

”Når rusmidlerne sætter kursen”

Hvad lighed er der mellem vin og wienerbrød ?

Henrik Rindom
Overlæge i
Novavi Stofrådgivningen
Springbrættet

rindom@dadlnet.dk

10-4

Sundhedsstyrelsens anbefalinger om alkohol

Intet alkoholforbrug er risikofrit for dit helbred

Er du 18 år eller over?

- Højst 10 genstande om ugen
- Højst 4 genstande på samme dag

Er du under 18 år?

- Lad være med at drikke alkohol

Er du gravid, eller prøver du at blive det?

- Lad være med at drikke alkohol

Ammer du?

- Vær forsigtig med at drikke alkohol

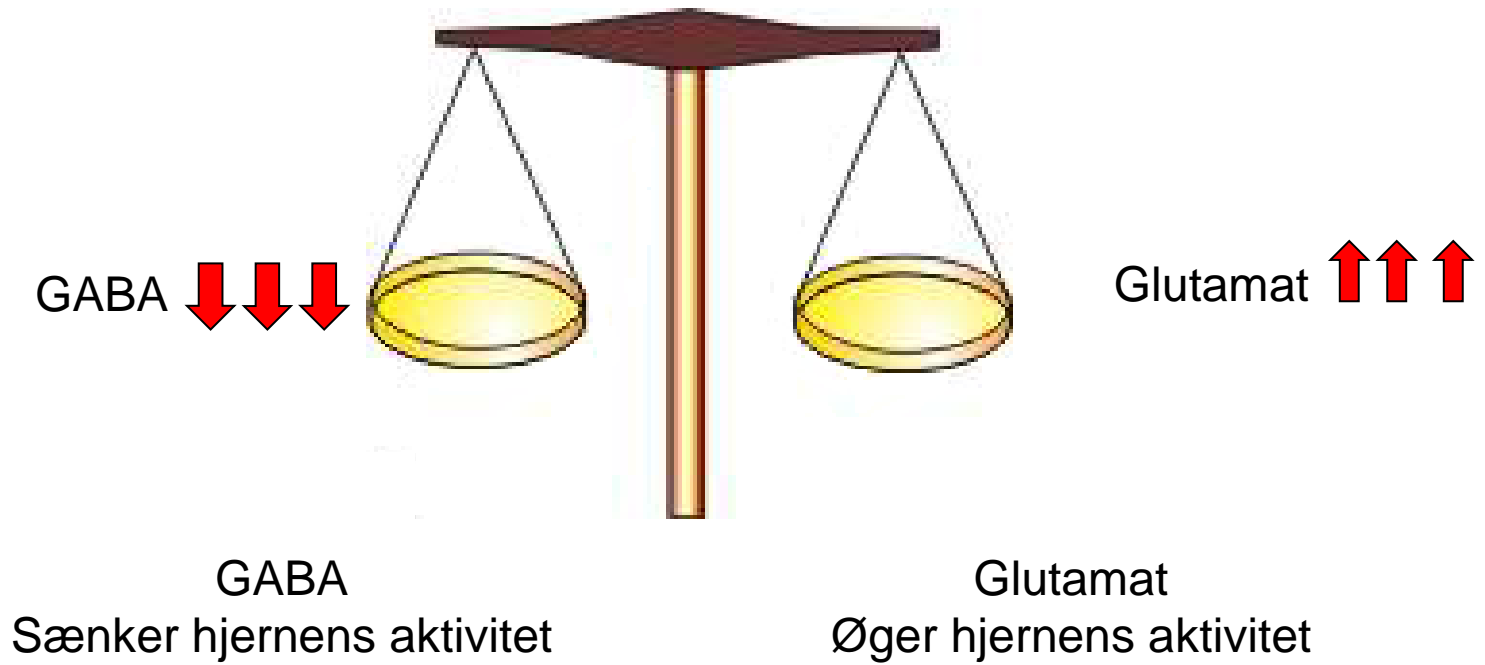
Abstinenser

-Fysisk afhængighed

Trangen

- Psykisk afhængighed

Tilvænning



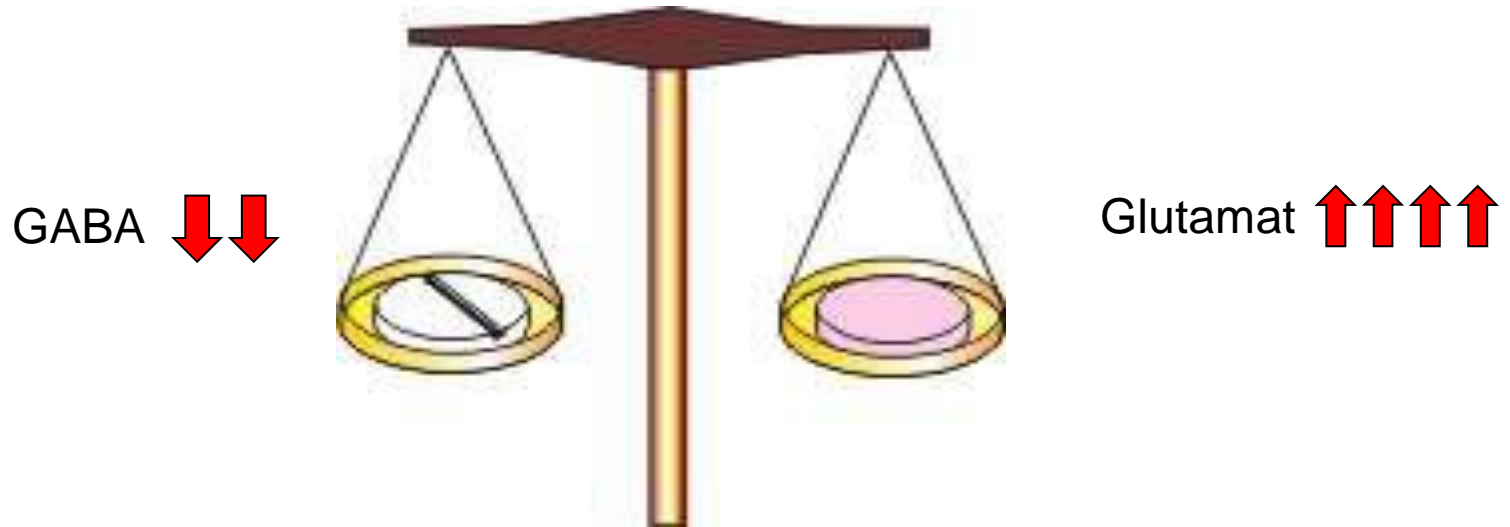
