

Как определить стадию алкоголизма?



Алкоголизм является хроническим заболеванием, которое, как и многие другие, имеет свои стадии развития. Для их диагностики вовсе необязательно проходить множество диагностических процедур и привлекать лабораторные методы определения. Чаще всего оценить степень зависимости можно невооруженным глазом: по клиническим симптомам. Для того, чтобы дать характеристику каждой из стадий, необходимо немного углубиться в предпосылки и механизмы формирования болезни.

Содержание статьи

- [Как и почему формируется алкогольная зависимость?](#)
- [Продромальная \(нулевая\) стадия алкоголизма](#)
- [Первая стадия алкогольной зависимости](#)
- [Вторая стадия алкогольной зависимости](#)
- [Третья стадия алкоголизма](#)
- [Стадии алкоголизма по гендерным признакам](#)
- [Заключение](#)

Как и почему формируется алкогольная зависимость?

Существует несколько наиболее распространенных причин, по которым при «благоприятных» условиях формируется алкоголизм. К ним относят:

- наследственность и индивидуальные особенности организма;
- черты личности, выступающие фактором формирования пристрастия;
- угнетенное психологическое состояние – депрессия, апатия, стресс;
- раннее знакомство со спиртным.

Заболевание формируется по типичной схеме: сначала спиртное выступает своего рода легальным наркотиком, способом расслабиться, поднять настроение. Алкоголь действует

аналогично наркотическим веществам, причем относимым к разным группам – дофаминовым и опиатным. Первые стимулируют психику к повторению ситуации получения удовольствия, а вторые – собственно его и доставляют, раздражая ответственные за это зоны головного мозга.

Регулярное употребление спиртного нарушает обмен веществ: дофамина, глутамата (стимулятора нервной системы), ГАМК (гамма-аминомасляной кислоты), контролирующей поведение. В результате человек перестает испытывать чувство удовольствия без употребления спиртных напитков, поэтому регулярно получает «команды» от мозга на соответствующее поведение: найти алкоголь и выпить.

Продромальная (нулевая) стадия алкоголизма

Чтобы знать, как определить алкогольную зависимость у себя или близкого человека, следует обратить внимание на тревожные «звоночки»:

1. Частота приема спиртных напитков возрастает. Появляются новые поводы для выпивки.
2. Появляется ощущение предвкушения будущего застолья или посиделок с алкоголем.
3. Формируется привычка употребления большого количества спиртного во время застолий, появляется потребность в «добавке».
4. Алкоголь может быть иногда употреблен и в одиночку, поводы для этого могут быть надуманными.
5. Изменяется поведение в состоянии опьянения – проявляются черты, до этого незнакомые окружающим.
6. После приема алкоголя появляются провалы в памяти – наутро сложно восстановить хронологию событий прошедшего дня.
7. Появляется эмоциональная зависимость: если раньше спиртное употреблялось для того, чтобы стало хорошо, то теперь – чтобы не стало плохо.
8. Возникает дезориентация во времени и пространстве в состоянии опьянения.
9. Возрастает количество случаев потери вещей, документов, а также случаев травматизма.

Вышеописанные признаки характерны для стадии преалкоголизма, или продромальной, – это начало формирования зависимости, бытовое пьянство. Продром отличается следующими признаками:

- равнодушие к наличию или отсутствию спиртного (в ближайшей перспективе);
- возможность остановиться на определенной дозе;
- отсутствие употребления в одиночку.

На этой стадии алкоголизма человек способен полностью отказаться от спиртного вовсе, не испытывая мук.

Обобщая эти признаки, можно обрисовать портрет человека на нулевой стадии: он живет привычной жизнью, способен трудиться, несмотря на легкое ухудшение работоспособности, обеспечивает сохранность финансов, время от времени прибегает к дружеским посиделкам за горячительными напитками, реже – выпивает один. В тех

случаях, когда перспектива выпить откладывается на неопределенный срок, он не испытывает душевных мучений, продолжает заниматься своими делами.

Но если употребление спиртного становится частым или ежедневным, уже через несколько месяцев формируется первая стадия зависимости.

Чтобы узнать, как определить стадию алкоголизма, необходимо охарактеризовать каждую из них. Их симптомы могут различаться в зависимости от факторов – наследственность, анамнез, возраст, пол, сопутствующие болезни.



