

Steeds meer jongeren op spoed na alcoholmisbruik

'Durf nee te zeggen'

In 2014 belandden elke week 47 jongeren tussen 12 en 17 jaar op spoed door alcoholmisbruik. Voor het eerst zelfs meer meisjes dan jongens. Dat blijkt uit cijfers van het Intermutualistisch Agentschap. 'Bingedrinken piekt vooral bij 17-jarigen', waarschuwt kinderarts Jozef De Dooy (UZA). Katrien (18): 'Je hebt geen alcohol nodig om plezier te maken.'

Minstens vier glazen alcohol op twee uur voor een vrouw, minstens zes voor een man. Dat is bingedrinking volgens de Vereniging voor Alcohol en andere Drugproblemen (VAD). Wie te veel drinkt, riskeert een alcoholintoxicatie en kan op spoed belanden. Dat gebeurt steeds vaker bij jongeren tussen 12 en 17. 'Meisjes hebben jongens intussen bijgebeend. Vooral 17-jarigen drinken stevig door', aldus Jozef De Dooy, kinderarts op de afdeling intensieve zorg van het Universitair Ziekenhuis Antwerpen. Samen met collega-kinderartsen, de Universiteit Antwerpen en de mutualiteiten trekt hij aan de alarmbel.

Onherstelbare hersenschade

De Dooy: 'We zien op onze spoeddiensten en afdelingen intensieve zorg steeds vaker jongeren die op korte tijd zoveel gedronken hebben, dat ze dringend medische zorg nodig hebben. Dat is verontrustend. Een alcoholintoxicatie kan tot onherstelbare hersenschade leiden. Je kunt je minder goed concentreren, behaalt zwakkere resultaten op school, je hebt minder controle over je emoties en impulsen. Bovendien hebben jongeren die vroeg beginnen drinken meer kans op alcoholproblemen later. En ze lopen meer risico op alcohol-gerelateerde kankers. Toch beseffen niet alle jon-



► Katrien (18): 'Nee zeggen is ok. Drink niet om erbij te horen. Dan ga je al snel te ver.'

geren dat overmatig drinken niet ok is. We moeten intensiever samenwerken met ouders en huisartsen om hen op langere termijn te begeleiden.'

Groepsdruk

'De cijfers verrassen me niet', zegt Katrien. Als 18-jarige staat ze tussen de jongeren

van vandaag. 'Ik merk dat 15- of 16-jarigen die net mogen uitgaan hun grenzen nog niet kennen en drinken om niet onder te doen voor vrienden. Aan alcohol geraken is niet moeilijk. Je leeftijd wordt amper gecontroleerd. Of je krijgt een drankje via oudere vrienden.' Ook het feit dat meisjes de jongens bijbenen, verrast niet. 'Ik denk dat



Daniel Rys

Overmatig alcoholgebruik kan tot onherstelbare hersenschade leiden.

Jozef De Dooy (UZA)

meisjes minder goed tegen alcohol kunnen. Ze kiezen ook sneller voor cocktails. Die gaan makkelijk binnen, maar komen plots hard aan. Ik heb zelf nog geen problemen gehad. Die groepsdruk speelt bij mijn leeftijdsgenoten ook al veel minder. Ik denk dat een open houding van ouders belangrijk is. Alcohol moet bespreekbaar zijn. Mijn ouders verbieden me niet om te drinken, maar leren me dat het belangrijk is je grenzen te kennen. Ook op school liggen kansen voor gesprek.' Katrien besluit: 'Jongeren moeten *nee* leren zeggen. Te veel drinken is niet cool. Drinken om plezier te maken al helemaal niet.'

Eén wordt snel meer

'Jongeren beseffen te weinig wat alcohol met je kan doen.' Peter is een gestabiliseerde alcoholist. Zijn eerste pint dronk hij toen hij 12 was. 'Na de repetitie van onze fanfare. Kom, drink er ook één! Eén pintje werden er snel meer. Ik ben nooit in het ziekenhuis beland. Maar ik was wel vaak

ziek. Toch dronk ik de volgende keer weer mee.' Aanvankelijk bleef dat beperkt tot het weekend. 'Maar op mijn 17de liep het uit de hand. Ik ben vroeg beginnen werken. Als we goed doorwerkten, konden we snel op café. Was het groepsdruk? Ik weet het niet. Ik weet wel dat je sneller zwicht voor alcohol dan je denkt. Tot die alcohol je leven gaat beheersen. Je kunt niet meer zonder, de schulden stapelen zich op, net als de ruzies thuis.'

Op zijn 33ste gooide Peter het roer om. 'Na de zoveelste ruzie met mijn vrouw besepte ik dat het zo niet verder kon. Sindsdien ga ik elke week naar de bijeenkomsten van Anonieme Alcoholisten (AA) en heb ik geen druppel meer aangeraakt. Ik blijf gaan. Je zou de eerste niet zijn die hervalt zonder dat netwerk. Nazorg en dialoog zijn cruciaal. Ook voor jongeren die nog niet zo'n zwaar traject afgelegd hebben.'

'Ik schrik niet van de cijfers', gaat Peter verder. 'Jongeren zijn nu vrijer, drinken in de week sneller iets. Toch is de evolutie verontrustend. De kans dat je later meer drinkt, is reëel. Jongeren bij onze AA-groep lachen dat vaak weg. Ze komen en gaan. Mogelijk komt het besef nog, als ze meer te verliezen hebben, een gezin, een huis, een job. Nu ik gestopt ben met drinken, leef ik weer. De schulden zijn weg, ik kan weer genieten. Van de liefde, mijn gezin, de natuur. Je hebt geen alcohol nodig om plezier te maken. Plezier zit in wat je doet. Dansen op die fuif. Samen zijn met vrienden. Mijn vrouw en ik dansen soms samen in de keuken. Omdat het fijn is. Dat deden we vroeger nooit.' ■

Anneleen Vermeire

*Peter is een schuilnaam.

✓ www.cm.be/alcohol
www.aavlaanderen.org,
03 239 14 15