Hjernens indre balance

Tilvænning



Hjernen bringes i ubalance

Tilvænning



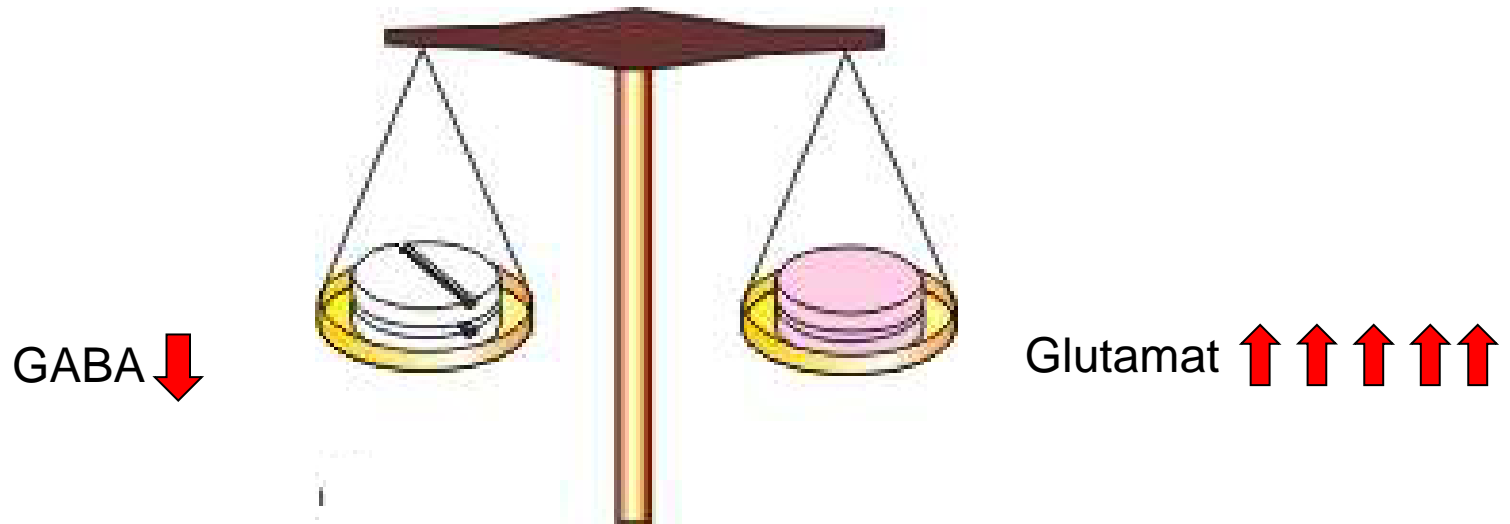
Hjernen genopretter balancen

Tilvænning



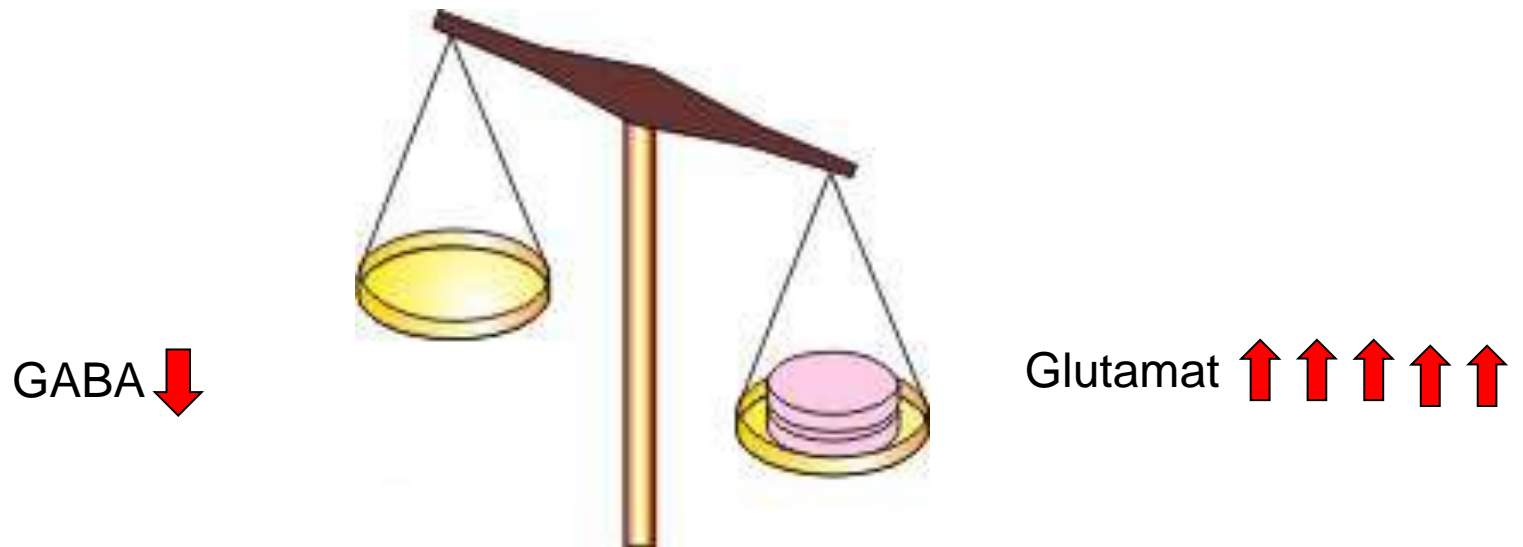
Hjernen opføres ny ubalancen

Tilvænning



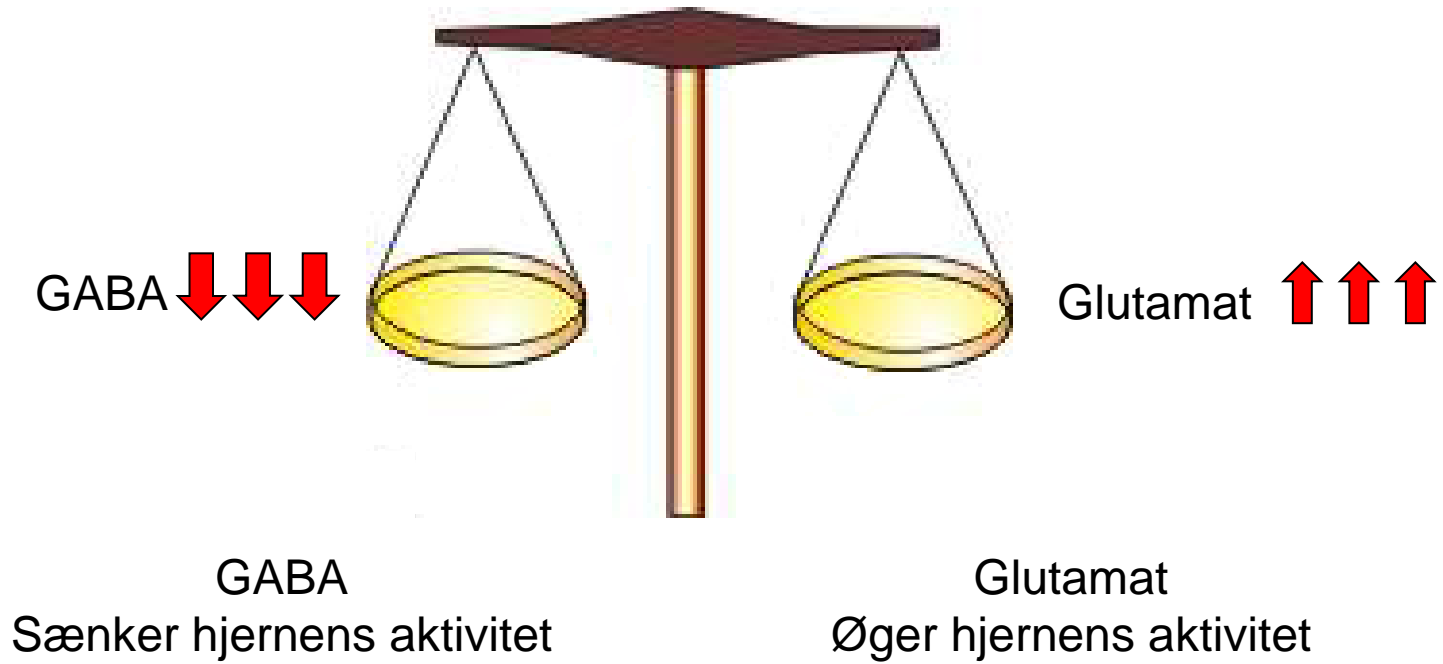
Hjernen genopretter balancen

Tilvænning



Hjernen i modsat ubalancen

