



Alkohol i mladi

Povijest konzumacije alkohola stara je koliko i povijest čovječanstva. Ljudi su vrlo rano primijetili da i male količine alkohola djeluju na čovjekovo psihičko stanje i mijenjaju njegovo ponašanje. Alkohol je najstarija droga i u većini zemalja je legalna i vrlo dostupna te ga ljudi koriste za opuštanje i relaksaciju. Različiti su stavovi društva u odnosu na alkohol i kreću se od odobravanja do potpunog ograničavanja i zabrane.

Među mladim ljudima alkohol je najčešće korištena droga. Premda nije na listi ilegalnih droga, za mlađe od 18 godina on je u potpunosti zabranjen. Zakon propisuje zabranu prodaje alkohola maloljetnicima, ali na žalost malo tko se toga i pridržava. Brojna istraživanja nam pokazuju da je trend konzumiranja alkohola među mladima u stalnom porastu pa tako svaki peti stanovnik Europske unije između 15. i 24. godine redovito i prekomjerno konzumira alkohol.

Prvi kontakt sa alkoholom događa se često još u ranom djetinjstvu kada članovi obitelji ponude svoje dijete pjenom od piva ili mu daju da umoči prst u rakiju. Pri tome zaboravljaju da dijete svoje stavove o alkoholu razvija upravo gledajući i oponašajući svoj najbliže. Također na formiranje stavova utječe i stav društva prema konzumaciji alkohola, ali i utjecaj medija.

Novija istraživanja pokazuju da petogodišnjaci već imaju formirane osnovne stavove i mišljenje o alkoholu.

Prekomjerno pijenje kod mladih specifično je u odnosu na prekomjerno pijenje kod odraslih osoba. Kod mladih gotovo svako pijenje je prekomjerno, praćeno opijanjem i ekscesnim ponašanjem. Zabave i izlasci kod mladih uglavnom se svode na vikend opijanja po parkovima, parkiralištima i u blizini noćnih klubova. Opijanje najčešće započinje na klupi u parku sa kupljenim alkoholom u najbližoj trgovini, te traje cijelu noć. Vrlo često je cilj pijenja takmičenje tko može popiti više i brže, a da pri tome može ostati „na nogama“. Također, mladi alkohol kombiniraju i sa drugim psihoaktivnim tvarima što povećava opasnost od fatalnih ishoda. Upravo takvo konzumiranje alkohola predstavlja problem jer dovodi do slabljenja školskog uspjeha, neizvršavanja vlastitih obveza, delinkventnog ponašanja i češće zlouporabe drugih sredstava ovisnosti.

Vrlo često čujemo pitanje zašto mladi toliko piju? Razlozi su na žalost mnogobrojni. Osnovni razlog je njihova želja da budu odrasli pa tako počinju imitirati odrasle u pijenju. Alkohol im

(u početku) pomaže da se opuste, smanje stres i da lakše sklapaju prijateljstva ili veze. Pijenjem žele steći određeni status među svojim vršnjacima. Često misle da će problemi nestati uz pomoć alkohola. Pijući žele pokazati svoju zrelost. Pod utjecajem alkohola osjećaju se moćnim. Na žalost postoje i mladi koji piju jer su nesretni i depresivni, te se alkoholom pokušavaju samo liječiti.

Međutim mladi nisu niti svjesni da prekomjerno pijenje alkohola može imati ozbiljne posljedice na njihovo fizičko i mentalno zdravlje. Svaki mamurluk donosi im osjećaj bolesti, glavobolju i razdražljivost. Mladi koji konzumiraju alkohol teže pamte što rezultira lošijim školskim uspjehom. Alkohol im može spriječiti razvoj osobnih i socijalnih vještina. Skloniji su asocijalnom ponašanju, problemima sa mentalnim zdravljem i trajnim oštećenjima mozga. Tinejdžeri koji piju u većem su riziku od eksperimentiranja sa drogama. Skloni su rizičnim spolnim odnosima koji mogu dovesti do neželjene trudnoće ili spolno prenosive bolesti. I na kraju glavni uzroci smrti među mladim ljudima između 16 i 25 godina su nesreće, suicidi i nasilje povezani sa alkoholom.

Mlade vrlo često na konzumaciju alkohola potiče provođenje slobodnog vremena sa prijateljima u nekontroliranoj okolini, društvo koje pije, izloženost stalnom pijenju svojih roditelja ili drugih članova obitelji, problematično ponašanje, siromašna okolina, razvod roditelja ali i posjedovanje previše novaca.

Kako pomoći tinejdžerima da odrastu u zdrave mlade osobe?

Prvenstveno roditelji moraju svojoj djeci poslati jasne poruke da je pijenje maloljetnika apsolutno neprihvatljivo. Svojim primjerom trebaju pokazati ispravan odnos prema alkoholu. Važno je razvijati povezanost među članovima obitelji ali i među prijateljima i kolegama iz škole. Svakako treba pomoći djeci da razvijaju pozitivne socijalne vještine. Djecu i mlade treba poticati na strukturirano provođenje slobodnog vremena u sportskim, kulturnim ili drugim aktivnostima.

Primijetite li da vaš tinejdžer prekomjerno konzumira alkohol, svakako odmah reagirajte i potražite stručnu pomoć, jer čak 10% mladih koju su učestalo pili kroz adolescenciju, postaju alkoholičarima u odrasloj dobi.

Tekst priredila: Tamara Brezičević, dipl. soc. radnica

Služba za zaštitu mentalnog zdravlja, prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti, Nastavnog zavoda za javno zdravstvo Brodsko-posavske županije