 ετών, βασικό στοιχείο των οποίων είναι η χρόνια χρήση αλκοόλ (για 10 ή περισσότερα χρόνια). Ο αλκοολικός σ' αυτή τη φάση, εμφανίζεται καχεκτικός, ανέκφραστος, ανήσυχος, με αλλοιώσεις στο δέρμα του προσώπου όπως διαστολή των πόρων και κοκκίνισμα ιδιαίτερα στη μύτη και στα μάτια. Έχει ένα ασπροκίτρινο χρώμα και το δέρμα φαίνεται αυλακωμένο από λεπτές διατεταμένες φλέβες.

Ο αλκοολισμός είναι νόσος και θα πρέπει να αντιμετωπίζεται ανάλογα. Υπάρχουν μεγάλες ομοιότητες -όσο και αν αυτό ξενίζει ορισμένους- μεταξύ ενός αλκοολικού και ενός τοξικομανούς. Ο αλκοολισμός χαρακτηρίζεται από:

- Ψυχική εξάρτηση: (έντονη επιθυμία για κατανάλωση αλκοόλ, λόγω της ευφορίας και της ευχαρίστησης που αυτή προσφέρει
- Σωματική εξάρτηση: (ανάγκη για λήψη αλκοόλ λόγω του γεγονότος ότι ο οργανισμός το χρειάζεται σαν βασικό διατροφικό στοιχείο, ύστερα από χρόνια κατανάλωση). Παρατηρούνται οργανικές και λειτουργικές διαταραχές αν δεν καταναλωθεί αλκοόλ.
- Αντοχή: Ο αλκοολικός αναζητά ολοένα και μεγαλύτερη ποσότητα για να αισθανθεί το επιθυμητό αποτέλεσμα

- Απώλεια οποιουδήποτε ενδιαφέροντος και αδιαφορία για τις κοινωνικές του δραστηριότητες.

Πρέπει να σημειωθεί τα παραπάνω σημεία χαρακτηρίζουν την τυπική μορφή του αλκοολισμού χωρίς αυτό να σημαίνει ότι κάποιος πρέπει να παρουσιάζει αποκλειστικά αυτά προκειμένου να θεωρηθεί αλκοολικός.

Πότε θεωρείτε κάποιος αλκοολικός:

Για να μπορέσεις να προσδιορίσεις εάν κάποιος είναι εξαρτημένος ή εθισμένος στο αλκοόλ αυτό το άτομο πρέπει να πληροί συγκεκριμένα κριτήρια τα οποία έχουν καθοριστεί από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας (WHO), μεταξύ άλλων. Τα ακόλουθα είναι κριτήρια για εθισμό στο αλκοόλ (δεν χρειάζεται να πληροί κανείς όλα τα κριτήρια):

Ανοχή

Ψυχολογική εξάρτηση (να έχεις επιθυμία για αλκοόλ, που ποικίλει από πολύ μικρή μέχρι πολύ μεγάλη)

Στερητικά συμπτώματα (να εκδηλώνονται σωματικές αντιδράσεις μετά τη διακοπή)

Χρήση αλκοόλ για τον περιορισμό των στερητικών συμπτωμάτων

Αποτυχημένες προσπάθειες να ελέγξει τη χρήση του αλκοόλ.

Σπατάλη πολύ χρόνου που απαιτείται για τη λήψη αλκοόλ ή για την απαλλαγή από τη επήρειά του

Καταστροφικές συνέπειες από τη χρήση τόσο στο ίδιο το άτομο όσο και στο περιβάλλον του (προβλήματα στη δουλειά ή το σχολείο, διαφωνίες με τα άτομα του στενού περιβάλλοντος, αφιερώνει λιγότερο χρόνο σε χόμπι, ασθένειες)

Λήψη αλκοόλ πιο συχνά και σε μεγαλύτερες δόσεις απ' ό τι σχεδίαζε.

Συνεχίζει να πίνει αλκοόλ ακόμα κι αν γνωρίζει ότι του προκαλεί ζημιά.

Όταν οι πελάτες πάνε σε ένα θεραπευτικό κέντρο, το πρώτο πράγμα που θα ανακαλύψουν είναι η σοβαρότητα της εξάρτησης. Το EuroASI (Δείκτης Βαθμού Εξάρτησης) είναι ένα τεστ που χρησιμοποιείται από πολλά ιδρύματα για τον εντοπισμό προβλημάτων που σχετίζονται με την χρήση αλκοόλ.

1.6 Η πορεία προς τον αλκοολισμό

Η πορεία ενός τυπικού αλκοολικού μπορεί να συνοψισθεί σε τέσσερις διαχρονικές φάσεις. Αρχικά όπως όλοι μας το άτομο πίνει οινοπνευματώδη ποτά σε κάποιο γεύμα ή σε κοσμικές συγκεντρώσεις. Ξεφεύγει όμως, από τα φυσιολογικά όρια όταν αρχίζει να επιδιώκει και να εφευρίσκει νέες αιτίες κάποιου δήθεν "εορτασμού" για να δικαιολογήσει έτσι την ανάγκη του να καταναλώνει αλκοόλ και σε μεγαλύτερες ποσότητες και σε συχνότερες δόσεις.

Στη δεύτερη φάση το άτομο με δέος ανακαλύπτει ότι πάσχει από "κενά μνήμης" καθώς ξεχνά τις δραστηριότητές του σε συγκεκριμένα χρονικά διαστήματα κατανάλωσης μεγάλης ποσότητας αλκοόλ.

Στην τρίτη φάση το άτομο ανακαλύπτει την ακατανίκητη ανάγκη του για αλκοόλ και αρχίζει το δράμα του καθώς πασχίζει να περιορίσει την κατανάλωση σε τακτά και ελεγχόμενα διαστήματα π.χ. μόνο τις βραδινές ώρες, ή όταν είναι με παρέα αλλά ανακαλύπτει έντρομο πια ότι χρειάζεται το αλκοόλ του σε συνεχή 24ωρη βάση!

Στην τέταρτη φάση αυτής της εκφυλιστικής πορείας προς την εξάρτηση το άτομο ζει μόνο για το επόμενο ποτό εγκαταλείποντας κοινωνικές και οικονομικές υποχρεώσεις και επαγγελματικές δραστηριότητες, παραμελώντας ταυτόχρονα τον εαυτό του και την οικογένειά του. Στη γλώσσα της ψυχοθεραπευτικής θεώρησης του αλκοολισμού, και γενικότερα ατόμων με αδήριτη εξάρτηση από εθιστικές ουσίες, το άτομο, "έχει κτυπήσει...πάτο!"

1.7 Τα στάδια του αλκοολισμού

Ο αλκοολισμός είναι η κατάσταση στην οποία το άτομο βιώνει μια υπερβολική, παθολογική σχέση με το αλκοόλ. Η σχέση αυτή περνά από στάδια:

1. Την κοινωνική ή καθημερινή χρήση (παραπέμπει στο παραδοσιακό μοντέλο κατανάλωσης και σχέσης με το αλκοόλ).
2. Την προβληματική κατανάλωση (είναι η αρχή της παθολογικής σχέσης με το αλκοόλ).

3. Τη σοβαρή κατάχρηση αλκοόλ.
4. Την εξάρτηση από το αλκοόλ (είναι το τελικό στάδιο).

Το τελικό στάδιο, αυτό της εξάρτησης από το αλκοόλ που συναντάται ύστερα από μακροχρόνια κατάχρηση αλκοόλ, δεν είναι το μόνο επικίνδυνο. Κάθε στάδιο κρύβει κινδύνους για την ανθρώπινη υγεία. Για παράδειγμα, στο δεύτερο μόλις στάδιο της προβληματικής κατανάλωσης παρατηρούμε την πρόκληση τροχαίων ατυχημάτων. Δεν είναι ανάγκη να είναι κάποιος βαρύς αλκοολικός για να προκαλέσει ένα τροχαίο. Αρκεί να έχει βγει έξω και να έχει πει σημαντική ποσότητα αλκοόλ. Άρα, η έννοια του αλκοολικού όπως την ξέρει ο κόσμος είναι ένα πρόβλημα το οποίο ενδεχομένως συγκινεί ή προκαλεί, αλλά το αλκοόλ αυτό καθαυτό, σε οποιαδήποτε φάση σχέσης μαζί του, μπορεί να προκαλέσει προβλήματα.

Στη χώρα μας το αλκοόλ είναι συνυφασμένο με την κοινωνική ζωή και την καθημερινότητα. Η νομιμότητα της ουσίας, η σχέση της με τα ήθη και έθιμα που παρατηρείται σε όλες τις παραδοσιακά οινοπαραγωγικές χώρες της Μεσογείου έχουν δημιουργήσει το παραδοσιακό μοντέλο κατανάλωσης αλκοόλ. Είναι μια ήπια σχέση με το αλκοόλ, το οποίο συνοδεύει το φαγητό σε γιορτές, οικογενειακές και κοινωνικές συγκεντρώσεις κ.ο.κ. Στις μεσογειακές χώρες αλκοόλ σημαίνει κρασί. Διαφορετικό μοντέλο κατανάλωσης, μεγάλων ποσοτήτων σκληρών ποτών (με υψηλή συγκέντρωση οινοπνεύματος), παρατηρείται στις πιο βόρειες χώρες. Ωστόσο, τα τελευταία χρόνια στην Ελλάδα παρατηρείται αλλαγή του παραδοσιακού μοντέλου. Οι δείκτες κατανάλωσης αλκοόλ σε σχέση με την ποιότητα, την ποσότητα ή τη συχνότητα έχουν αλλάξει, και κυρίως στις νέες ηλικίες. Μελέτες δείχνουν ότι γίνεται αυξημένη κατανάλωση αλκοόλ από τους νέους. Στατιστικά στοιχεία αναφέρουν ότι το 40% των τροχαίων θανατηφόρων ατυχημάτων (είμαστε πρώτοι στην Ευρώπη σε τροχαία θανατηφόρα και βαριές αναπηρίες) σχετίζεται με κατανάλωση αλκοόλ. Άλλα στοιχεία μαρτυρούν τις επιπτώσεις από την κατανάλωση αλκοόλ στην παραγωγικότητα ενός λαού.

1.8 Τύποι αλκοολισμού

Ουσιαστικά δεν υπάρχει ένας τύπος αλκοολισμού και ένα στερεότυπο του προβλήματος αλλά ΠΕΝΤΕ διαφορετικοί που θα δούμε αμέσως αναλυτικά.

Ο ΑΛΦΑ τύπου αλκοολισμός έχει σαφή ψυχογενή αίτια και οφείλεται, συνήθως, στον εθισμό που προκαλείται από την κατανάλωση αλκοόλ για την επιτυχή καταστολή ψυχικών δυσχερειών και προβλημάτων. Τα άτομα που ανήκουν σε αυτόν τον τύπο αλκοολικού μπορούν να βοηθηθούν σχετικά εύκολα αντικαθιστώντας το αλκοόλ με κάποια αγχολυτικά - ηρεμιστικά για μικρό χρονικό διάστημα και εφόσον υποβάλλονται ταυτόχρονα και σε έντονη αναλυτική και υποστηρικτική ψυχοθεραπεία.

Ο ΒΗΤΑ τύπου αλκοολισμός αφορά περιπτώσεις υπερβολικής χρήσης αλκοόλ από άτομα που "ζουν δημόσια" δηλαδή αναγκάζονται να καταναλώσουν μεγάλες ποσότητες αλκοόλ επειδή το απαιτούν οι κοινωνικοί-οικονομικές συνθήκες και μπορεί να οδηγήσει το άτομο σε οργανικά προβλήματα (π.χ. με το ήπαρ) αλλά συνήθως δεν αντιμετωπίζουν ψυχική ή οργανική εξέταση.

Ο ΓΑΜΑ τύπος αφορά άτομα με έντονη ψυχική και οργανική εξάρτηση από το αλκοόλ που εκδηλώνεται με την ανικανότητά τους να σταματήσουν το ποτό ακόμα και αν συντρέχουν σοβαροί λόγοι υγείας και με την τάση τους να αυξάνουν τη συχνότητα και την ποσότητα της "δόσης" τους καθώς ο εθισμός στο αλκοόλ δημιουργεί μια αντίστοιχη ανοχή. Τα άτομα αυτά παρουσιάζουν τα συμπτώματα του "στερητικού συνδρόμου " που σχετίζονται με την δημιουργία της ψυχοσωματικής κατάστασης ανοχής (ταχυκαρδία, νευρικότητα, έντονη εφίδρωση, αίσθηση ναυτίας και ανεξέλεγκτο τρέμουλο)

Ο ΔΕΛΤΑ τύπου αλκοολισμός έχει στοιχεία ψυχικής και σωματικής εξάρτησης όπως και ο γάμα τύπος αλλά διαφέρει στο σημείο όπου ο αλκοολικός δέλτα κατορθώνει να σταματήσει την κατανάλωση αλκοόλ λίγη ώρα πριν πέσει στο πάτωμα με χαμένες τις αισθήσεις τους δηλαδή λίγη ώρα πριν λιποθυμήσει, ενώ

Ο ΕΨΙΛΟΝ τύπος, γνωστός παλιότερα και σαν "διψομανία" αναφέρεται στα άτομα που καταναλώνουν υπερβολικές ποσότητες αλκοόλ για κάποια χρονικά διαστήματα (ίσως μέρες στη σειρά, ακόμη και βδομάδες) καταλήγοντας μετά σε κάποιο

νοσηλευτικό ίδρυμα ή κέντρο αποτοξίνωσης. Εκεί, αφού επιτύχουν την αποτοξίνωση, την οργανική απελευθέρωση από την εξάρτηση τους στο αλκοόλ θα παραμείνουν "καθαροί" για κάποιο χρονικό διάστημα που συνήθως μεσολαβεί μέχρι και την επόμενη κρίση "δισομανίας" που τερματίζει, σε φαυλοκυκλική επανάληψη, το "στέγνωμα" τους σε κάποιο κέντρο αποτοξίνωσης.

1.9 Αιτίες που οδηγούν στον αλκοολισμό

Τα αίτια που προκαλούν τη διάδοση του αλκοολισμού ανάμεσα στα φτωχά στρώματα του πληθυσμού είναι, κυρίως, οικονομικά. Οι ακατάλληλες συνθήκες κατοικίας, η ανεπαρκής και ομοιόμορφη διατροφή, η έλλειψη δυνατοτήτων για πολιτιστική ψυχαγωγία, οι αδιέξοδες καταστάσεις είναι τα αίτια της βαριάς μορφής μέθης, στην οποία καταφεύγουν οι άνθρωποι ως μέσο λησμονιάς ή σαν υποκατάστατο τροφής.

Με την αύξηση του πληθυσμού των πόλεων, διευρύνονται οι κοινωνικές σχέσεις των ανθρώπων, διαδίδονται ευχερέστερα οι κακές συνήθειες και οξύνεται η νευροψυχική ένταση, ενώ χαλαρώνει ο ηθικός έλεγχος, αφού στις συνθήκες της ζωής της μεγάλης πόλης, η συμπεριφορά των ανθρώπων υποβάλλεται λιγότερο σε κοινωνικό έλεγχο απ' ό,τι σ' ένα χωριό. Κοινωνικές είναι και οι ψυχολογικές αιτίες της μέθης. Με τον όρο ψυχολογικές αιτίες εννοούμε το σύνολο των κινήτρων που ωθούν ορισμένα άτομα στη χρήση οινοπνευματωδών ποτών. Οι δυσκολίες προσαρμογής στο εξωτερικό περιβάλλον, οι συγκρούσεις στα πλαίσια του στενότερου περίγυρου, η δυσαρέσκεια, η μοναξιά, η έλλειψη κατανόησης, η κόπωση, η αναποφασιστικότητα, η συναίσθηση ότι μειονεκτεί σε κάτι και πολλά άλλα, προκαλούν στο άτομο μια ψυχική κατάσταση δυσφορίας και με την επίδραση του αλκοόλ ανακουφίζεται προσωρινά. Ωστόσο, στη βοήθεια του αλκοόλ δεν καταφεύγουν ούτε πάντοτε, ούτε όλοι όσοι βρίσκονται σε μια ορισμένη στιγμή ή περίοδο, σε δυσάρεστη θέση. Αυτό εξαρτάται από την ατομική πείρα, από την ατομική σχέση με το αλκοόλ, καθώς κι από τον τρόπο που γίνεται ο κοινωνικός έλεγχος. Οι κοινωνικές συνθήκες μπορούν όχι μόνο να δημιουργούν τις προϋποθέσεις για τη χρήση του αλκοόλ, αλλά και να περιορίζουν τη χρησιμοποίησή του. Ο περιορισμός αυτός μπορεί να είναι τυπικός (νομοθετικός) ή μη τυπικός (ηθικός). Ο τελευταίος εξαρτάται, κυρίως, από τη σχέση του ανθρώπου προς τις καθιερωμένες, από την κοινωνία, αρχές και από την κοινωνική ηθική. Όσο λιγότερες δυνατότητες έχει το άτομο να ξεπεράσει μια

δύσκολη κατάσταση, τόσο ευκολότερα καταφεύγει στο αλκοόλ και τόσο μικρότερη πιθανότητα υπάρχει να σταματήσει με τη θέλησή του τη χρήση οινοπνευματωδών ποτών. Όμως, τα άτομα που δεν είναι σε θέση να αντιδράσουν με τη θέλησή τους αποτελούν ασήμαντο τμήμα των αλκοολικών και έχουν ανάγκη όχι τόσο από κοινωνικό έλεγχο, όσο από ψυχιατρική βοήθεια. Σοβαρή σημασία στο πρόβλημα του αλκοολισμού έχει η επίδραση του στενού περιβάλλοντος (γονέων, φίλων) που σε σημαντικό βαθμό διαμορφώνει την προσωπικότητα και την τοποθέτηση των νέων απέναντι στο αλκοόλ. Από έρευνες που έχουν γίνει, σχετικά με το ρόλο της οικογένειας στην εμφάνιση και διάδοση του αλκοολισμού, διαπιστώθηκε η επίδραση που έχει η υπέρμετρη χρήση αλκοόλ από έναν από τους γονείς και η λαθεμένη διαπαιδαγώγηση του ατόμου κατά την παιδική του ηλικία. Τέλος, άλλες αιτίες που μπορεί να οδηγήσουν κάποιον στον αλκοολισμό είναι ότι πίνει για το κέφι, για να αλλάξει η διάθεση του, να «φτιαχτεί», να ηρεμήσει, να χαλαρώσει και επειδή έχει αϋπνία ή προβλήματα στις σχέσεις του με τους άλλους.

1.10 Θετικές και αρνητικές επιδράσεις του αλκοόλ

Οι θετικές επιδράσεις του αλκοόλ στον ανθρώπινο οργανισμό

- Το αλκοόλ διατηρεί τη διαύγεια

Η καθημερινή κατανάλωση αλκοόλ, αλλά με μέτρο, βοηθά τις γυναίκες να διατηρήσουν τις διανοητικές τους ικανότητες καθώς διανύουν την τρίτη ηλικία, σύμφωνα με την πλέον εκτενή μελέτη που έχει γίνει έως σήμερα, που διεξήχθη σε 12.480 γυναίκες ηλικίας 70 έως 81 ετών επί αρκετές δεκαετίες. Σύμφωνα με αυτή, οι γυναίκες που έπιναν ημερησίως ένα ποτηράκι κρασί, μπίρα ή ένα δυνατό αλκοολούχο ποτό για τουλάχιστον τέσσερα χρόνια, διέτρεχαν 20% μικρότερο κίνδυνο να παρουσιάσουν μείωση των διανοητικών τους ικανοτήτων.

Ορισμένες ουσίες της μπύρας ωφελούν τον ανθρώπινο οργανισμό;

Το ερώτημα κατά πόσο η μπίρα μπορεί να έχει ευεργετικές επιδράσεις στην υγεία, έχει απασχολήσει και απασχολεί τόσο τους επιστήμονες όσο και το πλατύ κοινό.

Οι έρευνες που μέχρι σήμερα έδειξαν ότι η μέτρια κατανάλωση κρασιού βοηθούν την καρδιά, εύλογα δημιουργούν το ερώτημα τι συμβαίνει με το άλλο δημοφιλές αλκοολούχο ποτό που είναι η μπίρα.

