

市二院重症精神科每月接诊五六名酒依赖或酗酒所致精神障碍患者 WHO已将酒精定为一类致癌物,春节期间尽量少饮酒

□记者 张莉莉 通讯员 萧晨燕



市民王先生是个饮酒重度爱好者，一天雷打不动要喝4顿酒，到点不喝身体就会出汗、发抖……他自知有些不对劲，近期到舟山市第二人民医院就诊，才知自己患上了酒精依赖综合征。

市二院重症精神科主任王岳锋介绍，科室每个月要收治五六名酒依赖或酗酒导致精神障碍患者，想借晚报提醒广大市民春节期间尽量少饮酒，最好做到不饮酒。

每天都要喝酒,不喝就惦记,可能已早期酒精成瘾

认识王先生的人都知道他嗜酒如命。除了午餐和晚餐两顿酒以外,上午9点多和下午3点多,他也要喝酒,一天下来多时要喝五六瓶劲酒,严重影响了日常工作。一旦不喝酒,他就浑身难受,出汗、心悸、全身发抖。

王先生自知这样的饮酒方式有问题,主动到市二院就诊。经过仔细问诊后,王岳锋诊断其患上了酒精依赖综合征。

王岳锋介绍说,酒依赖是反复使用酒精致躯体和心理方面对酒精的强烈渴求与耐受性增加,停饮后会出现戒断症状,明知饮酒会带来各种问题仍继续饮酒。这种渴求导致的行为已极大地优先于其他重要活动。

典型的酒依赖患者有以下表现:有定时饮酒现象,对使用酒精的开始、结束或剂量的自控能力下降。

“这种定时饮酒和我们理解的中午晚上喝一顿不太一样,而是当体内酒精浓度下降时,患者必须要喝酒。”王岳锋说,有的患者大早上就要喝酒;有的患者则有夜饮的习惯,半夜三更也要起来喝点酒;还有些患者会强制性觅酒,为了得到酒想尽各种办法。如果家里管得牢,自己会跑去外面买酒喝,喝时也不是慢饮细酌,而是一口气喝完一整瓶。“总而言之,只要不喝酒就浑身难受。”

不少市民都有喝酒的习惯,那么如何判断自己是否患上了酒精依赖症?“习惯性嗜酒者是重点注意人群。”王岳锋说,如果市民有每天喝酒习惯,不喝就惦记,心里难受,这可能就是早期成瘾的表现。

如果不可避免喝酒 那就做到适量饮酒

李先生同样是个嗜酒如命的人,酒喝多了还会吵吵闹闹,用家人的话说“像发神经病了一样”。起初,家人也没有多在意。结果有一天,李先生突然就不会说话,无法走路了。

家人紧急将他送往舟山医院急诊。经过会诊和排查,李先生被确诊为酒精所致的韦尼克脑病。治疗后,李先生的情况有了很大好转,但躯体及大脑出现了不可逆的损伤,整个人依旧呈现痴呆、个性改变、行走不稳等症状。

“长期喝酒会引发大脑的器质性改变,例如脑萎缩、脑血管病变、韦尼克脑病等。”王岳锋说,这就是慢性酒精中毒性脑病。患者基本都有酒精依赖症。

酒精引起的精神障碍患者会出现幻觉,听到别人听不到的声音,看到别人看不到的东西,还会出现妄想,最典型的就嫉妒妄想,比如怀疑另一半不忠等。还有的怀疑别人迫害自己,最严重的会引起痴呆,被称为酒精性痴呆。

春节期间,亲人好友相聚,饭局难免会多起来。王岳锋建议市民尽量做到不要饮酒,“现在WHO已经明确将酒精定为一类致癌物。喝酒可以说是百害无一利。如果不可避免喝酒,那就做到适量饮酒,适量的标准是一罐325ml的啤酒。”

戒酒成功后复饮了,酒依赖患者能成功戒酒吗?

市民刘先生也是个酒依赖患者,经过医院治疗,成功戒了酒。

最近,刘先生联系上了好久未见的同学,相约一起吃饭。结果同学还没到,刘先生自己在饭店先喝上了,连喝了3瓶劲酒,自此开始复饮。

“可能是饭店的氛围让他联想到了饮酒,心里又产生了对酒的渴求。”王岳锋遇到过很多类似情况,有些患者已经两三年不喝酒了,但和朋友聚餐中,一些熟悉的场景让他不由自主想喝酒。这些引发喝酒的联想在医学上被称为条件线索。“与酒精相关条件线索关联的奖赏记忆长期存在,是引发渴求和复饮的根本原因。”

为什么会出现酒精依赖?王岳锋解释说,酒精属于精神活性物质,和鸦片类药物一样直接作用于体内的犒赏系统,人体使用后会引起轻松愉

悦的感觉,自我感觉良好。例如有的人平时十分内向,饮酒之后社交水平提高了,这些就是酒精带来的正性强化。

另一方面,长期饮酒的人一下子不饮酒之后,会出现手抖、心悸等戒断反应,而饮酒后上述不适快速消失,这是负性强化。在这两种情况作用下,患者逐渐对酒产生依赖。

那么,酒依赖患者能彻底成功戒酒吗?“成功戒酒的案例当然有,为数还不少。”王岳锋说,戒酒成功的患者多半自我意志力比较强,戒酒的动机强烈,且家庭氛围比较好。

王岳锋建议,酒依赖患者想要成功戒酒除了要有强烈的戒酒动机,家庭支持也很重要,另外患者可以适当培养兴趣爱好转移注意力。

酒依赖患者停酒后会有明显戒断反应,需药物介入治疗

王岳锋说:“医院接收的酒依赖患者涵盖了各个年龄层,既有20多岁的年轻人,也有中老年人,但总体上中老年人居多。”

其实,很多酒依赖患者也知道自己的饮酒方式有问题,但戒酒导致的戒断反应又让他们无法承受。

在停酒以后,酒依赖患者躯体会上会出现戒断症状,轻症表现为出汗、手抖、心悸,严重的还会出现走路不稳、跌倒等情况。更加严重一些的患者在24~48小时内会出现痉挛发作,表现出意识不清、全身抽筋、口吐白沫等,72~96小时内出现严重的意识障碍、肢体震颤和明显幻觉,整个人大汗淋漓,分不清时间和地点,更甚者可能会伴

随各种并发症导致死亡。

“因此对酒依赖患者,我们主要采取药物治疗结合心理治疗。”王岳锋说,药物治疗主要帮助他们度过急性戒断症状。

另外,酒依赖患者长期饮酒,会导致神经系统出现严重病变,引起各种躯体疾病,例如周围神经病变、胃炎、酒精性肝病、酒精性心肌炎等,也要进行针对性治疗。后续还要结合心理治疗,加强患者戒酒的动机和欲望。

就诊过程中,很多家属会提出有啥药物能够让患者永久性戒酒。“目前没有这种药物,但有药物可以降低对喝酒的欲望,例如戒酒硫、阿坎酸钙等。”王岳锋说。