Tilvænning

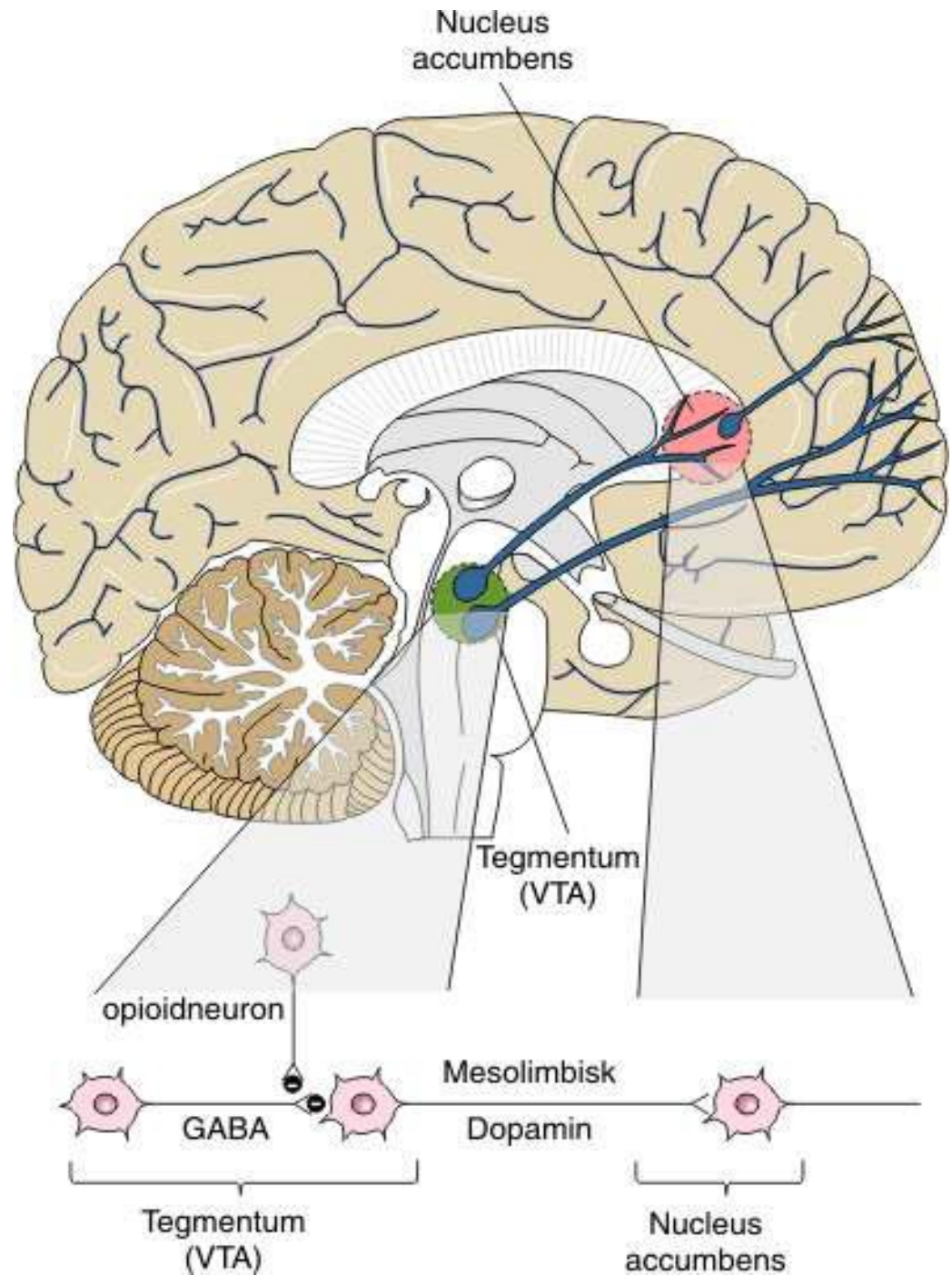


Balancen er genoprettet

Abstinenser
-Fysisk afhængighed

Trangen
- **Psykisk afhængighed**

Rusmidler øger aktiviteten af DOPAMIN



Psykisk afhængighed

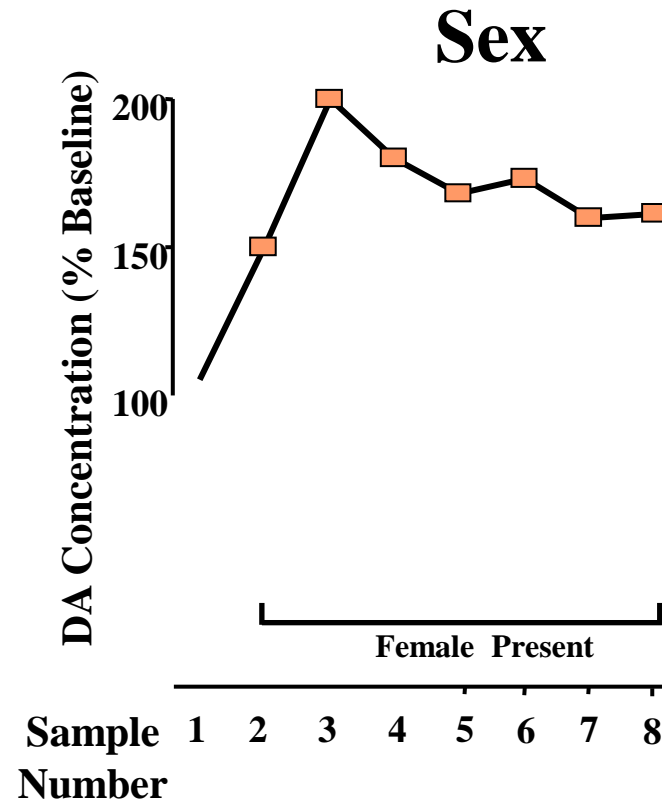
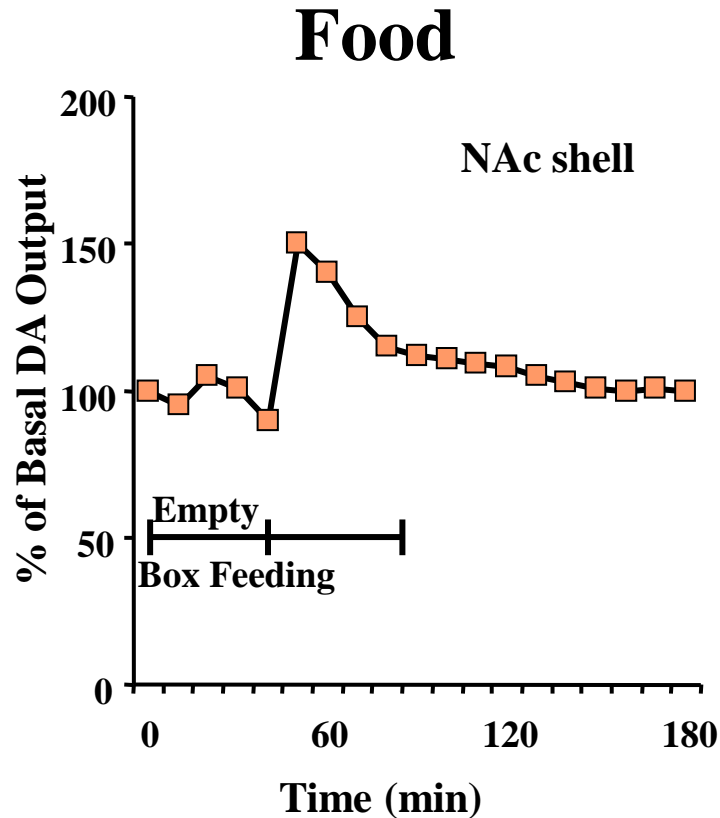
Psykisk afhængighed er knyttet til belønnings centeret