Την κατανάλωση μπίρας χωρίς αλκοόλ υποδεικνύουν τώρα οι επιστήμονες ως πιθανό σύμμαχο στη μάχη εναντίον του καρκίνου. Στο συμπέρασμα αυτό κατέληξαν Ιάπωνες μελετητές, έπειτα από μια σειρά δοκιμών σε ποντίκια. Συγκεκριμένα, σε 'κεινα από τα πειραματόζωα που δόθηκε μη αλκοολούχος μπίρα, η έκθεση σε καρκινογόνα χημικά προκάλεσε μικρότερες κατά 85% βλάβες σε ζωτικά όργανα, όπως το συκώτι, οι πνεύμονες και τα νεφρά, απ' ότι εκείνα στα οποία δε χορηγήθηκε. Την έρευνα πραγματοποίησε ομάδα επιστημόνων από το Πανεπιστήμιο Οκαγιάμα της Ιαπωνίας, η οποία κατέληξε στο συμπέρασμα, ότι το συγκεκριμένο ποτό περιέχει χημικές ενώσεις, που εμποδίζουν την ανάπτυξη καρκινογενέσεων. Ωστόσο, κάτι τέτοιο δεν επιβεβαιώνεται για τη μπίρα, που περιέχει αλκοόλ.

Προβληματισμός κι επιφυλάξεις

Οι Ιάπωνες επιστήμονες αποδύονται τώρα στην ανακάλυψη των συστατικών εκείνων, που δίνουν στη μη αλκοολούχο μπίρα τις ευεργετικές αυτές ιδιότητες, ώστε στη συνέχεια να προστεθούν σε άλλα φαγητά ή ποτά. Σύμφωνα με τα μέχρι τώρα ιατρικά στοιχεία, το αλκοόλ ευθύνεται για το 6% των περιστατικών με καρκίνο στις δυτικές κοινωνίες. Ωστόσο, τα πορίσματα της νέας αυτής έρευνας φέρνουν διχογνωμίες στον επιστημονικό κόσμο. Βρετανοί επιστήμονες επισημαίνουν, ότι χρειάζεται περαιτέρω μελέτη επί των αποτελεσμάτων. Ακόμη, προειδοποιούν, ότι τα αποτελέσματα ακόμη κι αν είναι αληθινά δεν πρέπει να μεταφραστούν ως έναυσμα για αύξηση της κατανάλωσης της μπίρας.

- Ένα ή δύο ποτά, κάθε μέρα, μειώνουν τον κίνδυνο διαβήτη στους άνδρες

Μέχρι σήμερα γνωρίζαμε ότι η μέτρια και τακτική κατανάλωση μικρών ποσοτήτων αλκοόλ είχε ευεργετικά αποτελέσματα για την υγεία της καρδιάς και των αγγείων μας. Τώρα νέα τεκμηριωμένα επιδημιολογικά δεδομένα δείχνουν ότι η ευεργετική δράση της μέτριας ή μικρής κατανάλωσης αλκοόλης επεκτείνεται και στην πρόληψη άλλων σοβαρών και πολύ διαδεδομένων ασθενειών όπως ο διαβήτης τύπου 2.

Σε αντίθεση με το τσιγάρο, για το οποίο γνωρίζουμε ότι έστω και ένα την ημέρα είναι βλαβερό, στην περίπτωση του ποτού, αποδεικνύεται ότι μια μέτρια ή ακόμη μικρή καθημερινή κατανάλωση είναι ευεργετική για την υγεία.

Μια πολύ ενδιαφέρουσα έρευνα που έγινε από γιατρούς στη Βοστώνη και στο Σίδνεϋ, μελέτησε 46.892 άνδρες επαγγελματίες για μια περίοδο 12 ετών. Οι άνδρες αυτοί κάθε δύο χρόνια απαντούσαν ένα ειδικό ερωτηματολόγιο για τις συνήθειές τους και την κατάσταση της υγείας τους όπως αυτή εξελισσόταν διαχρονικά. Τα αποτελέσματα της έρευνας έδειξαν ότι οι άνδρες οι οποίοι κατανάλωναν από 15 έως

19 γραμμάρια αλκοόλης, καθημερινά είχαν 36% λιγότερες πιθανότητες να παρουσιάσουν διαβήτη τύπου 2 σε σύγκριση με τους άνδρες οι οποίοι έπιναν λιγότερο ή καθόλου. Τα ευρήματά τους έδειξαν ότι δεν έπαιζε ρόλο τι είδος ποτού έπαιρναν, δηλαδή εάν αυτό ήταν μπύρα, κρασί ή άλλο οινοπνευματώδες ποτό.

Εκείνοι οι οποίοι έπιναν μεγαλύτερες ποσότητες αλκοόλης, δηλαδή από 50 γραμμάρια και περισσότερο, είχαν λίγο μικρότερο κίνδυνο για διαβήτη με 39% λιγότερες πιθανότητες για να παρουσιάσουν την ασθένεια. Αυτό δείχνει τουλάχιστο εκ πρώτης όψεως ότι όσο περισσότερο έπιναν κάποιои, τόσο μικρότερος ήταν ο κίνδυνος τους. Αυτό το τελευταίο δεν μπορεί να γίνει αποδεκτό διότι κατ' αρχήν ο αριθμός των ατόμων που έπαιρναν τέτοια ποσότητα αλκοόλ στη μελέτη ήταν μικρός και έτσι δεν μπορούν να βγουν σωστά συμπεράσματα. Επιπρόσθετα από ένα σημείο και μετά η υψηλή κατανάλωση αλκοόλ για τον οργανισμό έχει αρνητικές δηλητηριώδεις επιδράσεις.

Για να αντιληφθούμε καλύτερα τα μεγέθη, να αναφέρουμε ότι 50 γραμμάρια αλκοόλης αντιστοιχούν με 3 ή 4 τενεκεδάκια της μπύρας των 12 ουγκιών, ή με 3 ή 4 ποτήρια κρασιού των 5 ουγκιών ή 3 με 4 τέσσερις δόσεις ενός δυνατότερου οινοπνευματώδους ποτού ή λικέρ.

Να υπενθυμίσουμε ότι στην έρευνα αυτή, οι άνδρες που έδειξαν ότι είχαν κατά 36% λιγότερο κίνδυνο για διαβήτη ήσαν αυτοί με μέτρια κατανάλωση αλκοόλης, δηλαδή αυτοί που έπαιρναν καθημερινά από 15 έως 29 γραμμάρια αλκοόλης (δηλαδή κατά προσέγγιση από 1 έως 2 τενεκεδάκια της μπύρας των 12 ουγκιών ή 1 έως 2 ποτήρια κρασιού των 5 ουγκιών ή μία έως δύο δόσεις ενός δυνατότερου οινοπνευματώδους ποτού ή λικέρ).

Επίσης ακόμη ένα σημαντικό αποτέλεσμα της έρευνας ήταν ότι οι άνδρες που έπιναν έστω και ελάχιστες ποσότητες είχαν και αυτοί ευεργετικά αποτελέσματα εάν έπαιρναν τις μικρές ποσότητες αλκοόλης για 5 ημέρες της εβδομάδας.

- Το κόκκινο κρασί και η πρόληψη του καρκίνου

Το κόκκινο κρασί είναι μια πλούσια πηγή βιολογικά ενεργών φυτοχημικών ουσιών, οι οποίες περιέχονται μέσα στα φυτά. Ιδιαίτερα το κρασί, περιέχει αξιόλογες ποσότητες πολυφαινόλων μέσα στις οποίες περιλαμβάνονται οι κατεχίνες και η ρεσβερατρόλη. Η ρεσβερατρόλη και οι κατεχίνες έχουν αντί-οξειδωτικές και αντικαρκινικές ιδιότητες.

Τι είναι οι πολυφαινόλες και πως δρουν προληπτικά εναντίον του καρκίνου;

Οι πολυφαινόλες είναι αντί-οξειδωτικές φυτοχημικές ενώσεις που βρίσκονται μέσα στη φλούδα και στα κουκούτσια των σταφυλιών. Όταν κατασκευάζεται κρασί από τα σταφύλια, η αλκοόλη που δημιουργείται από τη ζύμωση, διαλύει τις πολυφαινόλες που περιέχονται μέσα στη φλούδα και στα κουκούτσια των σταφυλιών.

Το κόκκινο κρασί περιέχει περισσότερες πολυφαινόλες παρά το άσπρο κρασί, διότι η κατασκευή άσπρου κρασιού επιβάλλει την αφαίρεση της φλούδας των σταφυλιών μετά το λιώσιμο. Οι φαινόλες στο κόκκινο κρασί περιλαμβάνουν τις κατεχίνες, τις επικατεχίνες και το gallic acid.

Έρευνες έχουν δείξει ότι οι πολυφαινόλες έχουν αντί-οξειδωτικές ιδιότητες. Οι αντί-οξειδωτικές ουσίες έχουν την ιδιότητα να προστατεύουν τα κύτταρα του οργανισμού από βλάβες που υφίστανται από τις κανονικές αντιδράσεις του μεταβολισμού. Κατά τις διαδικασίες αυτές απελευθερώνονται ελεύθερες ρίζες οξυγόνου, οι οποίες οξειδώνουν και έτσι βλάπτουν το DNA, τις μεμβράνες και τις πρωτεΐνες των κυττάρων.

Οι βλάβες που υφίστανται τα κύτταρα του οργανισμού λόγω της οξείδωσης από τις ελεύθερες ρίζες οξυγόνου που δημιουργούνται από το μεταβολισμό, έχουν θεωρηθεί ότι εμπλέκονται στη γένεση του καρκίνου.

Έρευνες που έχουν γίνει σχετικά με τις αντί-οξειδωτικές ουσίες που περιέχονται μέσα στο κρασί, έδειξαν ότι μπορούν να βοηθήσουν στην καταστολή της γένεσης ορισμένων καρκίνων.

Τι είναι η ρεσβερατρόλη και πως δρα προληπτικά εναντίον του καρκίνου;

Η ρεσβερατρόλη είναι ένας τύπος πολυφαινόλης που ονομάζεται φυτοαλεξίνη. Είναι μια κατηγορία χημικών ενώσεων που ο ρόλος τους είναι να προστατεύουν τα φυτά από τις ασθένειες.

Τα φυτά όταν δεχθούν επιθέσεις από μύκητες ή άλλα μικρόβια, όταν υποστούν οποιασδήποτε μορφής ζημιά, στρες ή ακόμη σε μια προσπάθεια να εξουδετερώσουν τις νοσηρές επιδράσεις της υπερϊώδους ακτινοβολίας, παράγουν για να προστατευθούν τη ρεσβερατρόλη.

Το κόκκινο κρασί περιέχει ψηλές ποσότητες ρεσβερατρόλης όπως επίσης τα σταφύλια, τα βατόμουρα, τα φιστίκια και άλλα φυτά.

Σε πειράματα σε ζώα, η ρεσβερατρόλη φάνηκε ότι μειώνει τη συχνότητα του καρκίνου διότι παρεμβαίνει σε διάφορα στάδια της γένεσης του καρκίνου καταστέλλοντας την καρκινοποίηση κυττάρων. Η ρεσβερατρόλη, εκτός από την αντί-οξειδωτική της δράση, καταστέλλει και μεγάλο φάσμα καρκίνων, τουλάχιστο στο

επίπεδο που μπορεί να ερευνηθεί σε καλλιέργειες κυττάρων στο εργαστήριο. Υπάρχουν επίσης στοιχεία που δείχνουν ότι μειώνει τη φλεγμονή, μειώνει τη σύνθεση πρωτεϊνών (NF kappa B), που παράγονται από το ανοσοποιητικό σύστημα του οργανισμού όταν αυτός δέχεται επίθεση. Η πρωτεΐνη NF kappa B εμπλέκεται στην ανάπτυξη των καρκινικών κυττάρων και των μεταστάσεων.

Τι έχουν δείξει μέχρι σήμερα οι έρευνες για το κόκκινο κρασί; Μέχρι σήμερα έχουν γίνει έρευνες, σε καλλιέργειες κυττάρων και σε πειραματόζωα, που αφορούσαν τις επιδράσεις του κόκκινου κρασιού σε διάφορους τύπους καρκίνου όπως για παράδειγμα καρκίνο του μαστού, λευχαιμία, προστάτη και καρκίνους του δέρματος. Οι έρευνες συνεχίζονται για τις προληπτικές δράσεις της ρεσβερατρόλης εναντίον του καρκίνου.

Πρόσφατα αποτελέσματα από έρευνες που έγιναν σε ζώα, έδειξαν ότι η αντίφλεγμονώδης ιδιότητα της ρεσβερατρόλης, πιθανόν να είναι ένας αποτελεσματικός παράγοντας για την χημειοπροφύλαξη σε στάδια της γένεσης, δημιουργίας, προώθησης και εξάπλωσης του καρκίνου.

Τελειώνοντας, θα πρέπει να τονίσουμε ότι βρισκόμαστε μόνο στα αρχικά στάδια των ερευνών που αφορούν τη διακρίβωση των σχέσεων της κατανάλωσης κόκκινου κρασιού και καρκίνου στον άνθρωπο.

Δεν πρέπει επίσης να ξεχνούμε ότι η υπερβολική κατανάλωση και κατάχρηση του αλκοόλ, μπορεί να έχει αντίθετα αποτελέσματα και να οδηγήσει στην δημιουργία ορισμένων καρκίνων όπως για παράδειγμα καρκίνο του ήπατος.

Σήμερα όλο και περισσότερα στοιχεία συνηγορούν στο γεγονός ότι οι ευεργετικές δράσεις του κρασιού, οφείλονται όχι στο αλκοόλ που περιέχει αλλά στα μη αλκοολούχα συστατικά του, που προέρχονται από τα σταφύλια.

- Το αλκοόλ και τα εγκεφαλικά επεισόδια

Οι άνδρες και γυναίκες, ηλικίας από 60 έως 69 ετών που καταναλώνουν ένα μέχρι δύο ποτήρια κρασιού κάθε μέρα, φαίνεται ότι έχουν μειωμένο κίνδυνο για εγκεφαλικό ισχαιμικό επεισόδιο.

Τα εγκεφαλικά επεισόδια, ισχαιμικής ή αιμορραγικής μορφής, αποτελούν τη τρίτη συχνότερη αιτία θανάτου.

Η επίδραση της κατανάλωσης αλκοόλ πάνω στη συχνότητα των εγκεφαλικών επεισοδίων δεν έχει μέχρι σήμερα διευκρινισθεί πλήρως και παραμένει ένα επίμαχο θέμα. Μέσα στα πλαίσια μιας μεγάλης επιδημιολογικής έρευνας που διήρκεσε 30

χρόνια, ερευνητές από το πανεπιστήμιο της Βοστώνης, εξέτασαν τα δεδομένα για 5.209 άνδρες και γυναίκες.

Κατά τη διάρκεια της έρευνας καταγράφηκαν τα επεισόδια εγκεφαλικών επεισοδίων που συνέβησαν στους συμμετέχοντες. Παράλληλα εξετάστηκαν οι συνήθειες που είχαν όλοι όσοι συμμετείχαν στη μελέτη όσο αφορά την κατανάλωση αλκοόλ.

Τα αποτελέσματα και συμπεράσματα των ερευνητών ήταν τα ακόλουθα:

Οι άνδρες και γυναίκες, ηλικίας από 60 έως 69 ετών που έπιναν από 1 μέχρι 2 ποτήρια κρασί την ημέρα, δηλαδή από 12 μέχρι 24 γραμμάρια αιθανόλης (1 τυπικό ποτό περιέχει περίπου 12 γραμμάρια αιθανόλης), είχαν σημαντικά μειωμένο κίνδυνο για εγκεφαλικά ισχαιμικά επεισόδια

Η προστατευτική δράση της αιθανόλης δεν παρατηρήθηκε για τις υπόλοιπες ηλικίες.

Η υπερβολική κατανάλωση αλκοόλης αύξησε τον κίνδυνο εγκεφαλικών επεισοδίων.

Μόνο το κρασί από τα διάφορα ποτά που μελετήθηκαν (ουίσκι, μύρα ή άλλα ποτά), φάνηκε ότι είχε προστατευτική δράση εναντίον των εγκεφαλικών ισχαιμικών επεισοδίων. Εδώ θα πρέπει να προσθέσουμε ότι άλλες παλαιότερες έρευνες είχαν δείξει ότι η μέτρια κατανάλωση αλκοόλης που προέρχεται από μύρα, κρασί, ουίσκι και άλλα ποτά μειώνει τον κίνδυνο καρδιακής προσβολής. Θα τελειώσουμε τονίζοντας ότι τα ευεργετικά αποτελέσματα της κατανάλωσης αλκοολούχων ποτών για την καρδιά ή για τον εγκέφαλο υπάρχουν μόνο όταν πρόκειται για μέτρια καθημερινή κατανάλωση. Εκείνο το οποίο μπορούμε να πούμε συμπερασματικά είναι ότι αυτό το οποίο έλεγαν οι αρχαίοι Έλληνες, " παν μέτρον άριστον", φαίνεται ότι εφαρμόζεται ιδιαίτερα στην περίπτωση αυτή. Μια λογική μέτρια καθημερινή λήψη αλκοόλης φαίνεται να αποδεικνύεται τελικά ευεργετική τόσο για την καρδιά και για τα αγγεία μας αλλά και για την πρόληψη του διαβήτη τύπου 2 στους άνδρες.

1.11 Αρνητικές επιδράσεις του αλκοόλ στον οργανισμό μας:

- Το αλκοόλ κατά την κύηση:

Οι γυναίκες που κατανάλωναν αλκοόλ κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης είναι πιθανόν να έχουν κληροδοτήσει προβλήματα ανάπτυξης στα παιδιά τους, τα οποία ενδεχομένως θα διαρκέσουν ακόμη και έως τα 14 τους χρόνια. Η Δρ Νάνσι Ντέι, επιδημιολόγος στο Πανεπιστήμιο του Πίτσμπουργκ και επικεφαλής της μελέτης, παρακολούθησε σε μια μαιευτική κλινική στο Πίτσμπουργκ την πορεία κύησης 565 γυναικών οι οποίες κατανάλωναν αλκοολούχα ποτά κατά τη διάρκεια των τριών

πρώτων μηνών της εγκυμοσύνης. Η έρευνα ξεκίνησε από τον τέταρτο μήνα κύησης και μετά τον τοκετό επικεντρώθηκε στην πορεία της υγείας των βρεφών και έως το 14 έτος της ηλικίας τους. Σύμφωνα με τα συμπεράσματα, τα παιδιά παρουσίαζαν μικρές αλλά αρκετές σε αριθμό ανωμαλίες στην ανάπτυξη, όπως, π.χ., μη κανονικό βάρος ή ύψος, ενώ σε πολλές περιπτώσεις παρατηρήθηκαν επιπλοκές στη μνήμη και τις ικανότητες μάθησης, όχι όμως και στο βαθμό IQ.

- Η σχέση καρκίνου του μαστού και κατανάλωσης αλκοόλ

Η κατανάλωση αλκοόλ αυξάνει τον κίνδυνο των γυναικών για καρκίνο του μαστού. Για κάθε αλκοολούχο ποτό που καταναλώνεται καθημερινά από τις γυναίκες, αυξάνεται ο κίνδυνος εκδήλωσης καρκίνου του μαστού κατά 6%. Αντίθετα ενώ το κάπνισμα είναι υπεύθυνο για το 33% όλων των καρκίνων που εμφανίζονται, εντούτοις δεν προκαλεί καρκίνο μαστού. Επιπρόσθετα, η κατανάλωση αλκοόλ είναι υπεύθυνη για την πρόκληση του 4% των καρκίνων του μαστού που καταγράφονται στις ανεπτυγμένες χώρες.