Первая стадия алкогольной зависимости

Начальная стадия алкоголизма отличается уменьшением восприимчивости организма – утратой рвотного рефлекса. Ранее человек, выпивший больше своей нормы, испытывал симптомы острой интоксикации – рвоту; на первой стадии этот рефлекс пропадает. Следствием становится более сильное опьянение.

Прием алкоголя выступает самоцелью. Это характеризуется появлением сильной потребности в употреблении спиртного при эмоциональном напряжении. Человек "*разучивается*" расслабляться и снимать стресс иными способами. Это же выступает и своего рода оправданием: больной объясняет свое поведение неурядицами на работе, проблемами в семье или другими негативными ситуациями.

Контроль над объемом выпитого утрачивается, человек позволяет себе сильно напиться даже при том, что собирался опустошить всего пару рюмок. Употребление нередко оканчивается алкогольным сном.

Возрастает количество так называемых алкогольных палимпсестов – нарушений памяти, при которых больной не способен воспроизвести некоторые детали и события, происходившие с ним во время опьянения.

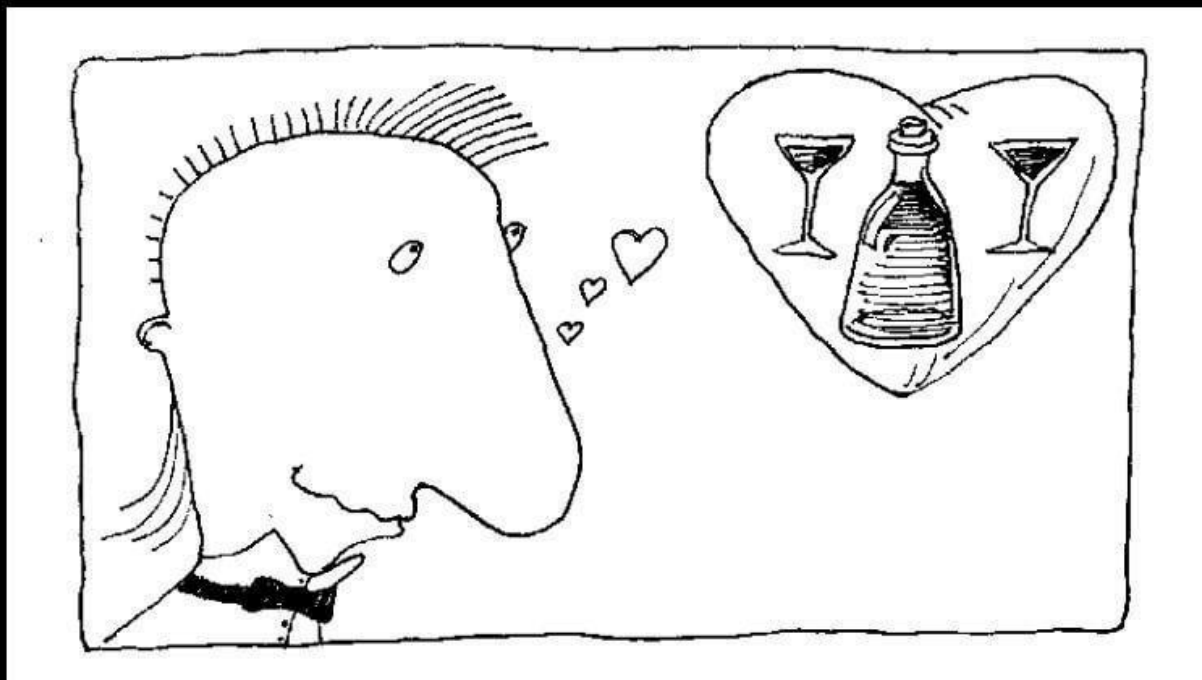
После приема спиртного человек может становиться агрессивным, придирается к окружающим по мелочам, провоцировать конфликты. Это вызывает первые сложности в социальной сфере. Отмечается снижение работоспособности, раздражительность.