Belønnings centerets normalfunktion er at give os trang til seks og mad

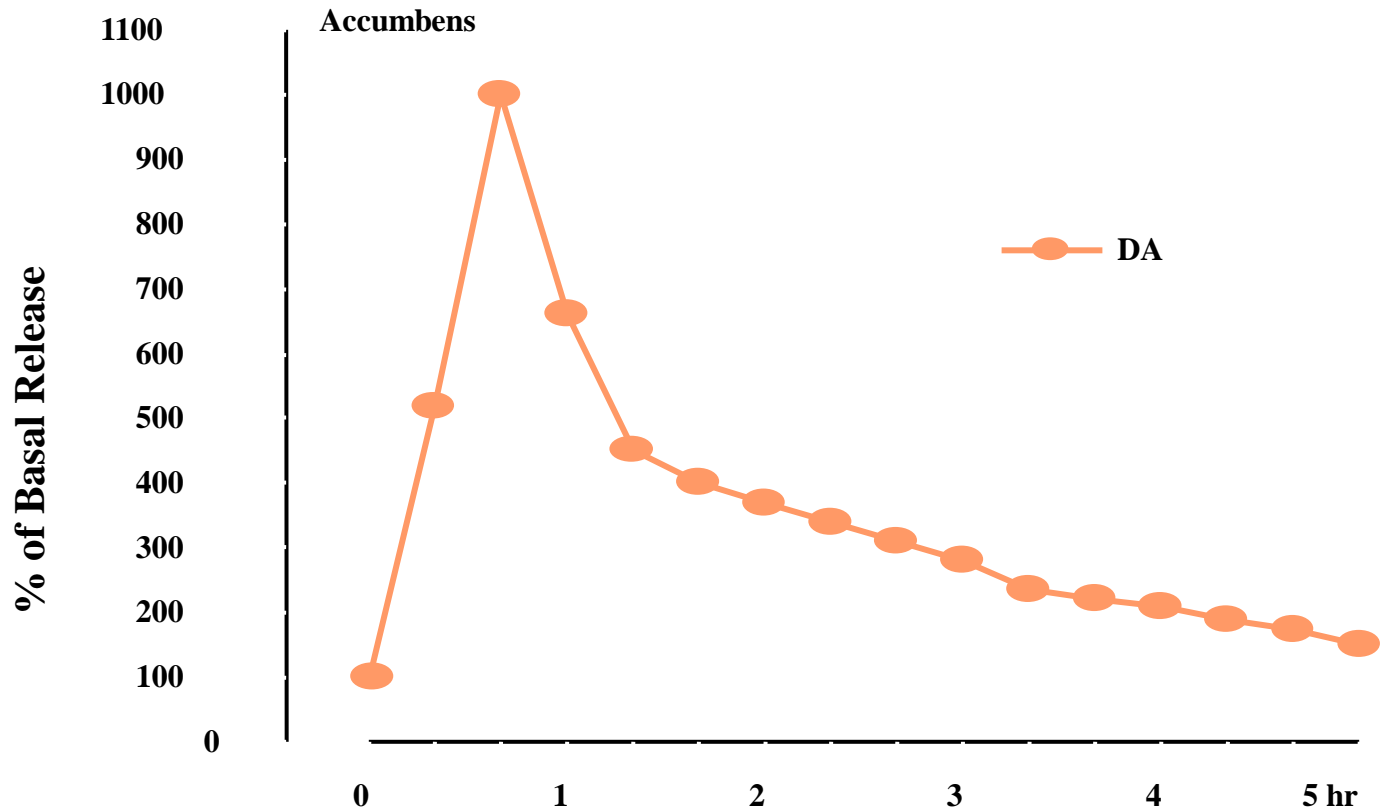
Når disse to funktioner tilfreds stilles, få vi belønning form af velvære og får det psykisk godt

Rusmidlerne kan aktivere belønnings centeret og fremkalder behagelig tilstand

Dopamin aktivitet i Nac ved naturlig belønning

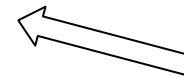
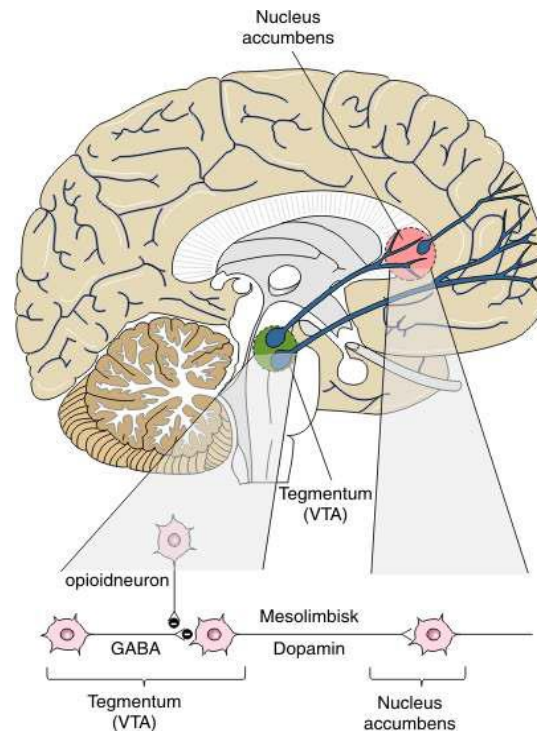


Amphetamin



Betinget reflekset

På betingelse af at vi befinder os et sted, hvor der er mad, så stiger vores motivation for at få noget at spise.