Οι βαρυσήμαντες αυτές διαπιστώσεις προκύπτουν από την πιο μεγάλη έρευνα που έγινε μέχρι σήμερα για το θέμα της σχέσης καρκίνου του μαστού, αλκοόλ και καπνίσματος. Η έρευνα έγινε από το Cancer Research UK, που είναι μια από τις πλέον αναγνωρισμένες επιστημονικές οργανώσεις για την έρευνα στον καρκίνο στο Ηνωμένο Βασίλειο. Στην έρευνα αυτή συμπεριλήφθηκε το 80% του συνόλου των πληροφοριών που υπάρχουν παγκοσμίως σχετικά με τον καρκίνο μαστού, καπνίσματος και αλκοόλ. Τα στοιχεία που εξετάστηκαν αφορούσαν 150.000 γυναίκες από διάφορες χώρες του κόσμου. Η σημασία της έρευνας έγκειται στο γεγονός ότι συμπεριέλαβε ένα πολύ μεγάλο αριθμό γυναικών και κατάφερε για πρώτη φορά να διαχωρίσει τις επιδράσεις του αλκοόλ και του καπνίσματος όσον αφορά το ρόλο τους στην πρόκληση καρκίνου του μαστού. Το γεγονός ότι οι νεαρές γυναίκες πίνουν περισσότερα αλκοολούχα ποτά σήμερα παρά στο παρελθόν, αυξάνει τις ανησυχίες για περισσότερους καρκίνους του μαστού.

Οι ερευνητές τονίζουν ότι οι αντιφατικές αυτές επιδράσεις του αλκοόλ, πρέπει να ερμηνευθούν σε σχέση με την ηλικία των γυναικών. Πριν από την ηλικία των 60, ο καρκίνος του μαστού είναι σημαντικότερη αιτία θανάτου παρά οι καρδιοπάθειες. Μετά την ηλικία των 65 ετών, ο κίνδυνος από τις καρδιακές παθήσεις γίνεται

μεγαλύτερος σε σύγκριση με τον καρκίνο του μαστού. Έτσι στις ηλικίες άνω των 65 ετών, οι προστατευτικές ιδιότητες της μέτριας κατανάλωσης αλκοόλ, γίνονται περισσότερο εμφανείς.

Συμπερασματικά θα τονίσουμε το γεγονός ότι η μεγάλη αυτή έρευνα δείχνει ότι η κατανάλωση του αλκοόλ αυξάνει ουσιαστικά τον κίνδυνο για καρκίνο του μαστού στις γυναίκες. Το γεγονός αυτό θα πρέπει να προβληματίσει ιδιαίτερα λόγω του ότι παρατηρείται μια σημαντική αύξηση της κατανάλωσης αλκοόλ από νεαρές γυναίκες που με τον τρόπο αυτό εκτίθενται περισσότερο.

Το γεγονός ότι το κάπνισμα βρέθηκε ότι δεν παίζει ρόλο στην πρόκληση καρκίνου του μαστού, δεν θα πρέπει να μας κάνει να ξεχνούμε ότι το κάπνισμα είναι η αιτία για 1 στους 3 καρκίνους που εκδηλώνονται.

Επιπρόσθετα υπενθυμίζουμε ότι καρκίνοι που προκαλούνται από το κάπνισμα, όπως ο καρκίνος του πνεύμονα, είναι πολύ περισσότερο επιθετικοί από τον καρκίνο του μαστού.

- Το αλκοόλ καταστρέφει τα κύτταρα του εγκεφάλου

Όταν οι αρχαίοι Έλληνες ήθελαν να καθησυχάσουν τους ξένους τους ότι το κρασί που τους πρόσφεραν δεν περιείχε δηλητήριο, έπιναν στην υγεία τους. Αν και σήμερα οι κίνδυνοι από κρασί με δηλητήριο είναι περιορισμένοι, παραμένουν ωστόσο οι κίνδυνοι εξαιτίας της υπερβολικής κατανάλωσης αλκοολούχων ποτών. Κατά αντιδιαστολή έρευνες έχουν δείξει ότι ενήλικες που καταναλώνουν μέτριες ποσότητες αλκοολούχων ποτών δεν κινδυνεύουν να χάσουν κύτταρα του μυαλού τους.

Η γνώση ότι η αλκοόλη εξαφανίζει κύτταρα του μυαλού υπάρχει επί χρόνια. Πολλές μελέτες έχουν συνδέσει το ποτό με νοητικές αδυναμίες, ενώ μακροπρόθεσμες βλάβες ύστερα από χρόνια υπερβολικής κατανάλωσης αλκοολούχων ποτών έχουν τεκμηριωθεί ικανοποιητικώς. Το αναπτυσσόμενο μυαλό είναι ιδιαίτερος ευπαθές, όπως έχουν αποδείξει μερικές μελέτες, και γι' αυτό οι έφηβοι αντιμετωπίζουν τους περισσότερους κινδύνους από το ποτό.

Πληθώρα μελετών:

Η Δρ Roberta J. Pettney, πρώην ερευνήτρια στο Πολιτειακό Πανεπιστήμιο της Νέας Υόρκης στο Buffalo, βρήκε ότι η αλκοόλη διαταράσσει τη λειτουργία του μυαλού των ενηλίκων με πρόκληση βλαβών σε δένδριτες που διαβιβάζουν μηνύματα στους

νευρώνες (νευρικά κύτταρα) της παρεγκεφαλίδας, μια δομή που συμμετέχει στη μάθηση και στον συντονισμό της κίνησης. Η αλκοόλη περιορίζει την επικοινωνία μεταξύ νευρώνων, μεταβάλλει τη δομή τους και προκαλεί μερικές από τις βλάβες που συνδέονται με την τοξίνωση από ποτό, ωστόσο δεν σκοτώνει ολόκληρα κύτταρα.

Μία μελέτη του 1999, η οποία εξέτασε μυαλά αλκοολικών ατόμων, φάνηκε να επιβεβαιώνει τα πιο πάνω.

Δημοσιευθείσα στο περιοδικό *Journal of Neuroscience*, η έρευνα διαπίστωσε ότι άτομα που ανέπτυξαν σύνδρομο Wernicke-Korsakoff, μια σοβαρή πάθηση που καταστρέφει τη μνήμη και προξενεί από έλλειψη θειαμίνης σχετιζόμενη με τον αλκοολισμό, έδειξε σημαντική ελάττωση της πυκνότητας των κυττάρων στην παρεγκεφαλίδα.

Ωστόσο, υπήρχε μικρή διαφορά μεταξύ αλκοολικών, οι οποίοι δεν ανέπτυξαν το σύνδρομο και κανονικών ατόμων, διαπίστωση που υποδηλώνει ότι ήταν κατά κύριο λόγο η έλλειψη θειαμίνης στους ασθενείς με σύνδρομο Wernicke-Korsakoff που σκότωσε τα κύτταρά τους.

Τελικά, η αλκοόλη μπορεί να μην σκοτώνει κύτταρα του μυαλού αυτά καθ' αυτά, αλλά μπορεί να βλάψει μεταξύ άλλων τη λειτουργία του μυαλού.

- Το αλκοόλ μειώνει την ικανότητα της όσφρησης

Η υπερκατανάλωση αλκοόλ δεν προκαλεί βλάβη μόνο το ήπαρ και στη γενικότερη υγεία του οργανισμού αλλά και στην όσφρηση.

Μια ομάδα Αυστριακών επιστημόνων υπέβαλαν σε έρευνα 30 αλκοολικά άτομα, σε μια προσπάθεια να αποτιμήσουν τις οσφρητικές ικανότητές τους. Στους συμμετέχοντες ζητήθηκε να αναγνωρίσουν και να ξεχωρίσουν διαφορετικούς τύπους οσμών, ενώ επιπλέον τους ζητήθηκε να αποφύγουν να φορέσουν οι ίδιοι άρωμα ή καλλυντικά, να καπνίσουν καθώς και να καταναλώσουν οτιδήποτε άλλο εκτός από νερό για χρονικό διάστημα 30 λεπτών πριν από τη διεξαγωγή της έρευνας. Οι επιστήμονες διαπίστωσαν ότι στο σύνολό τους τα άτομα της έρευνας ήταν λιγότερο ικανά να αναγνωρίσουν ή να ξεχωρίσουν ακόμη και τις πιο κοινές οσμές σε σχέση με άλλα 30 υγιή άτομα, που αποτέλεσαν την ομάδα ελέγχου.

Τα στατιστικά στοιχεία έδειξαν ότι το 57% των αλκοολικών ατόμων εμφάνισαν μειωμένη ικανότητα όσφρησης, σε σχέση με μόλις 13% των ατόμων στην ομάδα ελέγχου.

Τα συμπεράσματα της μελέτης είναι αντίθετα με παλαιότερη μελέτη που υποστήριξε ότι η όσφρηση των ατόμων με εξάρτηση από το αλκοόλ ήταν ίδια με εκείνη ατόμων που δεν παρουσίαζαν αντίστοιχο πρόβλημα.

- Προβλήματα υπερβολικής χρήσης αλκοόλ

Η κατανάλωση οινοπνευματωδών ποτών δεν είναι υπόθεση της σύγχρονης κοινωνίας. Είναι συνήθεια τόσο παλιά όσο και η κοινωνική ζωή των ανθρώπων. Η κατανάλωση χαμηλών ποσοτήτων οινοπνευματωδών ποτών, συνήθως δεν προκαλεί ιδιαίτερα προβλήματα υγείας. Προβλήματα υπάρχουν από τη στιγμή που υπάρχει εξάρτηση ενός ατόμου από το αλκοόλ. Εξάρτηση υπάρχει, όταν το άτομο ικανοποιείται μόνο με τη συνεχή και σε μεγάλη ποσότητα κατανάλωση αλκοολούχων ποτών. Η εξάρτηση από το αλκοόλ είναι ανάλογη με την εξάρτηση από τις ναρκωτικές ουσίες. Ωστόσο δεν κινδυνεύουν για βλάβη της υγείας μόνο οι αλκοολικοί. Εξ' ίσου κινδυνεύουν και αυτοί που χαρακτηρίζονται ως "κοινωνικοί" πότες, εφ' όσον η καθημερινή τους κατανάλωση ξεπερνάει κάποια όρια.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2: ΤΟΥΡΙΣΜΟΣ ΣΕ ΝΕΑΡΕΣ ΗΛΙΚΙΕΣ

2.1 Αλκοόλ-τουρισμός και νέοι

Στις μέρες μας έχει αποδειχθεί ότι όλοι οι άνθρωποι πίνουν ακόμη και σε μικρές ποσότητες. Αυτοί όμως που καταναλώνουν κυρίως τις πιο μεγάλες ποσότητες είναι οι νέοι ηλικίας από 14 έως 29 ετών. Αυτοί είναι συνήθως που παρασυρμένοι από τους φίλους τους οδηγούνται στο ποτό. Ωστόσο πολλοί από αυτούς μπορεί να καταντήσουν αλκοολικοί με μύριες συνέπειες για τον οργανισμό τους, την κοινωνία, αλλά και τα αυριανά παιδιά τους.

Οι λόγοι που τους οδηγούν σε τέτοιες πράξεις, οι οποίες δεν είναι απαγορευμένες από το νόμο, είναι πάρα πολλοί. Σαν πρώτο λόγο οι νέοι χρησιμοποιούν ότι παρασύρονται από τις παρέες με τις οποίες συναναστρέφονται και κυρίως από τους φίλους τους. Άλλοι λόγοι είναι οι ψυχολογικοί. Απογοητεύσεις, προβλήματα μέσα στην οικογένεια, στους φίλους οδηγούν πολλούς νέους στο ποτό. Οι οικογενειακοί είναι οι πιο σπάνιοι, αλλά είναι δυνατόν να προκαλέσουν τα ίδια αποτελέσματα. Μερικές φορές οι νέοι παρασύρονται και από τους γονείς τους ή από μεγαλύτερα αδέρφια που πίνουν. Τέλος ο πιο συνηθής λόγος είναι η περιέργεια.

Οι συνέπειες του ποτού στον οργανισμό τους είναι πολύ μεγάλες. Μπορεί να παρουσιαστούν προβλήματα στο συκώτι, στην καρδιά ή ακόμα και στα νεφρά. Τα αποτελέσματα του αλκοόλ στην κοινωνία είναι να χάνονται εκατοντάδες ζωές κάθε χρόνο από υπερβολική κατανάλωση αλκοόλ. Τέλος τα αυριανά παιδιά τους μπορεί να γεννηθούν με προβλήματα ή και αλκοολικά.

Ωστόσο κανείς δεν μπορεί να αποδείξει ή να πει με σιγουριά ποιος ευθύνεται γι' αυτήν την κατάσταση. Άλλοι πιστεύουν πως ευθύνεται το κράτος, γιατί δεν απαγορεύει το ποτό ή δεν κάνει ελέγχους σ' αυτούς που πίνουν. Άλλοι πάλι πιστεύουν πως όλα είναι θέμα μόρφωσης, εκπαίδευσης και ανατροφής. Πιστεύουν δηλ. πως αν οι νέοι από μικρή ηλικία μάθουν για τις βλαβερές συνέπειες του ποτού στον οργανισμό τους ή για τους θανάτους που οφείλονται σε υπερβολική κατανάλωση αλκοόλ δεν θα θέλουν να πουν και θα αποφεύγουν τα αλκοολούχα ποτά. Αν όλα αυτά τα μέτρα ληφθούν από την κυβέρνηση, την πολιτεία και αν όλοι οι πολίτες δραστηριοποιηθούν τότε θα αποφεύγονται οι θάνατοι των νέων από υπερβολική χρήση οινοπνεύματος.

Στις μέρες μας, ιδιαίτερα στον κόσμο των νέων υπερισχύει η άποψη ότι άμα δεν μεθύσεις έστω και λίγο, δεν διασκεδάζεις. Ίσως αυτό θα μπορούσε να δικαιολογήσει τον αυξανόμενο αριθμό αλκοολικών νέων. Κάποιος με πιο φιλελεύθερο πνεύμα θα προσπαθούσε να δικαιολογήσει αυτή τη συμπεριφορά των νέων με τα ακόλουθα επιχειρήματα. Οι νέοι της εποχής μας προσπαθούν να φαίνονται αντιδραστικοί στις συμβουλές των μεγαλύτερων τους. Θεωρούν τον εαυτό τους ως επαναστάτη. Το αλκοόλ συμπεριλαμβάνεται στη λίστα των "απαγορευμένων καρπών". Κατά συνέπεια οι νέοι μπαίνουν στον πειρασμό να δοκιμάσουν τους απαγορευμένους καρπούς ως τρόπο αντίδρασης. Επίσης υπάρχουν νέοι που δεν είναι συνηθισμένοι στο πιτό και όντας επηρεασμένοι από τους φίλους τους, εθίζονται στο αλκοόλ.

Η καλύτερη μέθοδος πρόληψης της εξάπλωσης του αλκοολισμού είναι η πληροφόρηση. Η πληροφόρηση των κινδύνων που κρύβονται πίσω από αυτή την εφήμερη μόδα μέσω ενημερωτικών φυλλαδίων στα σχολεία, στα πολυσύχναστα μέρη των νέων έτσι ώστε τα παιδιά να έχουν τουλάχιστον το δικαίωμα επιλογής ανάμεσα στο θάνατο και τη ζωή. Γιατί η κατάχρηση αλκοόλ καταστρέφει εκτός από τον ίδιο τον αλκοολικό, οικογένειες, σταδιοδρομίες, διαλύει φιλίες, γεμίζει φυλακές, νοσοκομεία,..... νεκροτομεία.

Την ίδια στιγμή τραγική είναι η εικόνα των 15χρονων, καθώς περίπου τρεις στους δέκα δηλώνουν ότι καταναλώνουν, συχνά μέσα στην εβδομάδα, οποιοδήποτε αλκοολούχο ποτό. Μάλιστα δύο στα δέκα αγόρια και ένα στα δέκα κορίτσια προτιμούν τα βαριά ποτά, όπως το ουίσκι και τη βότκα.

Ταυτόχρονα, όπως ομολογούν οι ίδιοι οι ιδιοκτήτες των νυχτερινών κέντρων, ανήλικοι καταναλώνουν αλκοόλ όταν διασκεδάζουν, φαινόμενο που πολλές φορές είναι σχεδόν αδύνατο να ελεγχθεί και κατ' επέκταση να περιοριστεί.

Χαρακτηριστικό παράδειγμα είναι οι επισκέψεις σχολείων σε νυχτερινά μαγαζιά κατά τη διάρκεια εκδρομών. Στους μαθητές δεν προσφέρονται αλκοολούχα ποτά, εκτός από μπίρες με πολύ μικρή αναλογία σε αλκοόλ. Ωστόσο υπάρχουν περιπτώσεις μαθητών που στέλνουν ενηλίκους να παραγγείλουν γι' αυτούς ή έχουν μαζί τους ποτά, τα οποία έχουν αγοράσει νωρίτερα από το περίπτερο ή το σούπερ μάρκετ.

Σανίδα σωτηρίας ίσως αποτελέσει η απαγόρευση της πώλησης αλκοολούχων ποτών σε ανήλικους από την 1η Ιανουαρίου 2009, η οποία περιλαμβάνεται στο νομοσχέδιο του υπουργείου Υγείας για το κάπνισμα, αν και στην Ελλάδα η εφαρμογή των νόμων συναντά δυσκολίες.

Το κυρίαρχο ελληνικό τουριστικό μοντέλο προσδιορίζεται στην ορολογία του τουρισμού με δύο λέξεις: «all inclusive». Δηλαδή, ο τουρίστας αγοράζει από την χώρα του ένα πακέτο διακοπών στο οποίο είναι (σχεδόν) όλα προπληρωμένα εντός του ξενοδοχείου. Αν και το μοντέλο αυτό αφορά πιο πολύ οικογένειες με παιδιά, ωστόσο φαίνεται πως υπάρχουν αντίστοιχα πακέτα και για τους νεαρούς τουρίστες. Με μια διαφορά: στην τιμή πολλές φορές συμπεριλαμβάνεται ξενάγηση, όχι στα αξιοθέατα αλλά στα club του νησιού και κατανάλωση συγκεκριμένης ποσότητας αλκοόλ. Εναλλακτικά προσφέρεται απεριόριστη κατανάλωση αλκοόλ με λίγα μόνο ευρώ.

Οι νέοι πληρώνουν μεταξύ 35 και 40 ευρώ στα τουριστικά γραφεία για το προνόμιο της συνεχούς κατανάλωσης αλκοόλ για δύο ολόκληρες ώρες στα συνεργαζόμενα νυκτερινά κέντρα και μπαρ. Αυτή η πρακτική παρουσιάζει ένα πολλαπλάσιο κακό δεδομένου ότι δημιουργεί προβλήματα υγείας από την υπερβολική κατανάλωση αλκοόλ (δύο λίτρα σε δύο ώρες), και έπειτα αφήνουν τα παιδιά κυριολεκτικά στη μέση της πόλης και σε μια κατάσταση τόσο άθλια που τα παιδιά αδυνατούν να ελέγξουν τις κινήσεις τους.

2.2 Συμπεριφορά νεαρών τουριστών

Η Ελλάδα και η Κύπρος είναι μέσα στις πέντε πρώτες χώρες, στις οποίες σημειώνονται τα περισσότερα επεισόδια κι άσχημες συμπεριφορές από μεθυσμένους νεαρούς τουρίστες, σύμφωνα με έκθεση του Φόρειν Όφισ για την συμπεριφορά των νεαρών τουριστών στο εξωτερικό. Στην περίοδο 2006 -2007 αναφέρεται στη σχετική έκθεση, σε τουριστικές περιοχές της Ελλάδας έγιναν 230 συλλήψεις νεαρών τουριστών, άλλοι 603 μεταφέρθηκαν για νοσηλεία σε νοσοκομεία ως αποτέλεσμα του αλκοόλ και των επεισοδίων, καταγράφηκαν 28 βιασμοί τουριστριών και 130 νεαροί τουρίστες βρήκαν τον θάνατο, περιλαμβάνονται και αυτοί που πέθαναν από φυσικό θάνατο.

Οι νεαροί μεθυσμένοι τουρίστες που ταράζουν με τη συμπεριφορά τους την ηρεμία πολλών οικισμών σε διάφορα ελληνικά νησιά κάθε καλοκαίρι δεν είναι ενδημικό ελληνικό φαινόμενο.

