

## Årsager til alkoholmisbrug

Hvis man drikker meget alkohol i lang tid, udvikler man varige skader i hjernen. Skaderne bevirker, at man efterhånden ikke er i stand til at kontrollere sit misbrug. Man får kontroltab, som viser sig ved, at man fortsætter med at drikke, når man først har drukket nogle få genstande. Også selv om man på forhånd havde besluttet sig for kun at drikke en genstand eller to.

### Derfor er alkoholbehandling nødvendigt

Når man drikker så meget, at man bliver afhængig, sker det gradvist. Lidt efter lidt ændrer man sit drikkemønster, sine interesser og sin måde at være på.

Man:

- Bliver mere og mere optaget af at drikke
- Drikker mere alkohol end før, og man drikker det hurtigere
- Man indfører vaner, hvor man drikker på faste tidspunkter
- Drikker ofte mere, end man havde tænkt sig
- Får kontroltab, dvs. at man ikke er i stand til at holde op med at drikke igen
- Får større og større trang til at drikke
- Skubber andre aktiviteter til side for at drikke
- Går på druk i flere dage
- Udvikler tolerans over for alkohol, dvs. at man ikke længere bliver så beruset som tidligere og kan tåle stadigt større mængder
- Får abstinenser, når man holder op med at drikke
- Får fysiske sygdomme
- Får stadig flere problemer i forhold til familien, arbejdet og vennerne

### Arv og miljø

Arv spiller en væsentlig rolle for om man bliver alkoholiker. Det viser undersøgelser af enæggede og tveæggede tvillinger, hvor den ene eller begge er alkoholikere. Også miljøet spiller en rolle for, om man bliver alkoholiker.

En mand, hvis far har et alkoholmisbrug, har tre til fire gange større risiko end andre for selv at udvikle et misbrug. Det skyldes dels, at han har arvet en risiko for at blive alkoholiker, dels at han vokser op i et miljø, hvor der bliver drukket.

### Livsstil og kultur

Livsstilen, dvs. den måde, man lever på, har stor betydning for, om man bliver alkoholiker. Også kulturen på arbejdspladsen spiller en stor rolle. Har man et stresset arbejde eller et arbejde, hvor det er almindeligt, at man drikker i arbejdstiden, er man således mere tilbøjelig til at have en livsstil, hvor man drikker meget. F.eks. er tjenere og andre, der arbejder i hotel- og restaurationsbranchen mere udsatte end andre.

Hvis man kommer ud for mange problemer, kriser eller nederlag, risikerer man også at begynde at drikke mere end ellers, og det kan være begyndelsen til et misbrug.

### Psykisk sygdom

Hvis man har en psykisk sygdom, f.eks. angst eller depression, kan man udvikle et sekundært misbrug. Det vil sige, at man drikker, fordi alkoholen hjælper på symptomerne, eller fordi man mister sin dømmekraft pga. sygdommen.