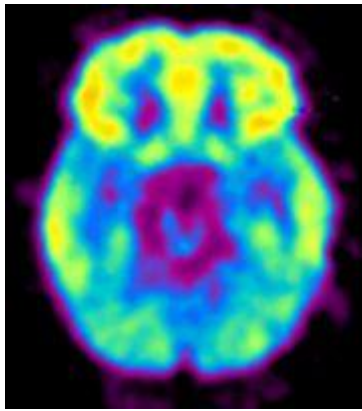


Motivationen udløses ved at der af givet lidt dopamin til frontallapperne

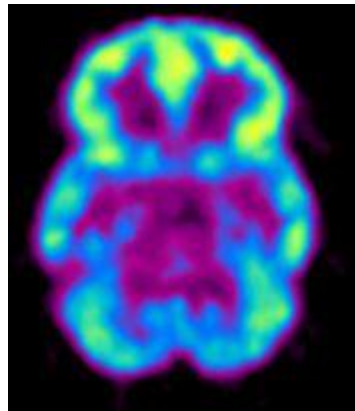
Misbrug er som andre sygdomme

- Det kan forebygges
- Det kan behandles
- Der ses ændre i biologiske forhold
- Hvis ubehandlet kan det vare hele livet

Nedsat metabolisme
hos alkoholmisbruger



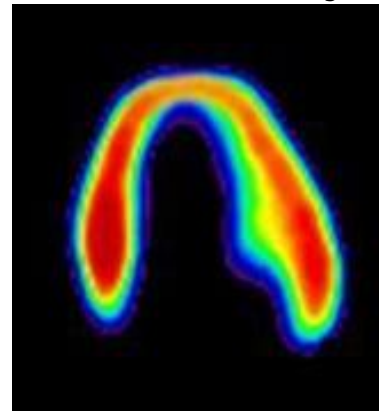
Rask



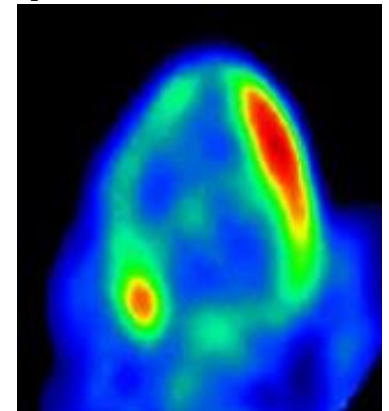
Alkoholmisbruger



Nedsat metabolisme
hos hjertepatient



Rask



Hjertepatient

Research supported by NIDA addresses all of these components of addiction.

En genstand = 12 g ren alkohol

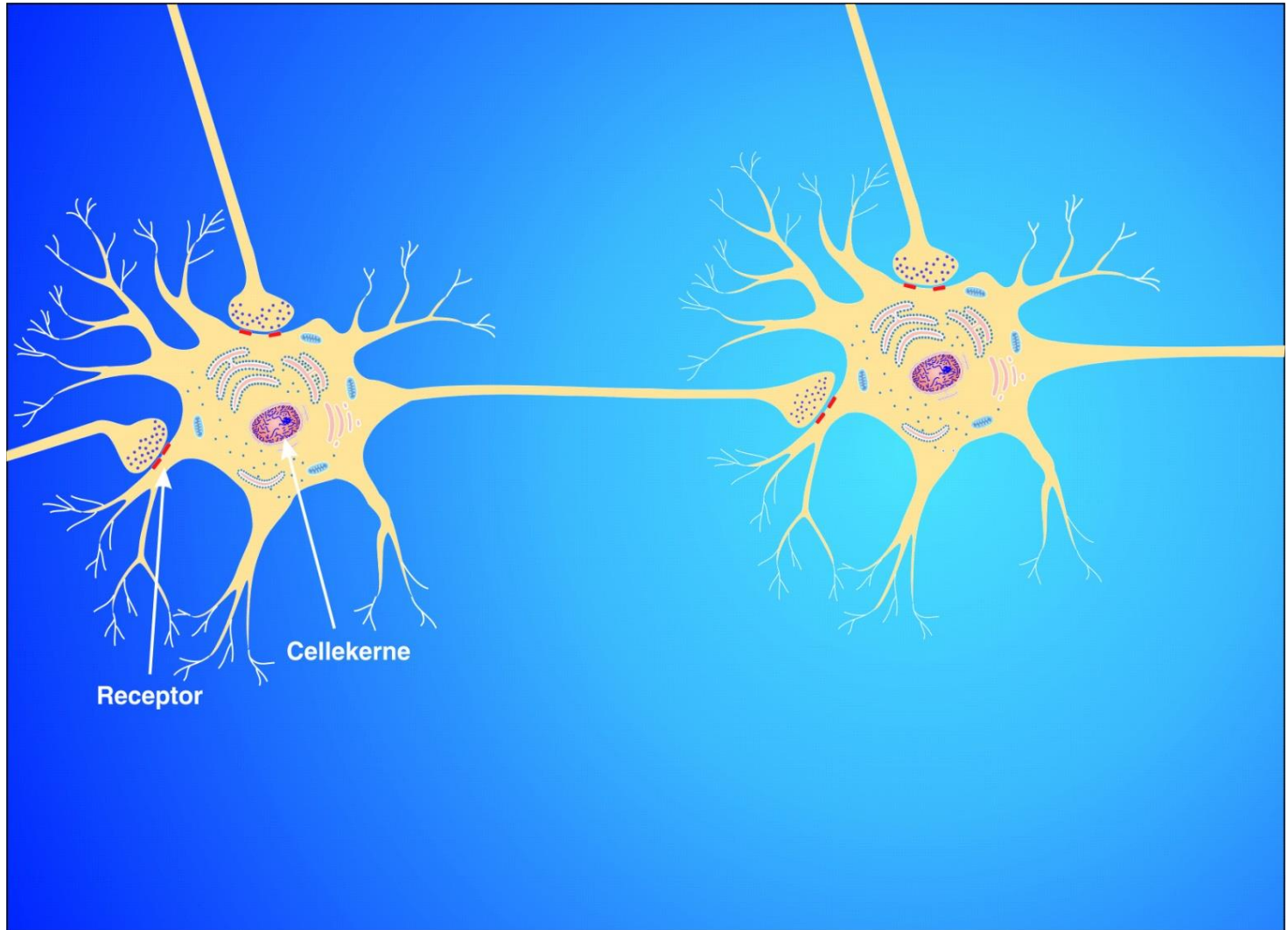


$4,6\% \text{ \AA } 33 \text{ cl} = 1,518 \text{ cl} = 15,18 \text{ cm}^3$ ren alkohol