Οι διαβόητοι "νεαροί τουρίστες" αυτής της κατηγορίας γυρνούν όλη την υφήλιο, στα σημεία όπου μπορούν να βρουν άφθονο ήλιο και άφθονη μύρα, σαν

περιπλανώμενος θίασος ταραξιών που δεν κουράζεται να ανεβάζει κάθε βράδυ την ίδια παράσταση. Από την Αγία Νάπα στην Τενερίφη και από το Μαϊάμι στην Μπανγκόκ μπορεί κανείς να στοιχηματίσει ότι αυτοί που πρώτοι θα προκαλέσουν πρόβλημα θα είναι νεαροί μεθυσμένοι τουρίστες. Τα επεισόδια εντός και εκτός των κέντρων διασκέδασης, οι βανδαλισμοί περιουσιών και οι θανάσιμοι τραυματισμοί νεαρών τουριστών, βρίσκονται στην ημερήσια διάταξη, με τον Δήμο να είναι «υποχρεωμένος» να χορηγεί στους τουρίστες του από δω και στο εξής, αναπηρικά καροτσάκια, γάζες, ιώδια και γενικά ότι άλλο συμπεριλαμβάνεται στις πρώτες βοήθειες!

Αρκετοί από όσους βιώνουν την απaráδεκτη αυτή κατάσταση στη περιοχή αναφέρουν ότι οι νεαροί τουρίστες έρχονται στον Λαγανά για να πεθάνουν ή να τραυματιστούν σοβαρά και όχι για να διασκεδάσουν, όπως θα έκανε κάθε φυσιολογικός άνθρωπος.

Πάνω στην «τρέλα» του μεθυσιού τους (μεγάλο ρόλο σε αυτό παίζουν και τα ποτά αμφιβόλου ποιότητας), περνούν μέσα από τζαμαρίες, σπάνε ότι βρουν στο δρόμο τους (αυτοκίνητα, ταμπέλες κ.λ.π.), ενώ προκαλούν ζημιές στα δωμάτια που διαμένουν, δίνοντας την εντύπωση ότι πρόκειται για «μαινόμενους ταύρους» και όχι για ήρεμους τουρίστες, που ήρθαν στο νησί για να απολαύσουν τη θάλασσα και τα αξιοθέατα.

Κορίτσια 18 και 19 ετών, σύμφωνα με τα ρεπορτάζ των Άγγλων δημοσιογράφων, έρχονται στα Μάλια για να οργιάσουν, κοιμούνται, όπως χαρακτηριστικά αναφέρουν, με άγνωστο αριθμό ανδρών κάθε βράδυ και την επομένη το πρωί επισκέπτονται τα Κέντρα Υγείας για να πάρουν φαρμακευτική αγωγή, προκειμένου να αποφύγουν μία ανεπιθύμητη εγκυμοσύνη.

Στα εκτενή ρεπορτάζ των ξένων ανταποκριτών γίνεται λόγος και για τις φασαρίες που δημιουργούν οι ανεξέλεγκτοι τουρίστες, αλλά και για τα θύματά τους, που πολλές φορές καταλήγουν στο Νοσοκομείο έχοντας προηγουμένως δεχθεί επιθέσεις από τους εξαγριωμένους και μεθυσμένους τουρίστες της περιοχής.

Στην αγγλική εφημερίδα φιλοξενούνται δηλώσεις γιατρού του Κέντρου Υγείας της περιοχής, ο οποίος λέει ότι καθημερινά περίπου 100 κορίτσια θα επισκεφθούν το Κέντρο Υγείας για να πάρουν το λεγόμενο “χάπι της επόμενης ημέρας”.

Με τίτλο «η ακραία κατανάλωση αλκοόλ και η κακή συμπεριφορά από τους Βρετανούς τουρίστες προκαλούν κρίση σε ελληνικό νησί», το BBC ασχολείται με τις

προκλητικές ενέργειες Βρετανών που αναστατώνουν καθημερινά τη ζωή σε πολλά τουριστικά θέρετρα της Ελλάδας.

Ειδικότερα για τη Ζάκυνθο, το BBC ασχολείται με το τουριστικό θέρετρο του Λαγανά, όπου και σημειώνονται καθημερινά ακραίες καταστάσεις και πρόσφατα ένας 17χρονος Βρετανός τουρίστας έχασε τη ζωή του σε επεισόδια.

Αν και ο δήμαρχος του Λαγανά αντιδρά για τη συμπεριφορά τους και λέει ότι δεν θα είναι ευπρόσδεκτη η παρουσία τους στο μέλλον - μιλά για στροφή στον οικογενειακό τουρισμό- το πρόβλημα θεωρείται πολύπλευρο.

Όπως γράφει το BBC υπάρχει η ανησυχία ότι, αν σταματήσουν να έρχονται οι νεαροί Βρετανοί στο νησί και ειδικά στη περιοχή του Λαγάνα, οι τοπικές επιχειρήσεις θα υποστούν ανεπανόρθωτη ζημιά.

Ο Λαγανάς, αναφέρει το BBC, είναι όπως όλα τα τουριστικά θέρετρα. Με έντονη νυχτερινή ζωή, άφθονο αλκοόλ- περιέργως πολύ φθηνό- και δίνει τη δυνατότητα πολυήμερων σχετικά φτηνών διακοπών.

Αν και οι Βρετανοί που καταφθάνουν στο Λαγάνα είναι απολύτως ελεύθεροι να πράξουν ότι αγαπά η ψυχή τους - και γι' αυτό είναι ιδιαίτερα δημοφιλής προορισμός γι' αυτούς- οι ντόπιοι είναι απολύτως δυσαρεστημένοι.

2.3 Αλκοόλ στους ελληνικούς τουριστικούς προορισμούς

Άνδρες και γυναίκες 18-30 ετών ταξιδεύουν με πτήσεις τσάρτερ στη Ζάκυνθο, στην Κέρκυρα, στην Κρήτη, στη Ρόδο και την Κω, μένουν σε φθηνά δωμάτια και κυκλοφορούν συνήθως μετά τη δύση του ηλίου. Προορισμός τους τα μπαρ και τα κλαμπ που τους προσφέρουν άφθονες ποσότητες αλκοόλ σε πολύ χαμηλές τιμές.

Τα τουριστικά γραφεία που κλείνουν τις συμφωνίες υπόσχονται στους τουρίστες ότι θα βρουν στα ελληνικά νησιά ό,τι θεωρείται ανάρμοστο ή απαγορευμένο στη χώρα τους. Αν η κράτηση γίνει εγκαίρως, ένα επταήμερο «εκτόνωσης» ξεκινά από τα 200 ευρώ και φθάνει στα 320 με έξι διανυκτερεύσεις και ημιδιατροφή.

Το πακέτο «ελληνικό νησί – ποτό – χορός – σεξ» προσελκύει κάθε καλοκαίρι χιλιάδες τουρίστες, «αφήνει» στις τοπικές οικονομίες εκατομμύρια ευρώ, αλλά αναστατώνει για τρεις μήνες τη ζωή των μόνιμων κατοίκων. Σεξουαλικά όργια σε δημόσιους χώρους, κλοπές, επιθέσεις, συμπλοκές, βιασμοί.

Απίστευτα και όμως αληθινά τα όσα αντικρίζει ο επισκέπτης στο παραθαλάσσιο αυτό τουριστικό θέρετρο της Ελλάδας που τείνει να ανακηρυχτεί τα τελευταία χρόνια σε ...Βρετανική αποικία . Σοκάρει η εικόνα 15χρονων, 16χρονων, αγοριών και κοριτσιών να κυκλοφορούν με αδαμιαία περιβολή καταναλώνοντας από το πρωί μέχρι το βράδυ άπειρες ποσότητες αλκοόλ. Στη καλύτερη περίπτωση, πρόκειται για οινοπνευματώδη ποτά 'β ποιότητας, ενώ είθισται σε μερικά μπαρ να σερβίρονται και ποτά... κανονικές «μπόμπες» φτιαγμένες από βιομηχανικό ξυλόπνευμα αναμιγμένο με γρεναδίνη και μπλου κορακάο ώστε να δείχνεισαν κοκτέιλ. Ελληνικές εφημερίδες γράφουν χαρακτηριστικά : «Οι ανήλικοι τουρίστες με το που πατούν το πόδι τους στο Λαγανά επιδίδονται σε ένα σωρό αλλόκοτες πράξεις. Λες και τους είχαν δεμένους στη χώρα τους, έρχονται στο Λαγανά για να βγάλουν το άχτι τους. Επιδίδονται σε σεξουαλικά όργια δίχως καμία αναστολή. Εμπλέκονται σε βίαια επεισόδια τα οποία οι ίδιοι φροντίζουν να προκαλέσουν καθώς βρίσκονται συνεχώς υπό την επήρεια αλκοόλ. Στα Μάλια, ομάδα Βρετανών υπό την επήρεια αλκοόλ πέταξαν μπουκάλι μπύρας σε γυναίκα, η οποία τους έκανε συστάσεις να μη φωνάζουν, και την τραυμάτισαν στον ώμο. Άλλη ομάδα μεθυσμένων Βρετανών τουριστών έκαναν το δωμάτιό τους στο ξενοδοχείο που έμεναν γης- μαδιάμ, προκαλώντας μεγάλες υλικές ζημιές.»

Ο ρόλος των μαγαζιών στη διαμόρφωση του κακού ονόματος για τα νησιά μας. Συμβάλουν και τα «μαγαζιά» (μπαρ, καφέ, κλαμπ, παμπ), που διαφημίζουν τη φθηνή κατανάλωση ποτού, καθώς και τη δυνατότητα να «νιώσει κανείς ελεύθερος, χωρίς περιορισμούς», με ό,τι αυτό βέβαια συνεπάγεται. Ειδικά «αφροδισιακά» κοκτέιλ και ποτό σε ποτήρι-κουβά που πίνεται με το καλαμάκι είναι οι πιο συνηθισμένες προσφορές των κλαμπ. Πληροφορίες από εφημερίδες αναφέρουν ότι πολλοί επιχειρηματίες της περιοχής πληρώνουν κορίτσια για να γράφουν με κραγιόν στα οπίσθιά τους το όνομα ενός μπαρ, ώστε όταν κάποιος τις ρωτήσει πού να πάει το βράδυ, εκείνες απλώς να σηκώνουν τη φούστα τους και να του απαντούν με έμμεσες «υποσχέσεις».

2.4 Θεωρίες εξάρτησης από το αλκοόλ

Ψυχοδυναμικές Θεωρίες

Ίσως σχετική με την άρση των αναστολών ή τη μείωση του άγχους που προκαλούν οι χαμηλότερες δόσεις του αλκοόλ, να είναι η υπόθεση ότι μερικοί άνθρωποι χρησιμοποιούν το αλκοόλ σαν φάρμακο για να τους βοηθήσει να αντιμετωπίσουν τα αυτό-τιμωρούμενο σκληρό Υπερεγώ τους και για να μειώσουν τα ασυνείδητα (υπό την ψυχαναλυτική έννοια) επίπεδα εσωτερικής σύγκρουσής τους. Επίσης, η κλασική ψυχαναλυτική θεωρία υποθέτει ότι τουλάχιστον μερικοί αλκοολικοί μπορεί να έχουν καθλωθεί στο στοματικό στάδιο ψυχο-σεξουαλικής ανάπτυξης και χρησιμοποιούν το αλκοόλ για να ανακουφίσουν τις απογοητεύσεις τους, παίρνοντας την ουσία από το στόμα.

Οι υποθέσεις σχετικά με καθλωμένες φάσεις ψυχοσεξουαλικής ανάπτυξης, αν και χρήσιμες, είχαν μικρό αποτέλεσμα στις συνηθισμένες θεραπευτικές προσεγγίσεις απεξάρτησης του αλκοολισμού και δεν είναι η εστίαση της τρέχουσας εκτενούς κλινικής έρευνας. Ομοίως, οι περισσότερες μελέτες δεν ήταν σε θέση να τεκμηριώσουν μια "εθιστική προσωπικότητα" παρούσα στους περισσότερους αλκοολικούς και δεν έχουν συνδέσει κάποια ροπή στην έλλειψη ελέγχου της λήψης ενός ευρέος φάσματος ουσιών και τροφίμων. Αν και παθολογικά αποτελέσματα στις δοκιμές προσωπικότητας ευρίσκονται συχνά κατά τη διάρκεια της μέθης, της απεξάρτησης από το αλκοόλ και της πρώιμης αποκατάστασης, πολλά από αυτά τα παθολογικά χαρακτηριστικά δεν βρίσκονται να προηγούνται χρονικά του αλκοολισμού, τα περισσότερα δε, εξαφανίζονται με την αποχή!

Ψυχολογικές θεωρίες εξάρτησης από το αλκοόλ

Ποικίλες θεωρίες συσχετίζουν τη χρήση του αλκοόλ σαν αντίμετρο για να μειώσει την ένταση και το άγχος, να αυξήσει τα υποκειμενικά συναισθήματα δύναμης, και να μειώσει τον ψυχολογικό πόνο. Ίσως το μέγιστο ενδιαφέρον έχει αποδοθεί στην παρατήρηση ότι οι αλκοολικοί συχνά αναφέρουν ότι το οινόπνευμα μειώνει τα συναισθήματα νευρικότητάς τους και ότι τους βοηθά να αντιμετωπίσουν τις καθημερινές πιέσεις της ζωής και να χαλαρώσουν.

Οι ψυχολογικές θεωρίες στηρίζονται, εν μέρει, στην παρατήρηση μεταξύ των μη αλκοολικών ανθρώπων, ότι η χρήση χαμηλών δόσεων αλκοόλ σε μια τεταμένη κοινωνική κατάσταση ή μετά από μια δύσκολη ημέρα, μπορεί να συνδεθεί με ένα ενισχυμένο συναίσθημα ευημερίας και μια βελτιωμένη ευκολία των κοινωνικών σχέσεων. Σε υψηλές δόσεις εντούτοις, ειδικά όταν πέφτει το επίπεδο του αλκοόλ στο αίμα, η ένταση των μυών και τα ψυχολογικά συναισθήματα της νευρικότητας και της ταραχής αυξάνονται. Κατά συνέπεια, τα χαλαρωτικά αποτελέσματα του αλκοόλ, μπορεί να ασκούν επίδραση σε μικρές ή το πολύ μέτριες δόσεις στους περιστασιακούς πότες ή να ανακουφίζουν από τα συμπτώματα στέρησης τους εξαρτημένους αλκοολικούς πότες, αλλά πάντως διαδραματίζουν έναν δευτερεύοντα ρόλο στην πρόκληση, στην αιτιολογία δηλαδή του αλκοολισμού.

Οι θεωρίες ότι η δυνατότητα του αλκοόλ να ενισχύει τα συναισθήματα της ύπαρξης ισχυρής και σεξουαλικά ελκυστικής εικόνας του εαυτού και να μειώνει τα αποτελέσματα του ψυχολογικού πόνου είναι δύσκολο να αξιολογηθούν οριστικά. Ομοίως, μελέτες των παιδιών των αλκοολικών που οι ίδιοι δεν έχουν καμία άλλη συνυπάρχουσα διαταραχή, τεκμηριώνουν συνήθως τους υψηλούς κινδύνους των τέκνων κυρίως για αλκοολισμό. Όπως θα περιγραφεί παρακάτω, μια μερική εξαίρεση σε αυτά τα σχόλια εμφανίζεται με τα ακραία επίπεδα παρορμητικότητας που φαίνονται στα 15% έως 20% των αλκοολικών με αντικοινωνική διαταραχή προσωπικότητας, επειδή αυτοί έχουν υψηλούς κινδύνους για εγκληματικότητα, βία και πολλαπλές εξαρτήσεις ουσιών.

Συμπεριφοριστικές θεωρίες

Οι προσδοκίες για τα αποτελέσματα ανταμοιβής (rewarding effects) του ποτού, η γνωστική στάση απέναντι στην ευθύνη για τη συμπεριφορά κάποιου, και η συνεπαγόμενη ενίσχυση μετά από την κατανάλωση αλκοόλ, όλες συμβάλλουν στην απόφαση των ατόμων να πιούν πάλι μετά από την πρώτη εμπειρία με το αλκοόλ και να συνεχίζουν το ποτό, παρά τα προβλήματα υγείας. Αυτά τα ζητήματα είναι σημαντικά στις προσπάθειες να τροποποιηθούν οι συμπεριφορές κατανάλωσης αλκοόλ στο γενικό πληθυσμό, και συμβάλλουν σε μερικές σημαντικές πτυχές της απεξάρτησης.

Κοινωνικό-πολιτιστικές θεωρίες

Οι κοινωνικό-πολιτιστικές θεωρίες είναι συχνά βασισμένες σε προεκτάσεις παρατηρήσεων από τις κοινωνικές ομάδες που έχουν υψηλά και χαμηλά ποσοστά αλκοολισμού. Οι θεωρητικοί υποθέτουν ότι εθνικές ομάδες, όπως οι Εβραίοι, που εισάγουν τα παιδιά στα μέτρια επίπεδα κατανάλωσης αλκοόλ σε μια οικογενειακή ατμόσφαιρα και αποφεύγουν τη μέθη, έχουν τα χαμηλά ποσοστά αλκοολισμού. Μερικές άλλες ομάδες, όπως οι Ιρλανδοί άτομα ή μερικές αμερικανικές ινδικές φυλές με υψηλά ποσοστά αποχής αλλά μιας παράδοσης κατανάλωσης στο σημείο της μέθης, θεωρούνται ότι έχουν υψηλά ποσοστά αλκοολισμού. Αυτές οι θεωρίες, εντούτοις, εξαρτώνται συχνά από στερεότυπα που τείνουν να είναι λανθασμένα, και οι προεξέχουσες εξαιρέσεις σε αυτούς τους κανόνες υπάρχουν. Παραδείγματος χάριν, μερικές θεωρίες βασισμένες στις παρατηρήσεις των Ιρλανδών και των Γάλλων, έχουν προβλέψει εσφαλμένα υψηλά ποσοστά αλκοολισμού μεταξύ των Ιταλών.

Ακόμα, περιβαλλοντικά γεγονότα, πιθανώς συμπεριλαμβανομένων των πολιτιστικών παραγόντων, ευθύνονται για τουλάχιστον 40% του κινδύνου αλκοολισμού. Κατά συνέπεια, αν και αυτοί είναι δύσκολο να μελετηθούν, είναι πιθανό ότι η πολιτιστική στάση απέναντι στην κατανάλωση αλκοόλ, στη μέθη, και στην προσωπική ευθύνη για τις σχετικές συνέπειες, είναι σημαντικοί συνεισφέροντες παράγοντες στα ποσοστά προβλημάτων αλκοολισμού σε μια κοινωνία. Σε τελική ανάλυση, οι κοινωνικές και ψυχολογικές θεωρίες είναι πιθανώς ιδιαίτερα συσχετιζόμενες μεταξύ τους, επειδή περιγράφουν τους παράγοντες που συμβάλλουν στην αρχή της κατανάλωσης, της ανάπτυξης των προσωρινών προβλημάτων με το αλκοόλ, και ακόμη και του αλκοολισμού

Ψυχιατρική άποψη

Το αλκοόλ παράγει μια εντυπωσιακή σειρά συμπεριφοριστικών αποτελεσμάτων στους ανθρώπους, που εξαρτώνται από τη δόση του αλκοόλ που λαμβάνεται, από το εάν τα επίπεδα αλκοόλ αυξάνονται ή πέφτουν, αλλά και από την αλλαγή των επιπέδων του αλκοόλ στο αίμα. Η ευφορική, διεγερτική, και αγχολυτική δράση του αλκοόλ, συμβάλλει στην ευρεία ψυχαγωγική χρήση του, ενώ τα κατασταλτικά

αποτελέσματά του συμβάλλουν στην κατανάλωσή του σαν "μη-συνταγογραφούμενο" υπνωτικό.

Αλλά, σε λίγο υψηλότερες δόσεις το αλκοόλ:

- συννεφιάζει τη μνήμη και την κρίση,
- επιβραδύνει την επεξεργασία πληροφοριών και το χρόνο αντίδρασης,
- εξασθενίζει το συντονισμό των κινήσεων, και
- αναστέλλει τον έλεγχο της παρορμητικής και επιθετικής συμπεριφοράς (άρση των Έτσι, δεν είναι περίεργο ότι μερικές από τις πιο καταστρεπτικές συνέπειες της κατάχρησης αλκοόλ, απεικονίζουν τον αντίκτυπο της δηλητηρίασης με αλκοόλ σε δραστηριότητες όπως η οδήγηση, που απαιτούν μια υψηλή εγρήγορση στις γνωστικές λειτουργίες. Με τη χρόνια χρήση, το αλκοόλ δημιουργεί προσαρμογή και νευροτοξικότητα των νευρώνων στον εγκέφαλο, που προκαλεί την αντοχή και την εξάρτηση.