Восприимчивость к алкоголю изменяется, возрастает в 3-4 раза доза, требуемая для достижения оптимального эффекта. Если человек знает, как проявляется алкогольная зависимость, и понимает всю опасность ситуации, он может временно отказаться от употребления спиртного, чтобы продемонстрировать самому себе контроль над своими потребностями. Однако это чревато ухудшением психоэмоционального состояния и последующим срывом.

Портрет алкоголика 1 стадии можно охарактеризовать так: человек употребляет спиртные напитки в выходные дни, время от времени не способен выходить на работу в связи с плохим состоянием. Мечтает об окончании рабочей недели как о возможности выпить, находится в поисках поводов – торжеств, праздников, каких-то событий. Себя позиционирует как «умеющего пить», возможно, гордится своими «способностями», ищет собутыльника или компанию, но может изредка выпивать и один.

В дальнейшем наступает вторая стадия болезни.

Первая стадия



Психологическая зависимость и навязчивое влечение

Вторая стадия алкогольной зависимости

Для второй стадии алкоголизма характерно усиление признаков первой и появление новых. Пьянство становится постоянным: по несколько дней кряду с перерывами на работу.

Толерантность к алкоголю плавно возрастает до индивидуального предела. Доза, требуемая для опьянения, **превышает норму в 6-10 раз** – это зависит от пола, возраста, состояния организма, индивидуальных особенностей. Спиртного требуется все больше, поэтому нередко больной начинает употреблять более дешевый алкоголь и его суррогаты. Способен выпивать один, не нуждается остро в собутыльнике или компании.

Палимпсесты (эпизоды амнезии) учащаются, что еще больше ослабляет контроль над ситуацией. В основном забвению предаются воспоминания, связанные с нелепым поведением или негативными чувствами.

Эта стадия алкоголизма характеризуется появлением абстинентного синдрома – похмелья. Оно представляет собой симптомокомплекс, вызванный отсутствием привычной дозы зелья. Похмелье сопровождается возникновением ряда нарушений со стороны нервной системы (тремор, головная боль), сердца и сосудов (повышенное давление, тахикардия), желудочно-кишечного тракта (тошнота, боль в желудке) и т.д.

Чаще всего на этой стадии проявляется влияние употребления алкоголя на сердце в виде нарушений его работы, поскольку главная мышца организма начинает испытывать усиленные нагрузки.

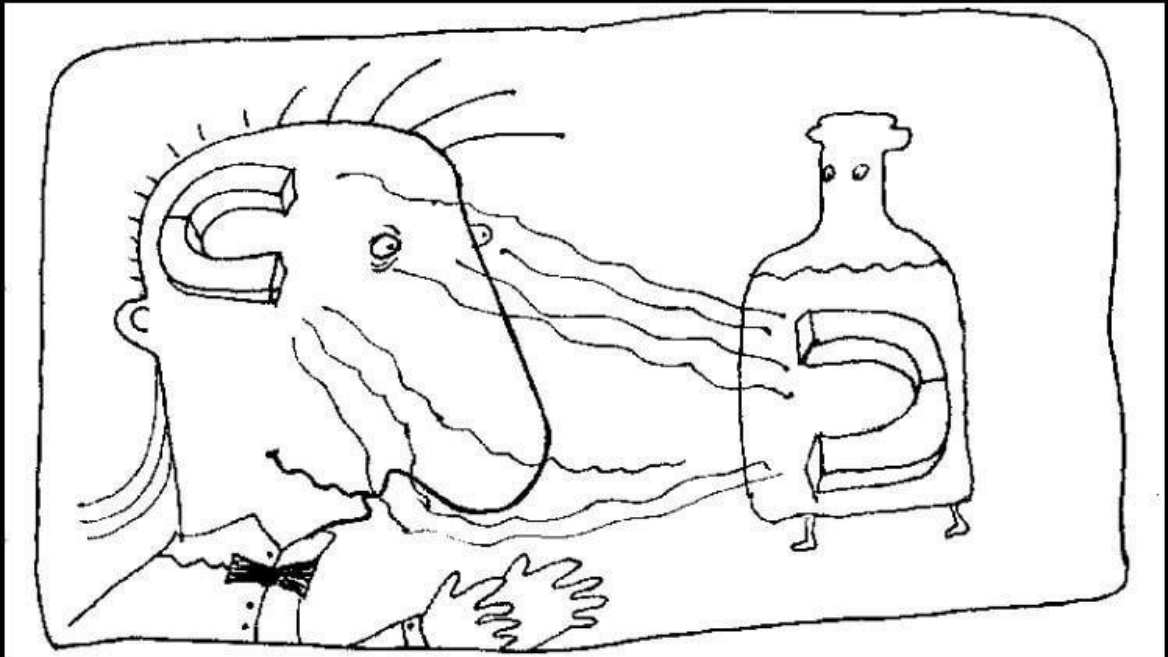
Для устранения неприятных симптомов человек начинает похмеляться. Это чаще всего переходит в запой, при этом резкий отказ от употребления чреват развитием алкогольного делирия (белой горячкой).