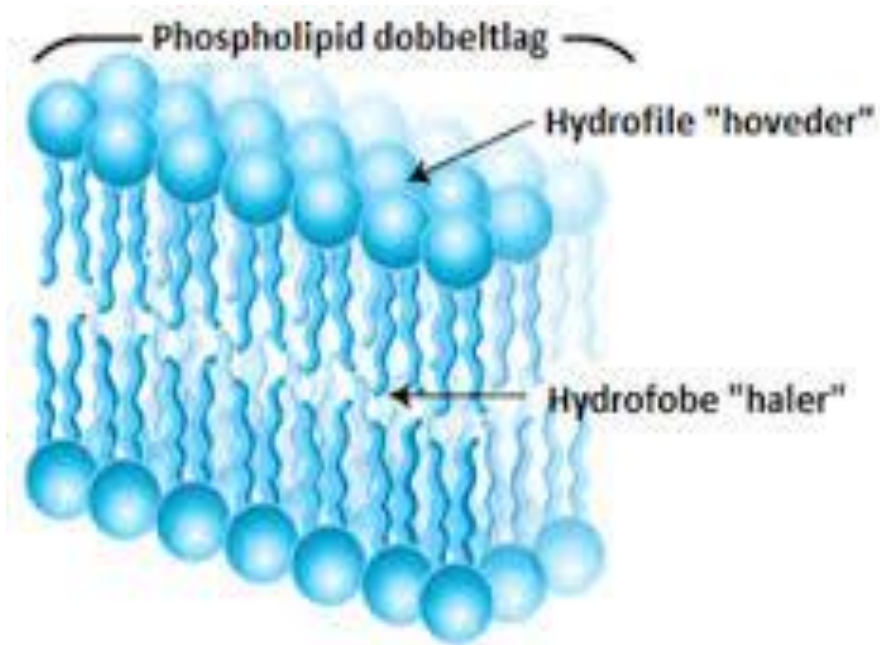
Alkohols vægtfylde = $0,7873 \text{ g/cm}^3$

$15,18 \text{ cm}^3$ ren alkohol $\times 0,7873 = 11,95 \text{ g}$

Nervenceller



Alkohol passerer frit ind og ud af alle celler



Den indre og ydre overflade af cellemembraner er hydrofile (tiltrækker vand)

Mellem de to overflader findes et fedtlag som er hydrofob (vandafskyende)

Alkohol er det eneste kendte organiske opløsningsmiddel, der både kan blande sig med vand og fedt

Alkohol er det eneste rusmiddel der påvirker alle celler i kroppen

Hvilke organer bliver mest skadet af alkohol

1. Det organ som får mest alkohol er mavesækken.

Fra mavesættet passer alkohol over i tarmene, og al blod fra tarmene går op til leveren.

2. Tarmene.

3. Leveren.

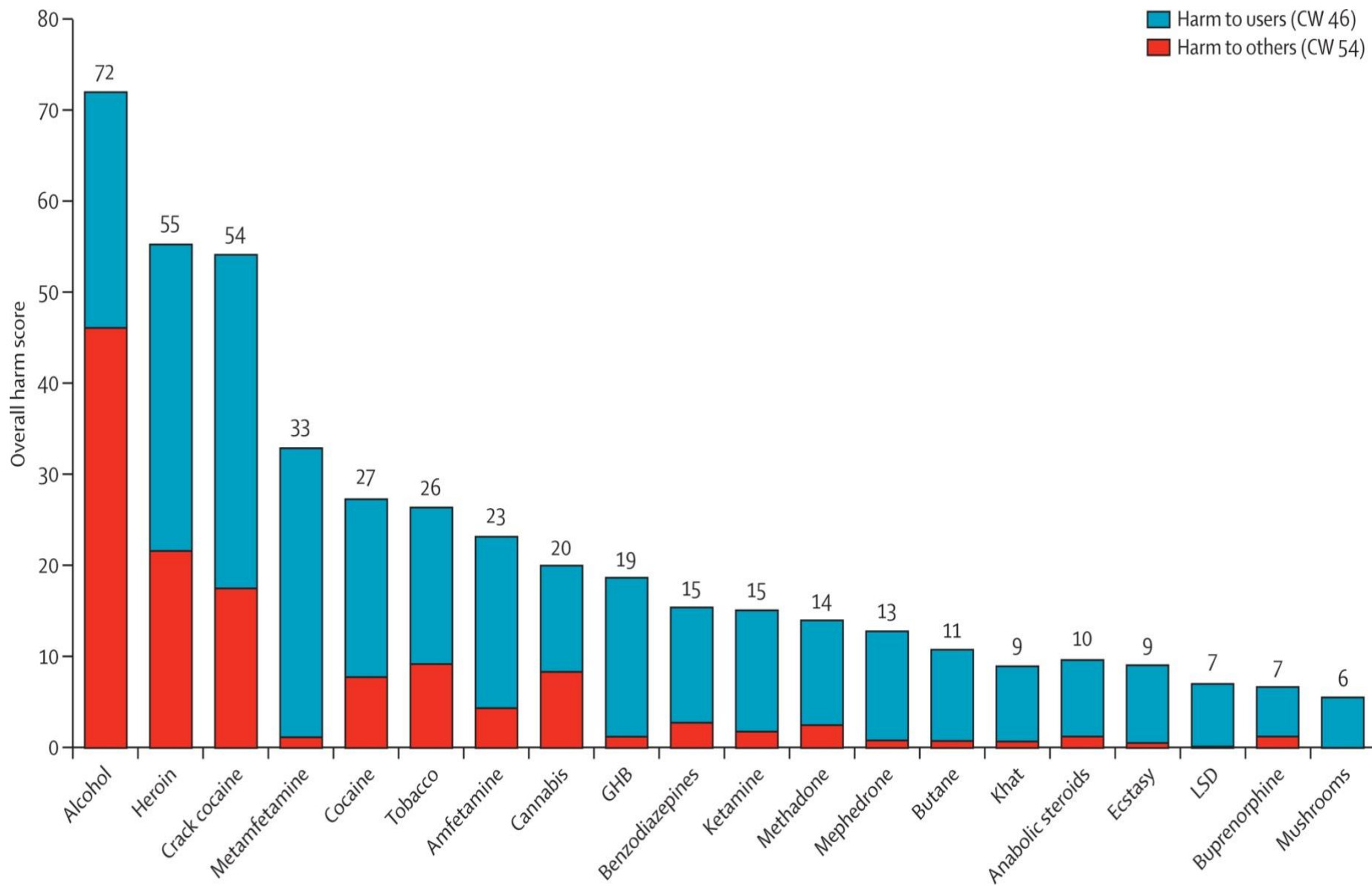
Fra leveren går blodet ud i kroppen, og nu er de organer, som får mest blod, som også bliver mest ødelagt.