Το σύνδρομο στέρησης αλκοόλ περιλαμβάνει την ανησυχία, την αϋπνία, και τα συμπτώματα της διέγερσης του συμπαθητικού νευρικού συστήματος. Σε μεγαλύτερα επίπεδα εξάρτησης και με επαναλαμβανόμενα επεισόδια απόσυρσης του αλκοόλ, η αποχή μπορεί να συνδεθεί με την ουσιαστική συμπαθητική διέγερση, με συμπτώματα την διέγερση, τις αντιληπτικές αλλαγές (ψευδαισθήσεις - ζωοψίες), τη σύγχυση, και τους σπασμούς έως τις επιληπτικές κρίσεις . Αυτά τα συμπτώματα μπορούν να προκύψουν όλα μαζί στα πλαίσια αναστολών του συνδρόμου που ονομάζουμε Τρομάδες Παραλήρημα (Delirium Tremens), μια απειλητική για τη ζωή επιπλοκή της εξάρτησης από το αλκοόλ, που αναπτύσσεται γενικά μέσα στην αρχική εβδομάδα από την αποχή λήψης του αλκοόλ (και συχνότερα την τρίτη ημέρα).

Ένα άλλο σύνδρομο, η αλκοολική ψευδαισθήτωση (Alcoholic Hallucinosiς), μπορεί να αναπτυχθεί κατά τη διάρκεια οποιασδήποτε φάσης του κύκλου της δηλητηρίασης και της απόσυρσης του αλκοόλ. Συνδέεται με επίμονες ψευδαισθήσεις που μπορούν να παραμένουν και μετά με την εκτεταμένη αποχή λήψης αλκοόλ.

Τα θρεπτικά ελλείμματα περιπλέκουν συχνά τη φυσική ιστορία του αλκοολισμού. Η έλλειψη θειαμίνης είναι ένα από αυτά. Εάν οι αλκοολικοί με έλλειψη θειαμίνης λάβουν γλυκόζη πριν την διόρθωση της έλλειψης θειαμίνης, η προκύπτουσα απαίτηση θειαμίνης στις πυροφωσφατο-εξαρτώμενες μεταβολικές διαδικασίες, θέτει σε κίνδυνο τις νευρωνικές μεταβολικές λειτουργίες και μπορεί να προκαλέσει το θάνατο εγκεφαλικών κυττάρων, που συνδέεται με το σύνδρομο Wernicke-Korsakoff. Αυτό το σύνδρομο αναφέρεται σε έναν αστερισμό συμπτωμάτων εξασθένισης της εκμάθησης και της μνήμης, ψύχωσης, και κινητικών προβλημάτων.

2.5 Αλκοόλ και Ε.Ε.

Ο αλκοολισμός αποτελεί σοβαρό πρόβλημα για τη δημόσια υγεία και ταυτόχρονα κοινωνικό πρόβλημα σε όλη την Κοινότητα. Η Ευρώπη έχει το υψηλότερο ποσοστό αλκοολικών παγκοσμίως, τα υψηλότερα κατά κεφαλή επίπεδα κατανάλωσης αλκοόλ και το υψηλότερο ποσοστό προβλημάτων υγείας που προκαλούνται από το αλκοόλ. Η υπερβολική κατανάλωση αλκοόλ αποτελεί τη βασική αιτία για το 7,4% των προβλημάτων υγείας και των πρόωρων θανάτων στην ΕΕ. Ευθύνεται επίσης για ένα σημαντικό αριθμό θανατηφόρων τροχαίων ατυχημάτων στην ΕΕ, ενώ έχει σοβαρές κοινωνικές επιπτώσεις - βία, χουλιγκανισμός, εγκληματικότητα, οικογενειακά προβλήματα, κοινωνικός αποκλεισμός - και επηρεάζει αρνητικά την παραγωγικότητα στην εργασία.

Η ΕΕ αναγνωρίζει ότι τα αλκοολούχα ποτά αποτελούν σημαντικά οικονομικά αγαθά και μέρος της κουλτούρας πολλών περιοχών της Ευρώπης. Η παραγωγή, το εμπόριο και η προώθηση τέτοιων ποτών στην αγορά συμβάλλουν στην οικονομική ανάπτυξη της ΕΕ. Ωστόσο, προκειμένου να αντιμετωπιστούν τα προβλήματα που συνδέονται με την υγεία, απαιτούνται αποτελεσματικές πολιτικές καταπολέμησης του αλκοολισμού, καθώς και η στήριξη και ο συντονισμός από την πλευρά της Ευρωπαϊκής Ένωσης στην προσπάθεια των κρατών μελών για μείωση των βλαβερών συνεπειών της κατανάλωσης αλκοόλ.

Η ΕΕ θα ανταποκριθεί στην πρόκληση αυτή, αφενός, με τη λήψη μέτρων περιορισμού της διαθεσιμότητας αλκοολούχων ποτών, ιδίως για τους νέους, και, αφετέρου, μείωσης της έκθεσης των νέων στα διάφορα μέσα εμπορικής προώθησης. Μια μελλοντική στρατηγική μπορεί επίσης να συμπεριλάβει μέτρα κατά της

οδήγησης υπό την επήρεια αλκοόλ, καθώς και εκπαιδευτικές και ενημερωτικές εκστρατείες.

Η συνεργασία μεταξύ των κρατών μελών έχει συνεπώς μεγάλη σημασία για την ανταλλαγή γνώσεων και πληροφοριών. Επιπλέον, οι μη κυβερνητικές οργανώσεις αναμένεται να διαδραματίσουν αποφασιστικό ρόλο σε ό,τι αφορά την κινητοποίηση, τη συμμετοχή και την ευαισθητοποίηση του κοινού. Η βιομηχανία αλκοολούχων ποτών μπορεί επίσης να συμβάλει στην προσπάθεια αυτή, εφαρμόζοντας τον κώδικα δεοντολογίας της και ενεργώντας με τη δέουσα υπευθυνότητα. Σε επίπεδο διεθνούς συνεργασίας, ιδίως με την Παγκόσμια Οργάνωση Υγείας, προβλέπεται η δημιουργία συστήματος για την επιδημιολογική επιτήρηση της κατανάλωσης αλκοόλ, καθώς και η καθιέρωση κοινωνικών και οικονομικών δεικτών και δεικτών για την υγεία.

Το αλκοόλ είναι η ψυχοδραστική ουσία που χρησιμοποιείται περισσότερο από τους νέους στην ΕΕ και τις ΧΚΑΕ και το γεγονός αυτό δεν μπορεί να αγνοηθεί κατά την ανάλυση του κόστους των κοινωνικών παρεμβάσεων και των παρεμβάσεων προστασίας της υγείας. Σύμφωνα με έρευνες που διενεργήθηκαν σε σχολεία της ΕΕ, μεταξύ μαθητών ηλικίας 15 έως 16 ετών, ένα ποσοστό 36% των μαθητών στην Πορτογαλία και 89% στη Δανία ανέφεραν ότι είχαν μεθύσει ορισμένες φορές στη ζωή τους κατά τη διάρκεια των διακοπών. Στα τέλη του 1990 αναφέρθηκε αύξηση της υπερβολικής κατανάλωσης αλκοόλ (πέντε ή περισσότερα οινοπνευματώδη ποτά στη καθισιά κατά τη διάρκεια των προηγούμενων 30 ημερών) ιδιαίτερα στην Ιρλανδία (από 47% έως 57%) και τη Νορβηγία (37% έως 50%).

Οι μέσοι όροι κατανάλωσης αλκοολούχων ποτών στο σύνολο του πληθυσμού παρέχουν ένα δείκτη κατανάλωσης αλκοόλ αλλά ίσως να μην πρόκειται για ακριβή δείκτη τάσεων αναφορικά με τις διάφορες βλάβες που σχετίζονται με το αλκοόλ, όπως η οδήγηση υπό την επήρεια αλκοόλ, η περιστασιακή κατανάλωση και η συνδεδεμένη με το αλκοόλ βία.

Με βάση τη μέση κατανάλωση, η Ευρωπαϊκή Ένωση παρουσιάζει τη μεγαλύτερη κατά κεφαλήν κατανάλωση αλκοόλ κατά την διάρκεια του τουρισμού στον κόσμο παρά το ότι η σημερινή ετήσια μέση κατανάλωση των 11 λίτρων καθαρού αλκοόλ ανά ενήλικα αποτελεί αξιόλογη μείωση σε σύγκριση με το μέγιστο των 15 λίτρων κατά τα μέσα της δεκαετίας του 1970. Κατά τα τελευταία 40 έτη υπήρξε

επίσης σύγκλιση των επιπέδων μέσης κατανάλωσης ανά την ΕΕ-15, με τις αυξήσεις της κατανάλωσης στην κεντρική και βόρεια Ευρώπη μεταξύ 1960 και 1980 να αντισταθμίζονται από σταθερή πτώση στη νότια Ευρώπη. Η μέση κατανάλωση στην ΕΕ-10 βρίσκεται κοντά στα επίπεδα κατανάλωσης στην ΕΕ-15. Ενώ (στην ΕΕ-25) 266 εκατ. ενηλίκων πίνουν έως 20 γρ. (οι γυναίκες) ή 40 γρ.(οι άνδρες) αλκοόλ ημερησίως, πάνω από 58 εκατ. ενηλίκων (15%) καταναλώνουν ποσότητα ανώτερη του επιπέδου αυτού. Ο αντίκτυπος των εμπορικών διαφημίσεων αλκοολούχων ποτών στη συμπεριφορά μπορεί να μετρηθεί τόσο μέσω μελετών συμπεριφοράς του καταναλωτή όσο και μέσω οικονομετρικών μελετών βασισμένων στον πληθυσμό.

Γενικά, οι περισσότερες οικονομετρικές μελέτες, που εστιάζονται μόνο στη διαφήμιση αντί στο συνολικό αντίκτυπο εμπορικών διαφημίσεων και εμπορικής προώθησης, δείχνουν καμία ή μικρή επίδραση ενώ διάφορες μελέτες συμπεριφοράς του καταναλωτή, που μελετούν τις πολύπλοκες σχέσεις των εμπορικών διαφημίσεων και της στάσης και των συνηθειών στο ποτό των νέων ατόμων, δείχνουν ότι όντως υπάρχει επίδραση. Σύμφωνα με αυτές τις μελέτες συμπεριφοράς του καταναλωτή, όσο περισσότερο άτομα νεαρής ηλικίας εκτίθενται σε εμπορικές διαφημίσεις αλκοολούχων ποτών, τόσο πιθανότερο είναι να πίνουν. Φαίνεται επίσης ότι η παρακίνηση μέσω της εμπορικής προώθησης επηρεάζει άτομα με προβλήματα αλκοολισμού ώστε να είναι πιο επιρρεπείς σε υποτροπές. Εντούτοις, δεν υπάρχουν σαφή στοιχεία ως προς το μέγεθος της ποσοτικής επίδρασης των εμπορικών διαφημίσεων. Η στρατηγική της Επιτροπής για τη μείωση των βλαβών που προκαλούνται από το οινόπνευμα, ασχολείται και με αυτό το θέμα. Σύμφωνα με τη στρατηγική «οι υπηρεσίες της Επιτροπής θα συνεργαστούν με τους εμπλεκόμενους παράγοντες για να δημιουργήσουν προϋποθέσεις σταθερής συνεργασίας όσον αφορά την υπεύθυνη εμπορική επικοινωνία και την υπεύθυνη πώληση οινοπνευματωδών προϊόντων, μεταξύ άλλων με την παρουσίαση ενός προτύπου υπεύθυνης κατανάλωσης οινοπνεύματος. Ο κύριος στόχος θα είναι, αφενός, να υποστηριχθούν οι ενέργειες της ΕΕ και των εθνικών/τοπικών δημόσιων αρχών που αποσκοπούν στην αποτροπή της ανεύθυνης εμπορικής προώθησης των οινοπνευματωδών ποτών και, αφετέρου, να εξετάζονται τακτικά οι τάσεις που επικρατούν στο διαφημιστικό κλάδο και τα ζητήματα που προκαλούν ανησυχία σχετικά με τη διαφήμιση, π.χ. όσον αφορά το οινόπνευμα

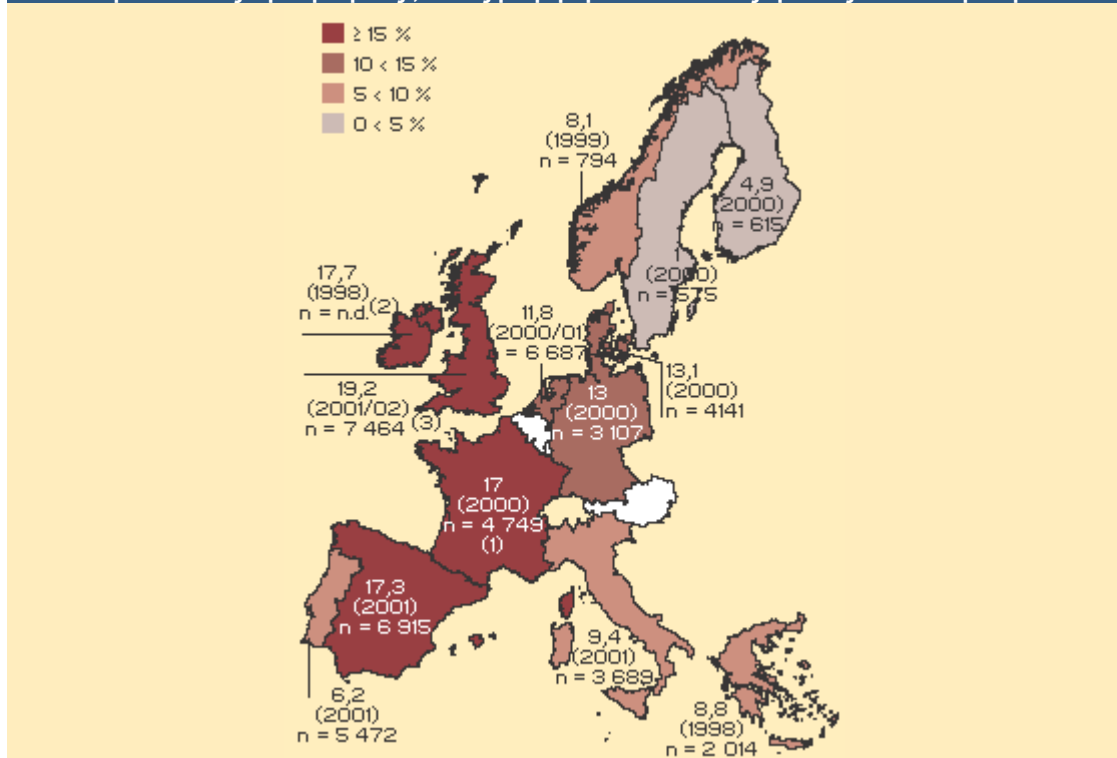
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3 : ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ

3.1 Στατιστικά στοιχεία για την Ευρωπαϊκή Ένωση

Από τη μελέτη, κατά τη διάρκεια διεξαγωγής της οποίας παρακολουθήθηκαν περίπου 4.300 νεαροί Ευρωπαίοι πολίτες σε διάστημα τριών τουριστικών περιόδων, διαπιστώθηκαν τα παρακάτω στοιχεία τα οποία παραθέτουμε στο κεφάλαιο αυτό. Η έρευνα πραγματοποιήθηκε βάση ερωτηματολογίου το οποίο παρατίθεται στο παράρτημα Α. Οι νεαροί ευρωπαίοι πολίτες ήταν ηλικίας 13 έως 25 ετών οι οποίοι απάντησαν στο ερωτηματολόγιο και σε προσωπικές κατ'ιδίαν συζητήσεις έδωσαν διευκρινιστικές πληροφορίες. Η έρευνα είχε στόχο να διεисδύσει στους λόγους στροφής των νέων στην κατανάλωση αλκοόλ, ειδικά κατά τις τουριστικές περιόδους καθώς, τα αποτελέσματα που επιφέρει η κατάχρηση αλκοόλ στις ηλικίες αυτές καθώς και την επιρροή που δέχονται οι νέοι από τη περιβάλλον τους. Η μεθοδολογία που ακολουθήθηκε ήταν η παρουσία στους πιο δημοφιλής τουριστικούς προορισμούς, η επί τόπου ανάλυση εμπειριών και συναισθημάτων των ερωτηθέντων και η άμεση διαπίστωση των ισχυρισμών τους. Μοναδικός περιορισμός της έρευνας ήταν το νεαρό της ηλικίας των ερωτηθέντων. Τα συμπεράσματα δημοσιεύθηκαν στο περιοδικό *European Journal of Epidemiology*, και μεταξύ άλλων αποδείχθηκε ότι η κατανάλωση ενός αλκοολούχου ποτού, σε νεαρές ηλικίες είναι περισσότερο επικίνδυνη από την κατανάλωση σε μεγαλύτερες και ωριμότερες ηλικίες.

- Η Ευρώπη που αντιπροσωπεύει το 1/8 του πληθυσμού της γης καταναλώνει τη μισή ποσότητα αλκοόλ από αυτή που καταναλώνει ο πληθυσμός ολόκληρου του πλανήτη.
- Η Ευρώπη κατέχει την πρώτη θέση στην κατανάλωση οινοπνευματωδών ποτών στον κόσμο.

Πρόσφατη χρήση αλκοόλ (τελευταίο δωδεκάμηνο) στους νεαρούς ενήλικες (15–34 ετών) σε ευρωπαϊκούς προορισμούς, όπως μετρήθηκε από εθνικές έρευνες στον πληθυσμό



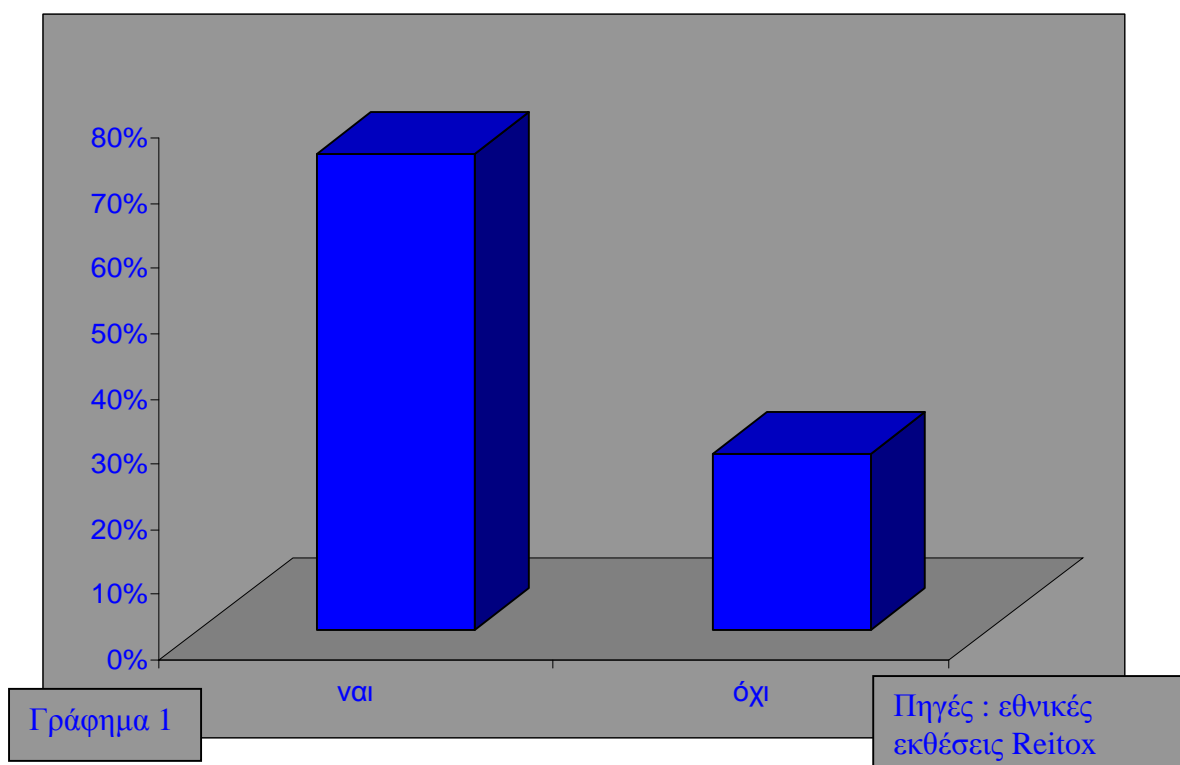
Πηγές: [Εθνικές εκθέσεις Reitox](#)

Τα στοιχεία προέρχονται από τις πλέον πρόσφατες εθνικές έρευνες που είναι διαθέσιμες σε κάθε χώρα. Το μέγεθος των δειγμάτων (n) αναφέρεται στον αριθμό των ατόμων που απάντησαν από την ηλικιακή ομάδα 15–34 ετών

3.2 ΕΡΕΥΝΑ ΒΑΣΗ ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟΥ ΓΙΑ ΤΗ ΧΡΗΣΗ ΑΛΚΟΟΛ ΑΠΟ ΤΟΥΣ ΝΕΟΥΣ ΤΗΣ Ε.Ε. ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΩΝ ΔΙΑΚΟΠΩΝ

1.Καταναλώνεις αλκοόλ στις διακοπές ;

73% Απάντησε ΝΑΙ
27% Απάντησε ΟΧΙ



Το 73% των ερωτηθέντων στη συγκεκριμένη ερώτηση απάντησαν ότι καταναλώνουν αλκοόλ στις διακοπές. Γεγονός που αποδεικνύει τη μεγάλη εξάρτηση που μπορεί να προκληθεί στις νεαρές ηλικίες.