Первые предпосылки социальных проблем, имевшиеся на предыдущей стадии, перерастают в сложности иного масштаба: больной испытывает финансовые трудности, поэтому нередко делает «зачачки», чтобы не лишать себя спиртного. Возникают трудности на работе, разрыв связей с непьющими друзьями и знакомыми, скандалы в семье. Круг общения сужается до собутыльников.

Если человек теряет работу, то попытки удержаться на новом рабочем месте заканчиваются провалом: его увольняют за прогулы и безответственное отношение к своим обязанностям.

Критическое мышление больного ослабевает. Ему начинает казаться, что все хорошо. При этом не исключены попытки время от времени «уйти в завязку» под давлением членов семьи. Однако не каждый знает, как уговорить родственника на лечение алкоголизма, поэтому попытки помочь оканчиваются провалом.

Вторая стадия



Паталогическое влечение к алкоголю

Третья стадия алкоголизма

Третья стадия — хроническая фаза заболевания — формируется только спустя 10-20 лет после начала употребления алкоголя. Она характеризуется усилением выраженности симптомов 1-й и 2-й стадии и резким снижением толерантности. Для достижения состояния опьянения становится достаточным малое количество алкоголя.

Третья стадия алкоголизма может повлечь летальный исход от:

- алкогольного делирия;
- заболевания сердечно-сосудистой системы;
- болезней печени, почек.

До этого человек претерпевает физическую, психическую, социальную деградацию. Характер больного меняется – цинизм, агрессивность, жестокость, злость становятся «каркасом» личности зависимого. Его трудно узнать близким людям и знакомым – человека будто подменили.

Интеллектуальная и эмоциональная сферы претерпевают следующие изменения:

- снижение интеллекта, ухудшение мышления, примитивность;
- непонимание юмора;
- отказ от интеллектуальных нагрузок, раздражение;
- выраженная раздражительность, конфликтность;
- обидчивость, плаксивость;
- упрямство, эгоизм;

- утрата интересов.

Реакции сильно заторможены, возникают сильные провалы в памяти.

Выраженность абстинентного синдрома на третьей стадии алкоголизма тяжелее. Сниженная толерантность к алкоголю приводит к быстрому опьянению от малых доз, появляются истинные запои – ежедневное непрерывное принятие спиртного. Утрата аппетита, нарушения функции желудочно-кишечного тракта приводят к снижению массы тела.