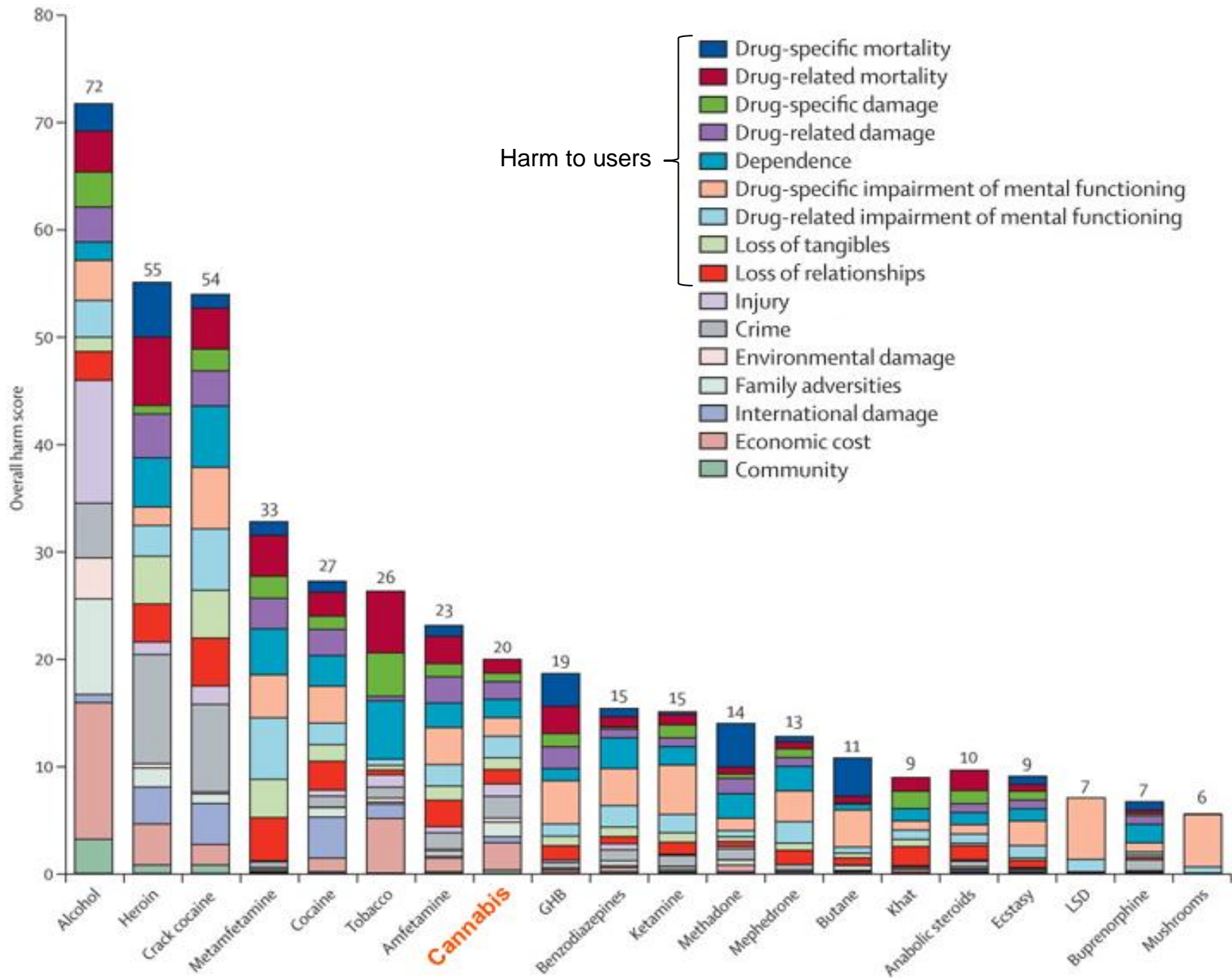
4. Hjernen modtager 20% af al blod der cirkulere i kroppen.

5. Hjertet.

6. Nyrerne.

Hvor skadelige er rusmidlerne





Personen

Fysisk

**Direkte dødelighed
Indirekte dødelighed
Direkte skadevirkning
Indirekte skadevirkning**

Psykisk

**Afhængighed
Direkte skade på mentale funktioner
Indirekte skade på mentale funktioner**

Socialt

**Tab af sociale velfærd
Tab af sociale relationer**

Samfundet

Psykisk/Fysisk

Skader

Socialt

**Kriminalitet
Skader på miljøet
Traumer på familien
Internationale skader
Økonomiske udgifter
Skader på lokalsamfundet**

Den gode alkohol kultur

En genstand svarer til en almindelig øl på 33 cl indeholdende 4.6 volumen % alkohol.

Drik en almindelig øl og vent 45 min på virkningen.

Festen bliver ikke sjovere end højst 4 genstande.

Når du kan mærke effekten af alkohol så må du godt slippe hæmningerne.

Du må aldrig miste kontrollen.

Hvis i går to kammerater i byen går i også to hjem.

Brug "find mig" på jeres mobiltelefoner.

Pas på hinanden når i fester.

Henrik Rindom

rindom@dadlnet.dk