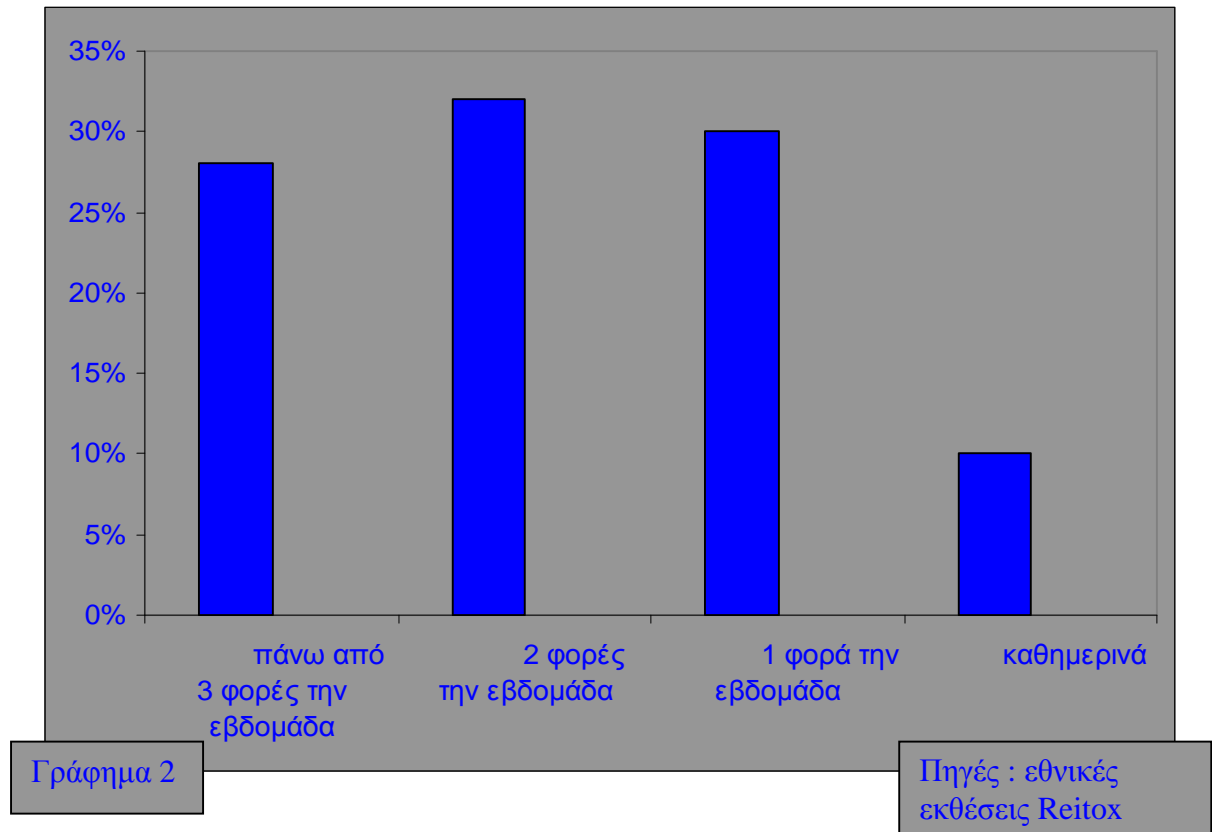
2. Αν ναι, πόσο συχνά;

28% πάνω από 3 φορές την εβδομάδα

32% 2 φορές την εβδομάδα

30% 1 φορά την εβδομάδα

10% καθημερινά



Το 10% των ερωτηθέντων καταναλώνει αλκοόλ καθημερινά. Σε ποσοστό 28% καταναλώνετε αλκοόλ 3 φορές την εβδομάδα, σε ποσοστό 32% 2 φορές την εβδομάδα ενώ το 30% καταναλώνει 1 φορά την εβδομάδα αλκοόλ. Σημαντική παρατήρηση είναι ότι κανείς από αυτούς δεν αποφεύγει το αλκοόλ.

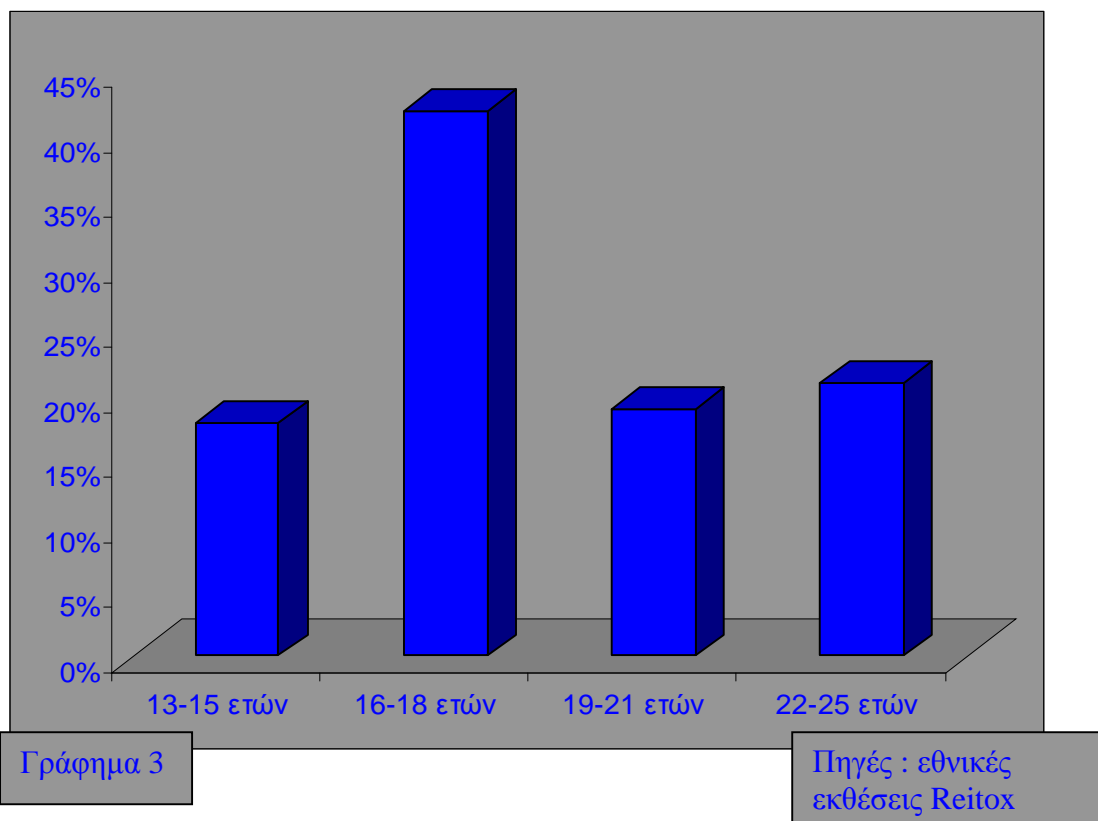
3. Από ποια ηλικία άρχισες την χρήση αλκοόλ στις διακοπές ;

18% 13-15 ετών

42% 16-18 ετών

19% 19-21 ετών

21% 22-25 ετών



Από την ερώτηση αυτή συμπεραίνουμε το μεγάλο πρόβλημα της χρήσης αλκοόλ από νεαρές ηλικίες. Το 42% άρχισε να καταναλώνει αλκοόλ σε ηλικία 16 έως 18 ετών, το 19% σε ηλικία 19 έως 21 ετών, το 21% σε ηλικία 22 έως 25 ετών, ενώ υπάρχει και ένα σημαντικό ποσοστό 18% που άρχισε να καταναλώνει αλκοόλ σε ηλικία 13 έως 15 ετών.

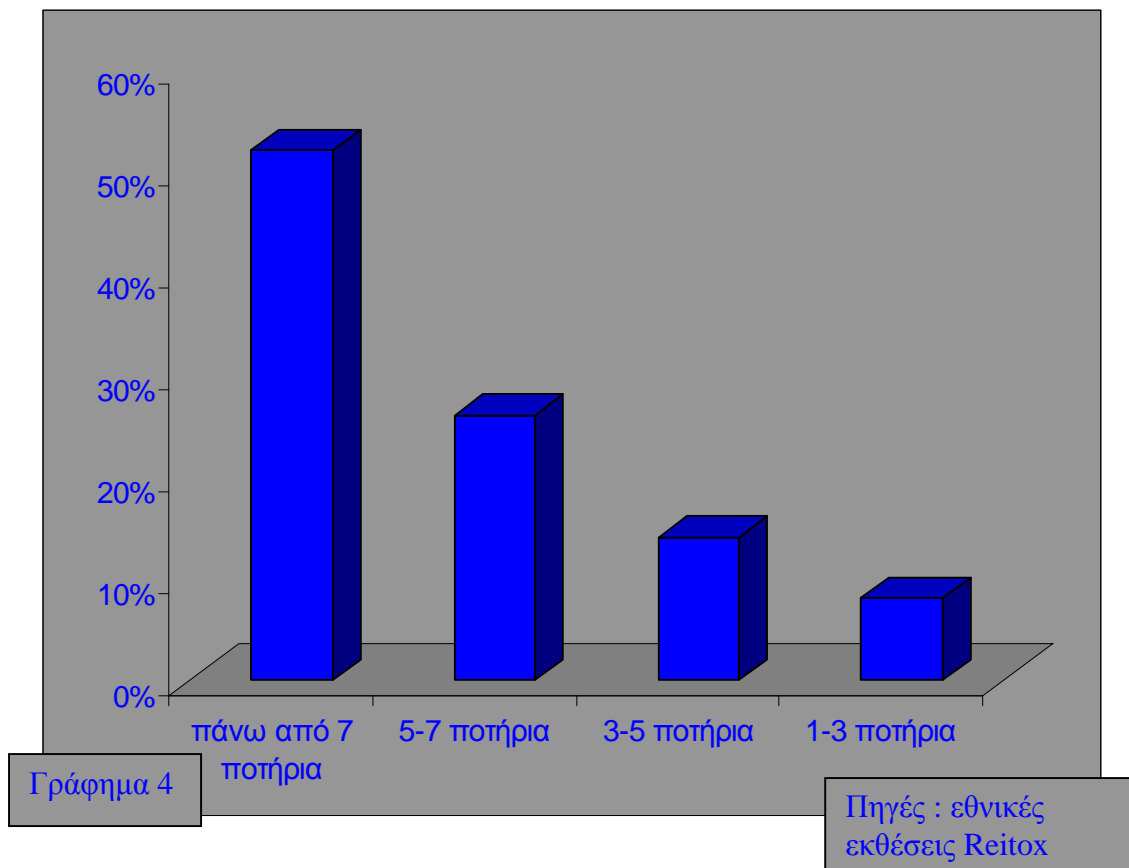
4. Πόση ποσότητα αλκοόλ πίνεις;

52% πάνω από 7 ποτήρια

26% 5-7 ποτήρια

14% 3-5 ποτήρια

8% 1-3 ποτήρια

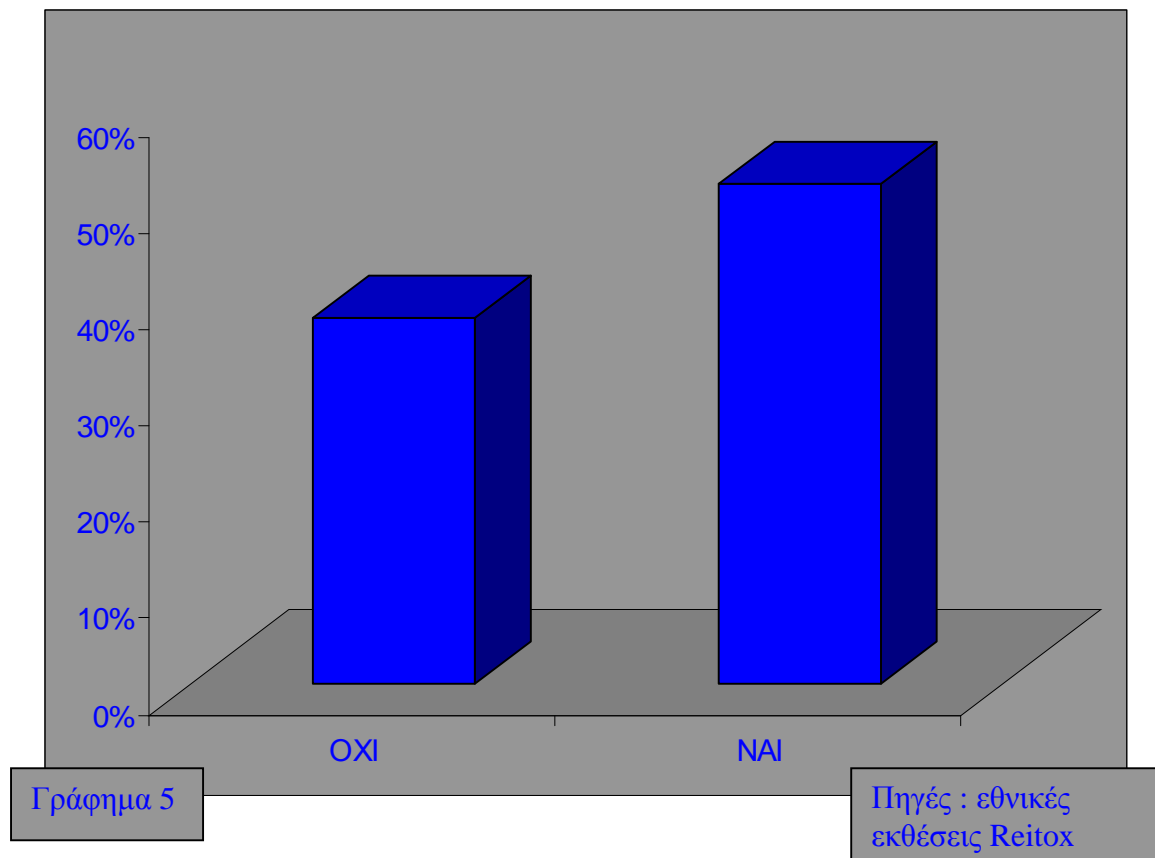


Θλιβερό ποσοστό της τάξεως του 52% καταναλώνει πάνω από 7 ποτήρια σε κάθε έξοδο, ποσοστό 26% 5 έως 7 ποτήρια, ποσοστό 14% 3 έως 5 ποτήρια ενώ μόλις το 8% των ερωτηθέντων καταναλώνει 1 έως 3 ποτήρια

5. Κάνεις καταχρήσεις αλκοόλ;

52% ΝΑΙ

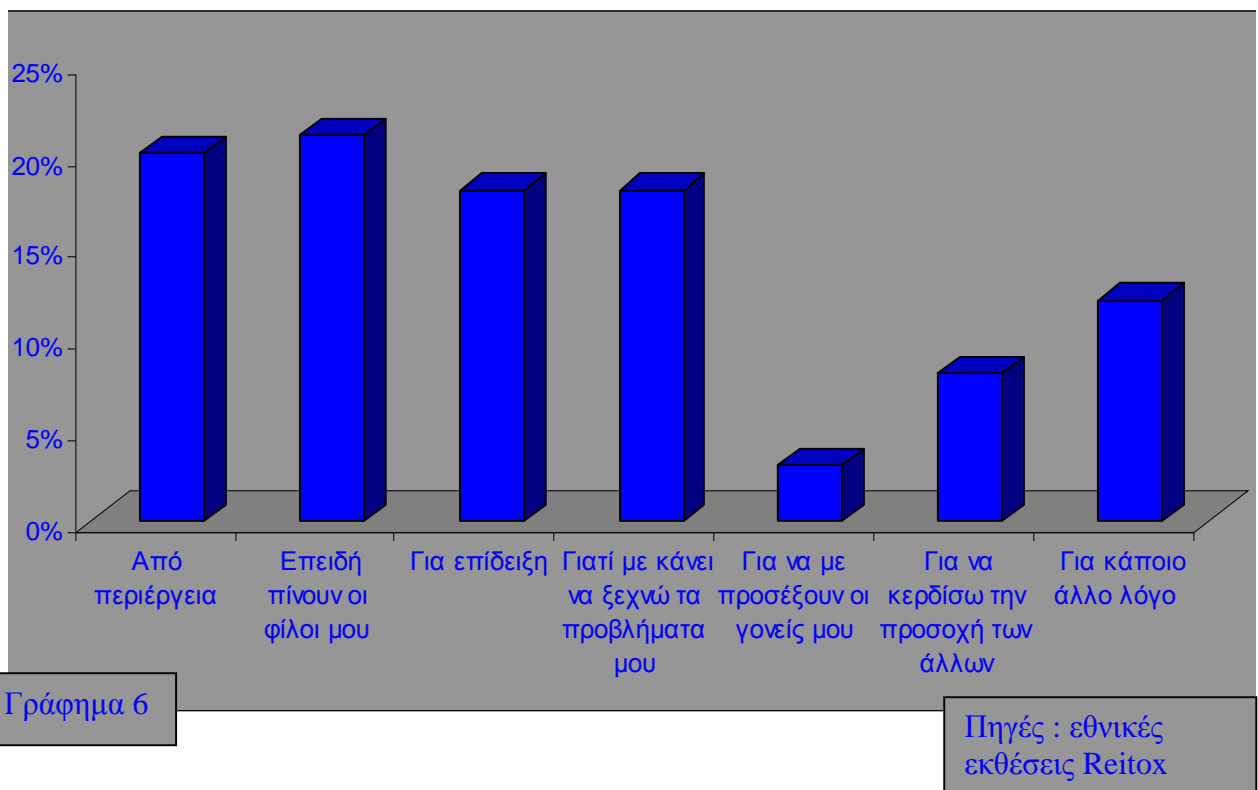
38% ΟΧΙ



Πάνω από τους μισούς ερωτηθέντες, δηλαδή το ποσοστό του 52% παραδέχεται ότι κάνει κατάχρηση αλκοόλ. Το 38% των ερωτηθέντων δεν θεωρούν ότι κάνουν κατάχρηση αλκοόλ.