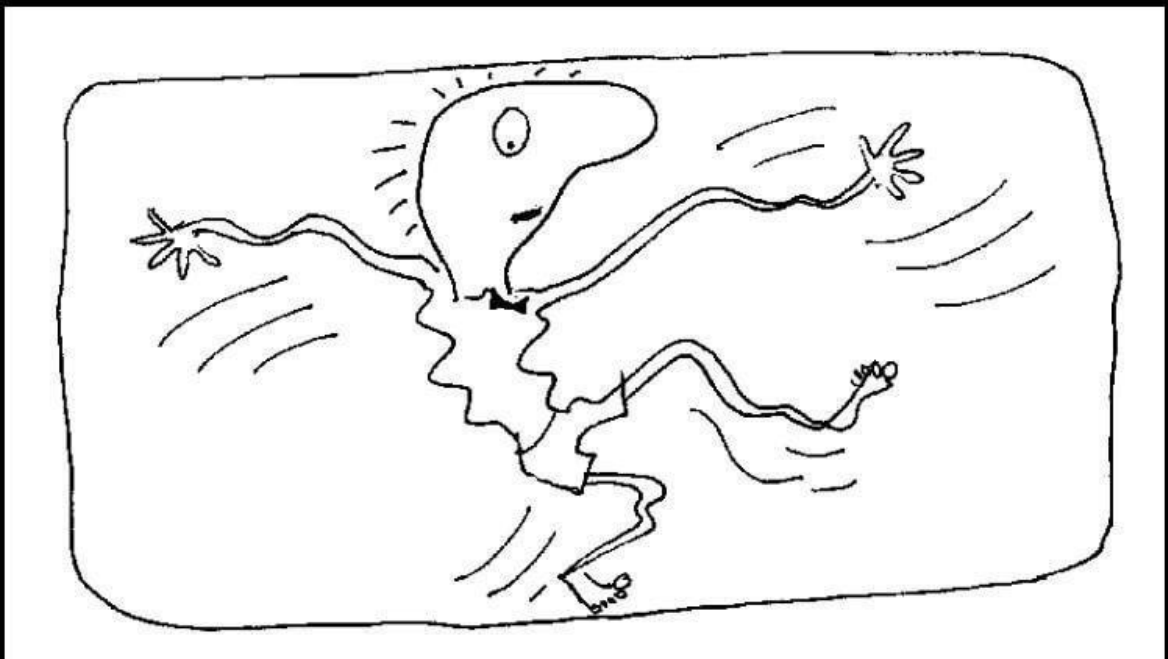
Время от времени человек пытается полностью отказаться от спиртного; возникает период трезвости, но его длительность неуклонно сокращается с течением времени.

Алкоголик уже не знает, как самостоятельно избавиться от зависимости. Волевые качества ухудшаются, наступает деградация, пренебрежение личной гигиеной, человек выглядит неопрятно.

Именно в этом случае возрастает вероятность возникновения психозов, алкогольного делирия. Развивается полиорганная недостаточность.

Последняя стадия алкоголизма имеет неблагоприятный прогноз – высокая вероятность летального исхода, истощение органов и систем, тяжелые депрессии, возможность суицида.

Третья стадия



Абстинентный синдром

Стадии алкоголизма по гендерным признакам

Принято различать алкоголизм по стадиям и редко – по гендерным признакам, поскольку стадии являются одинаковыми и у мужчин, и у женщин: различие составляют лишь некоторые проявления.

Мужской организм характеризуется сравнительно большей сопротивляемостью, поэтому стадии алкоголизма у мужчин могут длительное время переходить друг в друга. Среди психических проявлений статистически чаще отмечают агрессивное поведение, вспышки гнева, жестокость по отношению к близким людям.

Если вы – супруга пьющего, статья [“Как вести себя с алкоголиком”](#), может быть вам полезной.

Стадии алкоголизма у женщин протекают быстрее в связи со сниженной сопротивляемостью. Представительницы слабого пола чаще проявляют апатию, раздражительность, плаксивость, обидчивость. Главной отличительной чертой является скрытность – начальная стадия зависимости протекает незаметно для близких, поскольку [женский алкоголизм](#) социально осуждают.

Отличие может предопределяться причиной, повлекшей болезнь. Мужчина может начать принимать спиртное в компании, а также нередко употребляет в кризисные моменты жизни, плавно увеличивая дозу и попадая в зависимость. Женщины чаще начинают употреблять алкоголь в связи с неудачами в личной жизни – разрывом, разводом, неверностью супруга.

Приведенная информация в равной степени относится и к пивному алкоголизму, крепкие напитки – не единственная причина возникновения зависимости.

Заключение

Стадии алкоголизма достаточно легко распознать, начиная со второй, однако признаков нулевой и первой стадий может быть недостаточно для составления полной картины. Родственники потенциально больного алкоголизмом человека должны обратить внимание на [косвенные симптомы алкоголизма](#), отличия в поведении и внешнем виде.

Преодолеть патологическую тягу к спиртному без посторонней помощи можно, однако только на начальной стадии заболевания. Избавиться от зависимости самостоятельно удастся не каждому: для этого может быть недостаточно одной силы воли. Как правило, критичность мышления может начать снижаться уже в самом начале, что затрудняет осознание болезни и препятствует принятию правильного решения.