6. Ποιοι πιστεύεις ότι είναι οι λόγοι που σε ώθησαν στη χρήση αλκοόλ;

- 20% Από περιέργεια
- 21% Επειδή πίνουν οι φίλοι μου
- 18% Για επίδειξη
- 18% Γιατί με κάνει να ξεχνώ τα προβλήματα μου
- 3% Για να με προσέξουν οι γονείς μου
- 8% Για να κερδίσω την προσοχή των άλλων
- 12% Για κάποιο άλλο λόγο

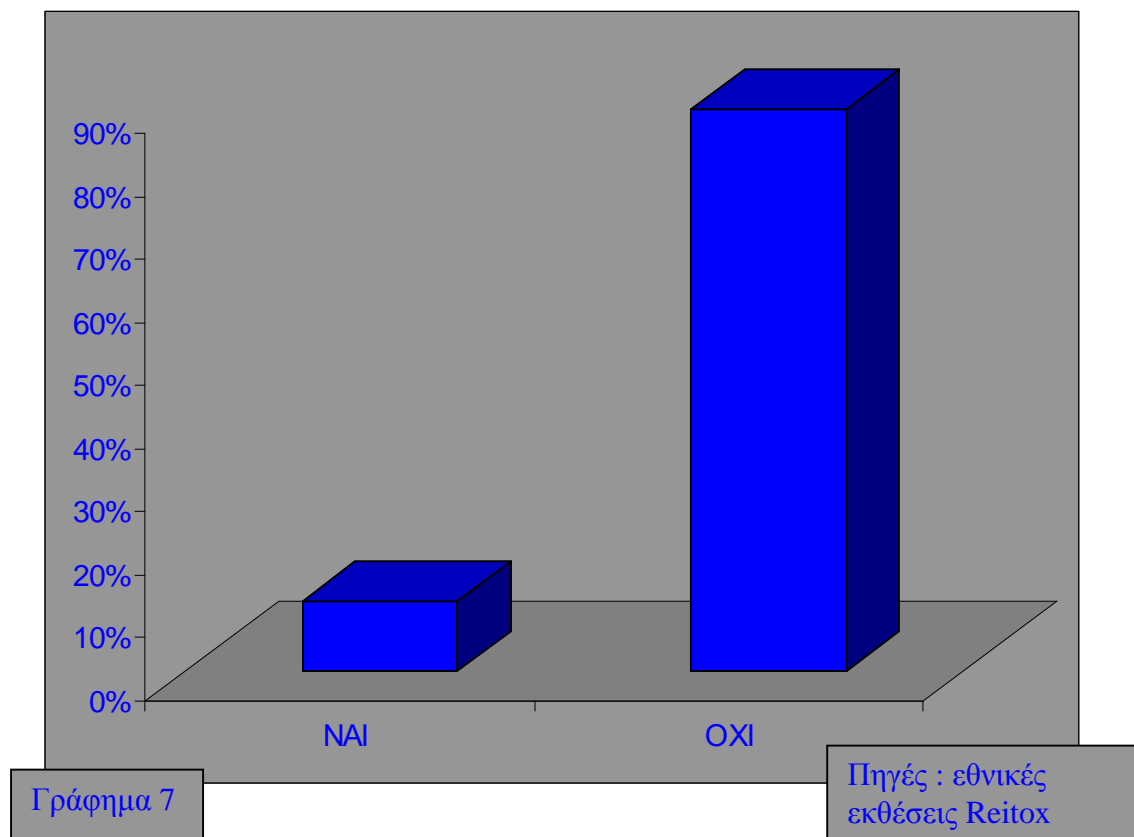


Στην ερώτηση αυτή παραθέτονται οι λόγοι που ώθησαν τους ερωτηθέντες στη χρήση του αλκοόλ. Το 21% επηρεάστηκε από το φιλικό του περιβάλλον, το 20% από περιέργεια, το 18% για επίδειξη ενώ ένα ανάλογο ποσοστό για να ξεχάσει τα προβλήματα του. Το 3% για να τους προσέξουν οι γονείς και το 8% για να κερδίσουν την προσοχή των άλλων .

7. Όταν ήσουν μικρός/ή οι γονείς σου, σε έδιναν να πεις;

11% ΝΑΙ

89% ΟΧΙ

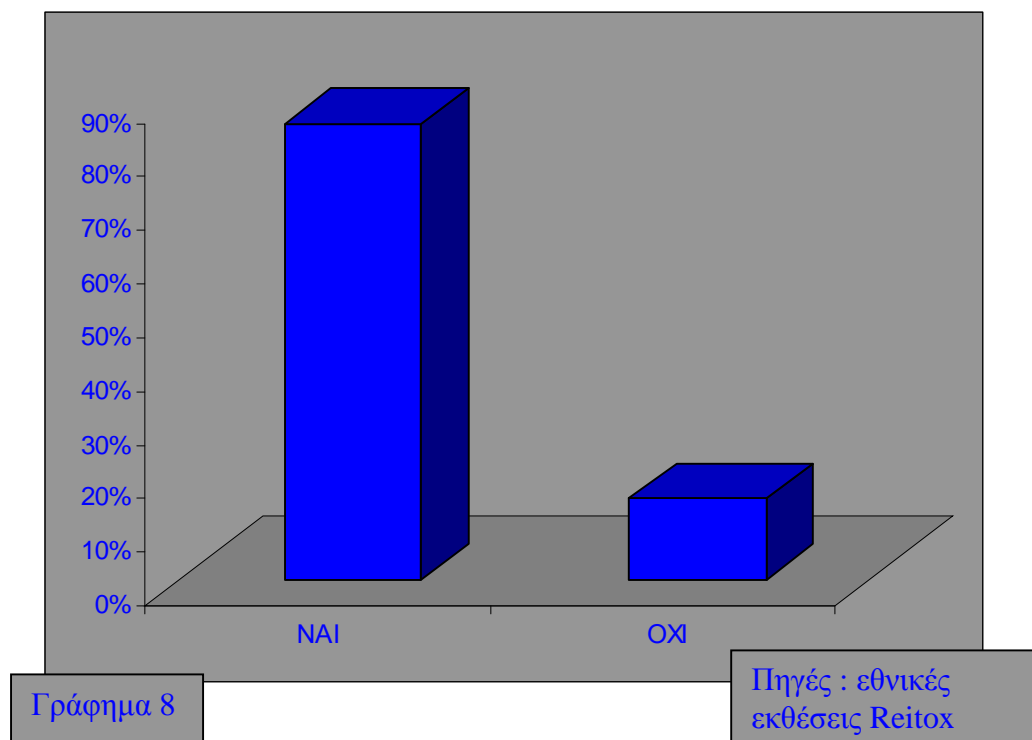


Το 89% των ερωτηθέντων δεν επηρεάστηκαν από τους γονείς τους στη μικρή τους ηλικία. Ενώ το 11% κατανάλωνε αλκοόλ μετά από παρότρυνση των γονέων τους

8. Το οικογενειακό σου περιβάλλον καταναλώνει αλκοόλ;

85% ΝΑΙ

15% ΟΧΙ

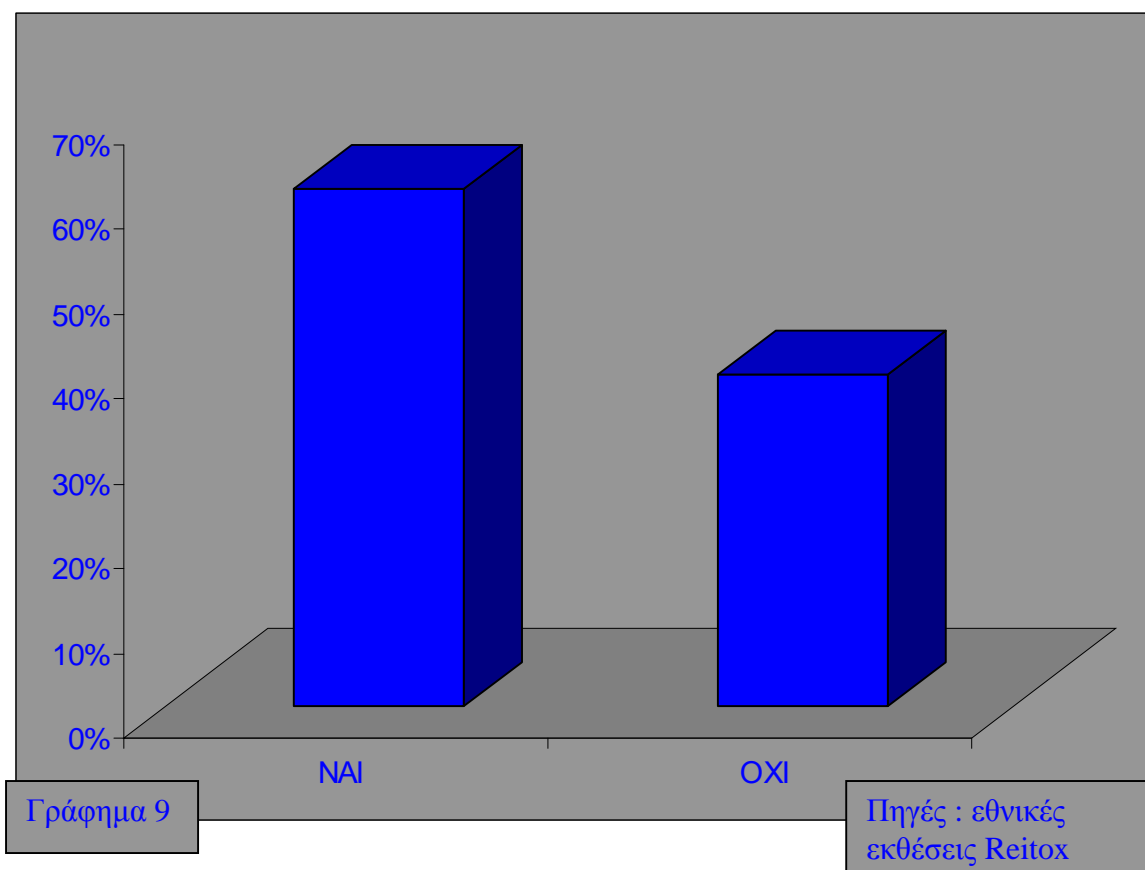


Σε μεγάλο ποσοστό της τάξεως του 85% το περιβάλλον των νεαρών καταναλώνει αλκοόλ ενώ μόνο το 15% των ερωτηθέντων δήλωσαν ότι το περιβάλλον τους δεν καταναλώνει αλκοόλ.

9. Πιστεύεις ότι είναι δύσκολο να σταματήσει κάποιος το αλκοόλ;

61% ΝΑΙ

39% ΟΧΙ

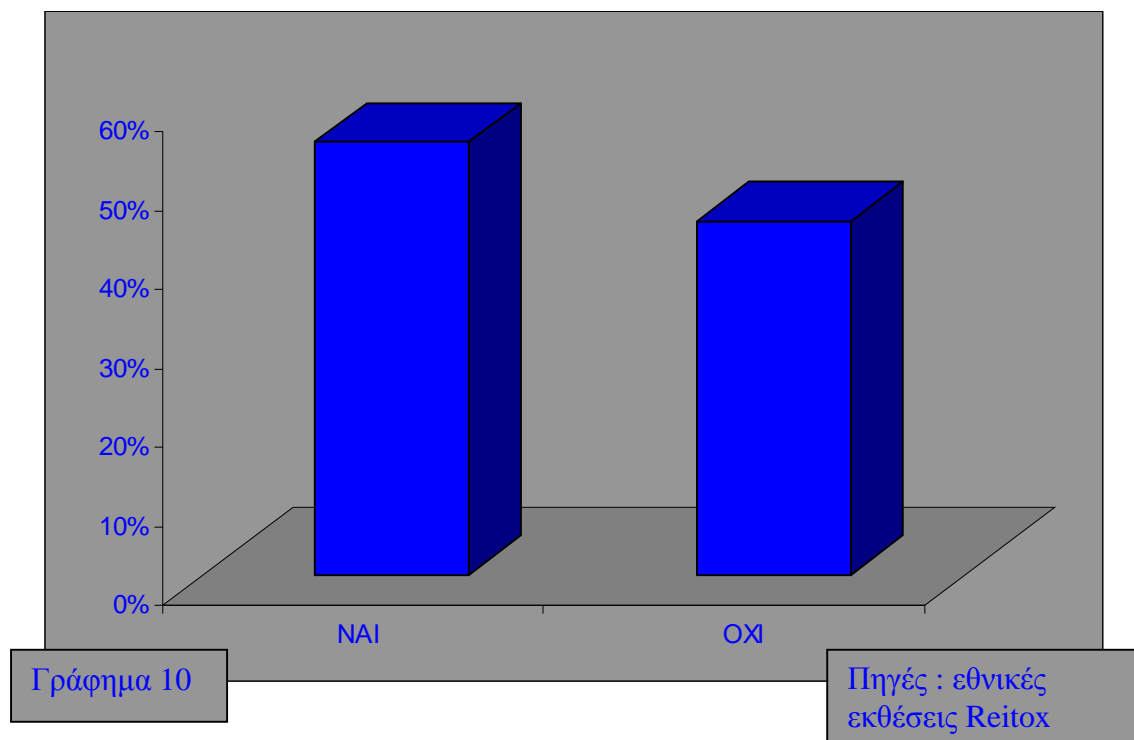


Οι περισσότεροι, 61%, απάντησαν ότι είναι δύσκολο σταματήσει κάποιος το αλκοόλ, γιατί όταν κάποιος πίνει το συνηθίζει ο οργανισμός του και δεν μπορεί να κάνει χωρίς αυτό, είναι δηλαδή εξαρτημένος.

10. Η κατάχρηση του αλκοόλ μπορεί να προκαλέσει θανατηφόρες συνέπειες;

55% ΝΑΙ

45% ΟΧΙ

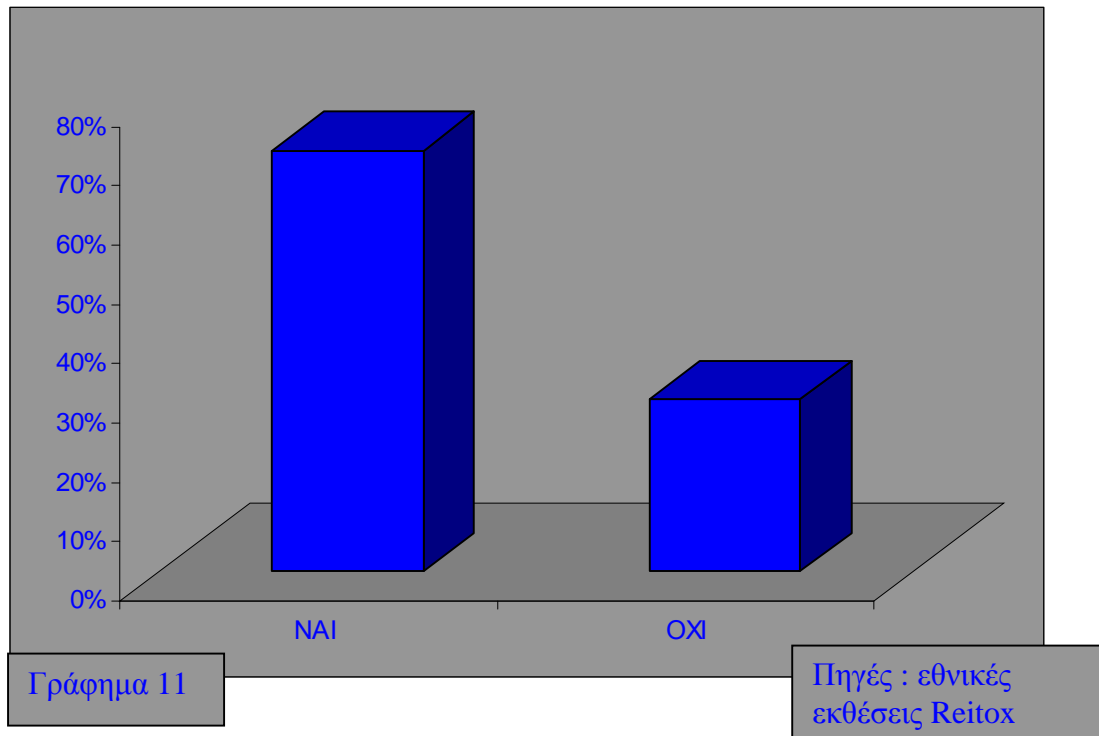


Το 55% των ερωτηθέντων γνωρίζει ότι το αλκοόλ μπορεί να προκαλέσει θανατηφόρες συνέπειες έναντι του 45% που δεν τις γνωρίζει.

11. Γνωρίζεις για τις αρνητικές επιδράσεις του αλκοόλ;

71% ΝΑΙ

29% ΟΧΙ

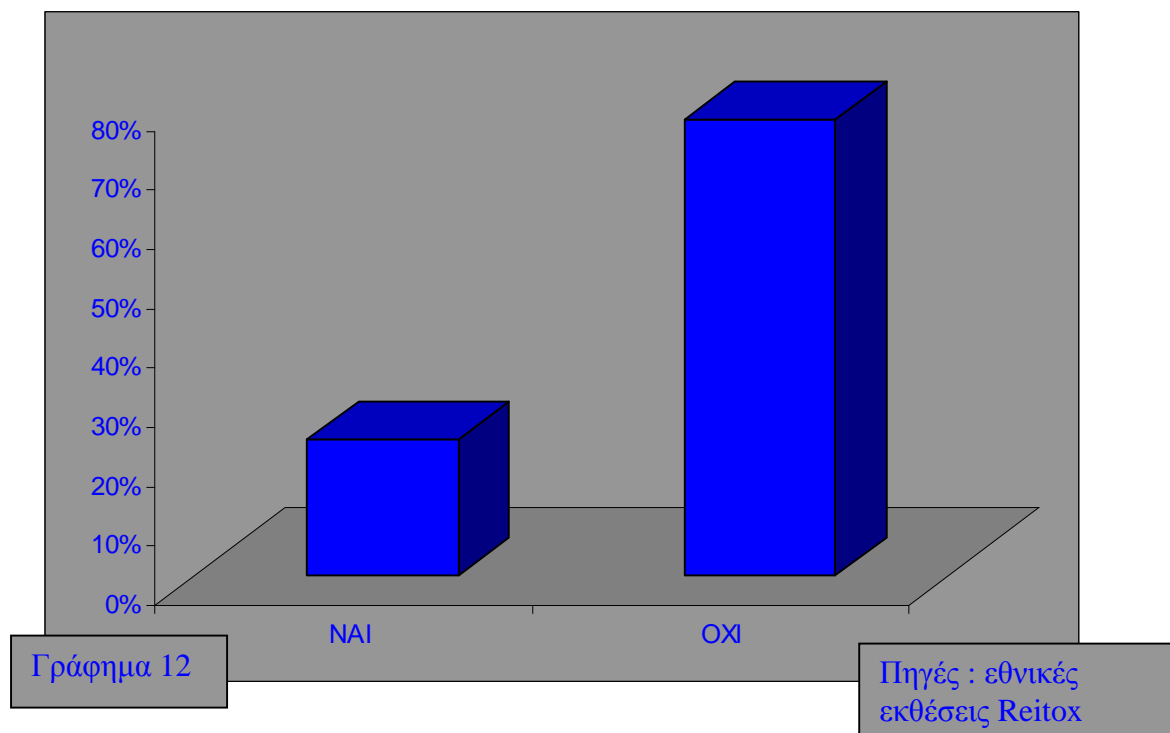


Το 71% των ερωτηθέντων γνωρίζει τις αρνητικές επιδράσεις του αλκοόλ ενώ το 29% τις αγνοεί.

12. Γνωρίζεις για τις θετικές επιδράσεις του αλκοόλ;

23% ΝΑΙ

77% ΟΧΙ

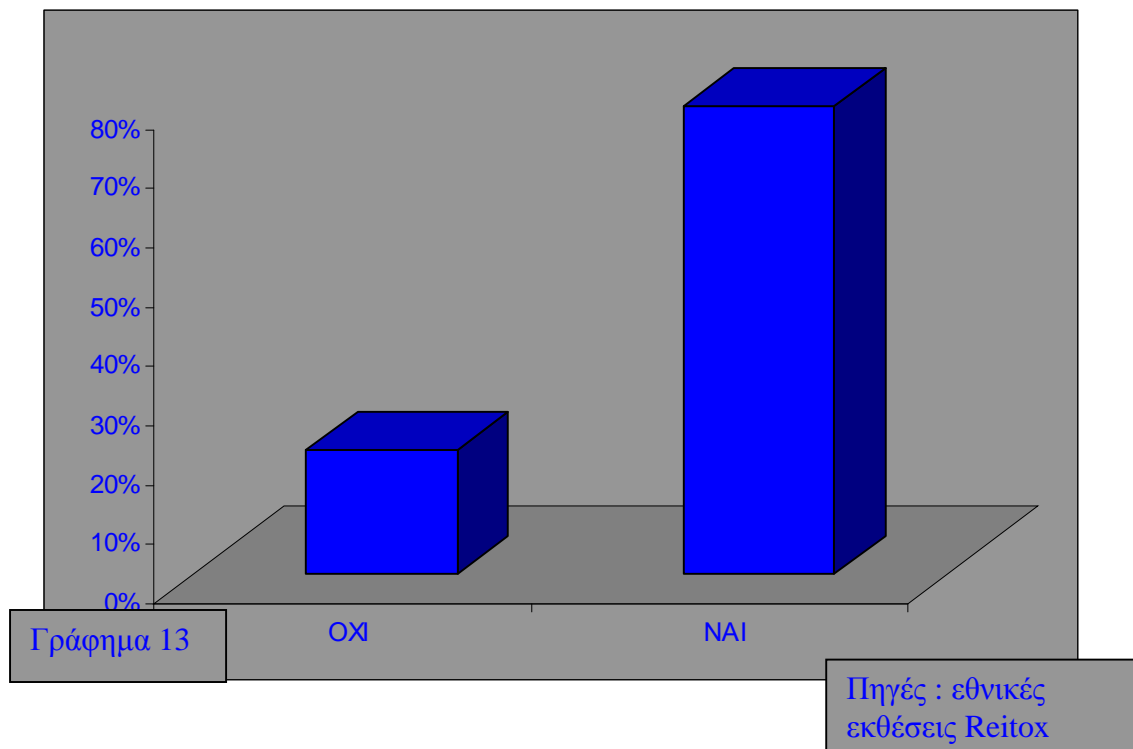


Το 77% των ερωτηθέντων δεν γνωρίζει τις θετικές επιδράσεις του αλκοόλ σε αντίθεση με το 23% που δεν τις γνωρίζει.

13. Όταν πίνουν οι φίλοι σου, πίνεις και εσύ;

21% ΟΧΙ

79% ΝΑΙ



Η συντριπτική πλειοψηφία του 79% των ερωτηθέντων δηλώνει ότι επηρεάζεται από τους φίλους του ενώ μόλις το 21% δεν επηρεάζεται.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4 : ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

4.1 ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Σύμφωνα με τα αποτελέσματα της έρευνας, αποδείχθηκε ότι το μεγαλύτερο ποσοστό των νέων ηλικίας 13-25 ετών καταναλώνουν αλκοόλ. Οι περισσότεροι άρχισαν τη χρήση του από των ηλικιακό δείκτη των 16-18 ετών, όταν βγαίνουν έξω ενώ λιγότεροι κάνουν καταχρήσεις αλκοόλ.

Οι λόγοι για τους οποίους οι νέοι πίνουν είναι πολλοί:

Ø Από περιέργεια. Η εφηβεία είναι η ηλικία κατά την οποία οι νέοι θέλουν να δοκιμάζουν καινούργια πράγματα και έτσι μη έχοντας κάτι πιο ενδιαφέρον να κάνουν πίνουν.

Ø Επειδή πίνουν και οι φίλοι. Ως γνωστό τα άτομα με τα οποία συναναστρέφεται κάποιος του μεταφέρουν τους δικούς τους τρόπους ζωής και σκέψης. Καθώς και όταν όλοι οι φίλοι κάποιου πίνουν, τότε για να μη νιώθει μειονεκτικά αρχίζει να πίνει και αυτός και να κάνει ότι κάνουν και οι φίλοι του

Ø Για επίδειξη. Οι νέοι αυτής της ηλικίας (13-25 ετών) πίνουν γιατί νομίζουν ότι τους κάνει να φαίνονται μεγαλύτεροι στα μάτια των άλλων και κυρίως του αντίθετου φύλου αφού αυτή η ηλικία είναι η περίοδος της αναζήτησης των σχέσεων και της ένταξής τους στη σεξουαλική ζωή.

Ø Για να τους προσέξουν οι γονείς τους. Πολλά παιδιά μένουν μόνα τους στο σπίτι λόγω του γεγονότος ότι και οι δύο γονείς δουλεύουν για να αντεπεξέλθουν στις υποχρεώσεις τους και να τα βγάλουν πέρα. Τα παιδιά όμως κλεισμένα μόνα μέσα στο σπίτι τους τόσες ώρες νιώθουν ότι οι γονείς του δεν νοιάζονται για αυτούς και τους παραμελούν.

Ø Για να κερδίσουν τη προσοχή των άλλων.

Ø Για άλλους λόγους. Όπως λόγω του μεγάλου χαρτζιλικιού που δίνουν οι γονείς στα παιδιά τους(η Ελλάδα είναι η πρώτη χώρα όσον αναφορά το μαθητικό χαρτζιλίκι) και αφού δεν τα ξοδεύουν όλα στο φαγητό ξοδεύουν τα υπόλοιπα στο αλκοόλ. Οι διαφημιστικές εκστρατείες των διάφορων εταιριών και ο μεγάλος αριθμός των bar καθώς και η χαλάρωση των νόμων, μας απάντησαν οι νέοι κυρίως της ηλικίας των 22-25 ετών ότι είναι ένας άλλος λόγος.

Το πολύ μεγάλο ποσοστό μας απάντησε ότι το οικογενειακό του περιβάλλον καταναλώνει αλκοόλ και έτσι άρχισαν σιγά σιγά να επηρεάζονται και αυτοί και να πίνουν.

Το μόνο καθησυχαστικό είναι ότι οι περισσότεροι νέοι γνωρίζουν ότι το αλκοόλ έχει πολλές αρνητικές επιπτώσεις στον οργανισμό του ανθρώπου και ότι πολλές φορές μπορεί να προκαλέσει το θάνατο.

Η ύπαρξη ενός γονέα με πρόβλημα οινοπνεύματος αποτελεί παράγοντα προδιάθεσης τόσο σε ψυχολογικό - περιβαλλοντικό, όσο και σε βιολογικό επίπεδο, αλλά αυτό σε καμία περίπτωση δεν "καταδικάζει" το παιδί σε αλκοολισμό. Όταν μιλάμε για έναν παράγοντα προδιάθεσης, ουσιαστικά αναφερόμαστε σε μία στατιστική σύνδεση μεταξύ μίας κατάστασης και ενός αποτελέσματος που αποτελεί μία απόπειρα να περιγραφεί η γενική τάση και όχι συγκεκριμένα άτομα. Κατά συνέπεια αν δεν υπάρχουν ενδείξεις ότι αντιμετωπίζονται προβλήματα στη χρήση του αλκοόλ (δηλαδή αν συχνά χάνετε ο έλεγχος σχετικά με το πόσο και τότε θα καταναλωθεί αλκοόλ) δεν υπάρχει κανένας λόγος ανησυχίας εκδήλωσης αλκοολισμού.

Κλείνοντας, εκθέτουμε τα συμπεράσματα της πτυχιακής μας όσον αφορά τα συμπεριφοριστικά αποτελέσματα των νεαρών ανθρώπων, κατά τον κύριο Θεοδωρή Π Δασκαλόπουλο, ψυχίατρο και υπεύθυνο για τη συλλογή των στοιχείων, την κριτική ανάλυση και τη σχεδίαση των σημαντικότερων ερευνών που διαξεδύθησαν στην ευρωπαϊκή ένωση.

Το αλκοόλ παράγει μια εντυπωσιακή σειρά συμπεριφοριστικών αποτελεσμάτων στους νεαρούς ανθρώπους, που εξαρτάται από τη δόση του αλκοόλ που λαμβάνεται, από το εάν τα επίπεδα αλκοόλ αυξάνονται ή πέφτουν, αλλά και από την αλλαγή των επιπέδων του αλκοόλ στο αίμα. Η ευφορική, διεγερτική, και αγχολυτική δράση του αλκοόλ, συμβάλλει στην ευρεία ψυχαγωγική χρήση του, ενώ τα κατασταλτικά αποτελέσματά του συμβάλλουν στην κατανάλωσή του σαν "μη-συνταγογραφούμενο" υπνωτικό.

Αλλά, σε λίγο υψηλότερες δόσεις το αλκοόλ:

- περιορίζει τη μνήμη και την κρίση,
- επιβραδύνει την επεξεργασία πληροφοριών και το χρόνο αντίδρασης,
- εξασθενίζει το συντονισμό των κινήσεων, και

- αναστέλλει τον έλεγχο της παρορμητικής και επιθετικής συμπεριφοράς (άρση των αναστολών).

Έτσι, δεν είναι περίεργο ότι μερικές από τις πιο καταστρεπτικές συνέπειες της κατάχρησης, απεικονίζουν τον αντίκτυπο της δηλητηρίασης με αλκοόλ σε δραστηριότητες όπως η οδήγηση, που απαιτούν μια υψηλή εγρήγορση στις γνωστικές λειτουργίες. Με τη χρόνια χρήση, το αλκοόλ δημιουργεί προσαρμογή και νευροτοξικότητα των νευρώνων στον εγκέφαλο, που προκαλεί την αντοχή και την εξάρτηση. Το σύνδρομο στέρησης αλκοόλ περιλαμβάνει την ανησυχία, την αϋπνία, και τα συμπτώματα της διέγερσης του νευρικού συστήματος. Σε μεγαλύτερα επίπεδα εξάρτησης και με επαναλαμβανόμενα επεισόδια απόσυρσης του αλκοόλ, η αποχή μπορεί να συνδεθεί με την ουσιαστική διέγερση, με συμπτώματα τις αντιληπτικές αλλαγές (ψευδαισθήσεις), τη σύγχυση, και τους σπασμούς έως τις επιληπτικές κρίσεις. Αυτά τα συμπτώματα μπορούν να προκύψουν όλα μαζί στα πλαίσια του συνδρόμου που ονομάζουμε Τρομώδες Παραλήρημα (Delirium Tremens), μια απειλητική για τη ζωή επιπλοκή της εξάρτησης από το αλκοόλ, που αναπτύσσεται γενικά μέσα στην αρχική εβδομάδα από την αποχή λήψης του αλκοόλ (και συχνότερα την τρίτη ημέρα).

Ένα άλλο σύνδρομο, η αλκοολική ψευδαισθήτωση (Alcoholic Hallucinosis), μπορεί να αναπτυχθεί κατά τη διάρκεια οποιασδήποτε φάσης του κύκλου της δηλητηρίασης και της απόσυρσης του αλκοόλ. Συνδέεται με επίμονες ψευδαισθήσεις που μπορούν να παραμένουν και μετά από την εκτεταμένη αποχή λήψης αλκοόλ. Η οξεία και παρατεταμένη αποχή είναι σημαντικά πλαίσια για τη θεραπεία του αλκοολισμού σε νεαρές ηλικίες, για να εξασφαλιστεί με ιατρική ασφάλεια η ανάκτηση των ασθενών και για να αποτρέψει την υποτροπή τους στη χρήση του αλκοόλ. Αν και οι σοβαρότερες συνέπειες της απόσυρσης του αλκοόλ εμφανίζονται κατά τη διάρκεια της αρχικής εβδομάδας της αποχής, παρατεταμένα προβλήματα της απόσυρσης πιθανά να εμμένουν για πολλούς μήνες. Τέτοια παρατεταμένα συμπτώματα είναι η αϋπνία, η αδράνεια, και η καταθλιπτική διάθεση. Η προσπάθεια απαλλαγής από τα συμπτώματα απόσυρσης, μπορεί να είναι σημαντικός λόγος για την υποτροπή στη χρήση αλκοόλ. Αυτή η φάση αποκατάστασης συνδέεται επίσης με βελτίωση στη γνωστική λειτουργία, τη φλοιώδη δραστηριότητα, και τη δομή του εγκεφάλου. Οι λειτουργικές νευρο-απεικονιστικές μελέτες δείχνουν μειώσεις στη φλοιώδη αιματική ροή και το μεταβολισμό που συνδέονται με την απόσυρση του

αλκοόλ. Υπάρχει μια περιορισμένη κατανόηση του βαθμού στο οποίο αυτές οι μελέτες απεικονίζουν επίσης γενετικές ή σχετιζόμενες με το αλκοόλ δομικές ανωμαλίες. Μελέτες της δηλητηρίασης με αλκοόλ (μέθη) δείχνουν ότι μειώνει το φλοιώδη μεταβολισμό στους ανθρώπους. Κλινικές μελέτες της απόσυρσης, που πραγματοποιούνται συνήθως κατά τη διάρκεια ή μετά από τα φάρμακα για την αποτοξίνωση από το αλκοόλ, κυρίως περιγράφουν μειώσεις της περιφερειακής εγκεφαλικής διάχυσης και μειώσεις του μεταβολισμού της γλυκόζης στο μετωπιαίο και κροταφικό φλοιό. Περισσότερο έντονα ελλείμματα συσχετίστηκαν στους ασθενείς με στοιχεία φλοιώδους ατροφίας, ανάλογα με τα έτη χρήσης του αλκοόλ, την ηλικία, και τις πολλαπλές αποτοξινώσεις. Η εγκεφαλική διάχυση και τα μεταβολικά ελλείμματα μπορεί να μειώνονται κατά τη διάρκεια των αρχικών μηνών της απόσυρσης του αλκοόλ, και η βελτίωση μπορεί να συνεχιστεί κατά τη διάρκεια

Η οικογενειακή ευπάθεια στον αλκοολισμό και τα χαρακτηριστικά της, συνδέονται με τα γνωστικά ελλείμματα και το εκπαιδευτικό επίπεδο. Αν και οι μειώσεις στην προσοχή, τον προγραμματισμό, την οπτικό-χωρική εκμάθηση, και τον έλεγχο των ενορμήσεων έχουν περιγραφεί στα παιδιά των αλκοολικών, αυτά τα συμπεράσματα δεν είναι καθολικά. Αυτά τα συμπεράσματα μπορεί να αποδοθούν κατά ένα μεγάλο μέρος στα γνωρίσματα, όπως η αντικοινωνική συμπεριφορά αρκετών ετών. Σύμφωνα με αυτήν την άποψη, ο οικογενειακός κίνδυνος για γνωστικά ελλείμματα που συνδέονται με τον αλκοολισμό, αποδίδονται ιδιαίτερα στην ανεπαρκή πρόγνωση του γονέα στη θεραπεία αλκοολισμού, που είναι ένα χαρακτηριστικό του αντικοινωνικού αλκοολισμού. Η οικογενειακή ιστορία του αλκοολισμού εμφανίζεται να συνθέτει τις αρνητικές συνέπειες της κοινωνικής κατανάλωσης στη γνωστική λειτουργία. Εντούτοις, τα παιδιά αλκοολικών παρουσιάζουν λιγότερη εξασθένιση στην προσοχή και τη μνήμη αναφορικά με τα άτομα με οικογενειακή χωρίς προϋστορία αλκοολισμού. Κατά συνέπεια είναι δυνατό, οι γνωστικές απαντήσεις στο αλκοόλ να μπορούν επίσης να συμβάλουν στον κίνδυνο για τη μετάβαση από την κοινωνική κατανάλωση στον αλκοολισμό.

Είναι γεγονός ότι η κατανάλωση αλκοόλ σε νεαρές ηλικίες είναι ένα θέμα που προβληματίζει την ευρωπαϊκή ένωση και ένα θέμα που αφορά όλους τους ευρωπαίους πολίτες. Λαμβάνονται αυστηρά μέτρα στις τουριστικές περιοχές και η ευρωπαϊκή νομοθεσία προβλέπει αυστηρές κυρώσεις για να αποφευχθούν φαινόμενα

κατάχρησης. Το πιο σημαντικό όμως μέτρο θα πρέπει να είναι η πρόληψη και η έγκαιρη πληροφόρηση των νεαρών για τις συνέπειες της χρήσης του αλκοόλ και κατά κύριο λόγο πρέπει να πηγάζουν από την οικογενειακή εστία καθώς και από τους χώρους εκπαίδευσης. Αυτό σημαίνει ότι θα πρέπει να υπάρχει οργάνωση στην ενημέρωση από τον οποιοδήποτε φορέα και υπευθυνότητα ώστε να εξαλειφθούν τα φαινόμενα που θέτουν σε κίνδυνο ζωές ανηλίκων και αμαυρώνουν την εικόνα των τουριστικών μας περιοχών.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

BGU 2003 The student site of Ben-Gurion University <http://www.bgu.co.il> (October 2003).

Erowid 2002 An online library of information about psychoactive plants, chemicals, and related topics <<http://www.erowid.org>> (January 2002).

Fischer, R. 1993 Why and how did Mystical Rapture Become Extinct? : The Story of its Glory and Postmodern Demise. *Social Neuroscience Bulletin* 6(3):38–39.

Atraf2003 Atraf.co.il <<http://www.atraf.co.il>> (October 2003).

De Rios, M. 1994 Drug Tourism in the Amazon: Why Westerners are Desperate to Find the Vanishing Primate. *Omni* 16:6–9.

Elias, N. 1994 *The Civilizing Process. The History of Manners and State Formation and Civilization*. Oxford: Blackwell.

Goffman, E. 1963 *Stigma: Notes on the Management of Spoiled Identity*. Englewood Cliffs: Prentice-Hall. 1967 *Interaction Ritual: Essay on Face to Face Behavior*. Garden City: Anchor.

Hunter-Jones, P. 2004 Young People, Holiday-Taking and Cancer: An Exploratory Analysis. *Tourism Management* 25:249–258.

1994 *Reinvention of Politics: Toward a Theory of Reflexive Modernization*. In *Reflexive Modernization: Politics, Tradition and Aesthetics in the Modern Social Order*, U. Beck, A. Giddens and S. Lash, eds., pp. 1–55. Cambridge: Polity Press.

IADA 2003 The official site of the Israel Anti-Drug Authority <<http://www.antidrugs.gov.il>> (October 2003).

Glazer, B., and A. Strauss 1967 *The Discovery of Grounded Theory. Strategies for Qualitative Research*. Chicago: Aldine

Jeong, S., and C. Santos 2004 Cultural Politics and Contested Place Identity. *Annals of Tourism Research* 31:640–656.

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 1

ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ

1. Καταναλώνεις αλκοόλ στις διακοπές ;

ΝΑΙ

ΟΧΙ

2. Αν ναι, πόσο συχνά;

.....

3. Από ποια ηλικία άρχισες την χρήση αλκοόλ στις διακοπές;

α) 13-15 β) 16-18 γ) 19-21 δ) 22-25

4. Αν ναι, πόση ποσότητα αλκοόλ πίνεις;

α) 1-3 ποτήρια β) 3-5 ποτήρια γ) 5-7 ποτήρια

δ) πάνω από 7 ποτήρια

5. Κάνεις καταχρήσεις αλκοόλ;

ΝΑΙ

ΟΧΙ

6. Ποιοι πιστεύεις ότι είναι οι λόγοι που σε ώθησαν στη χρήση αλκοόλ;

.....

7. Το οικογενειακό σου περιβάλλον καταναλώνει αλκοόλ;

ΝΑΙ

ΟΧΙ

8 Όταν ήσουν μικρός/ή οι γονείς σου, σου έδιναν να πεις;

ΝΑΙ

ΟΧΙ

9 Πιστεύεις ότι είναι δύσκολο να σταματήσει κάποιος το αλκοόλ;

ΝΑΙ

ΟΧΙ

10 Η κατάχρηση του αλκοόλ μπορεί να προκαλέσει θανατηφόρες συνέπειες;

ΝΑΙ

ΟΧΙ

11 Γνωρίζεις για τις αρνητικές επιδράσεις του αλκοόλ

ΝΑΙ

ΟΧΙ

12 Γνωρίζεις για τις θετικές επιδράσεις του αλκοόλ;

ΝΑΙ

ΟΧΙ

13 Όταν πίνουν οι φίλοι σου, πίνεις και εσύ;

ΝΑΙ

ΟΧΙ