

Morena Milic *

YU ISSN 0469-6255
NAŠE MORE 38 (1-2)71(1991)

POMORAC I ALKOHOL

UDK 347.793:613.8

Prethodno priopćenje

Sažetak

Prilagodavanje radnoj sredini i radnom mjestu je jedan od važnih faktora koji može utjecati na čovjekovo zdravlje pa je to vrlo složen proces i na njega utječu razni činioci. Osim tzv. radne adaptacije, veoma značajan je i psihološki faktor osjećaja stabilnog profesionalnog statusa i međuljudski odnosi u radnoj zajednici. Kod onih osoba koje nemaju dovoljno snage da se suoče s najraznovrsnijim neprilikama koje donosi život i uz pretpostavku da je alkoholno piće pristupačno i da je njegovo konzumiranje općenito prihvaćeno, alkoholizam će se češće javljati.

Alkohol izaziva veselo raspoloženje i povećava samopouzdanje, otklanja psihicka kočenja, čini da se zaboravljaju konflikti i brige, a čitav život pod utjecajem alkohola izgleda ugodnijim.

Log i sur. (1977. godine) su ustanovili da se sklonost konzumiranju alkohola češće i intenzivnije stvara kod pomoraca negoli kod ostalih kategorija pučanstva približno iste starosne dobi.

Nastanak alkoholizma na brodovima neposredno je vezan za radne uvjete, ukorijenjene običaje života na brodu, etnohigijenske navike pojedinca kao i stupanj stabilnosti u porodičnom i društvenom životu.

Anketom na brodovima Atlantske plovidbe pokušala se utvrditi veza između radnog mjesta i uvjeta života s alkoholom među pomorcima.

Ključne riječi: alkoholizam, pomorstvo

MARINERS AND ALCOHOLISM

Summary

Getting adapted to one's work and its environment is a very important factor likely to affect one's health. It is a very complex process influenced by a variety of factors. The feeling of having a stable professional status and good human relations at work are of equal psychological importance. People who are not strong enough to face hardships that life brings about get more frequently addicted to alcohol if it is available and generally consumed, than others.

Alcohol gives rise to a euphoric state of mind, alcohol increases self-confidence, removes psychological stresses, makes one forget conflicts and worries, thus making one believe his life is much more pleasant.

Log et al. (in 1977) found that mariners are more frequently inclined to alcoholism than other groups of the

same age approximately. Widespread addiction to alcohol on board ships is related to work conditions, way of life on ships, ethno-hygienic habits of each individual and the degree of stability in his family and social life.

A survey made on board the "Atlantska plovidba" vessels tried to find out relationships between work place and life conditions with alcohol among mariners.

Potrošnja alkoholnih pića je raširenija tamo gdje društvo ima tolerantniji stav prema uzimanju alkohola i gdje se na konzumiranje ne gleda kao na porok. Uživanje alkoholnih pića kod pomoraca ima dugu tradiciju i ono vjerojatno postoji od kada su se ljudi prvi put otisnuli na more. Bezbroj ispitivanja kao i svakodnevno opažanje ukazuje na to da postoji izvjesna specifičnosti učestalost pojavljivanja alkoholizma upočetnim profesijama i granama privrednih djelatnosti. Raširenost alkoholizma među pomorcima teško je utvrditi s jedne strane zbog toga što se radi o jako mobilnoj grupi zaposlenika, a s druge strane što su različiti stavovi prema alkoholu i alkoholizmu ne samo u pojedinim zemljama već i u pojedinim brodarskim kompanijama pa čak i na pojedinim brodovima. Uzroci alkoholizma zaposlenih vrlo malo se ispituju u samim poduzećima. Nedovoljno se pozornosti posvećuje problemu njihovog otkrivanja, liječenja i rehabilitacije, frekvencije kao i drugim.

Etiološki faktori alkoholizma dijele se na vanjske i unutarnje. U vanjske spadaju socijalne, radne i mikrosocijalne prilike u društvu i radnoj sredini, a u unutarnje psihicka struktura eksponiranih, smetnje ličnosti, neurotske i psihotičke smjetnje i dr. Odvajanje od obitelji i osobna obiteljska nesigurnost, koja uzrokuje fizička i psihicka opterećenja su stresogeni faktori specifične prirode u nastajanju alkoholizma. Jedan od važnih faktora koji može utjecati na čovjekovo zdravlje je prilagodavanje radnoj sredini i radnom mjestu. Radna adaptacija može se definirati kao trajnije kvalitativno i kvantitativno izvršavanje radnih obaveza uz normalne odnose s drugim radnicima u radnoj sredini, dok se maladaptacijom smatra trajnije nekvalitetno izvršavanje radnih zadataka uz poremećene odnose u radnoj sredini.

U anketi na brodovima Atlantske plovidbe postavljeno je pitanje kako ocjenjuju "društvo na brodu"; 49% anketiranih pomoraca se izjasnilo da im "društvo na brodu" odgovara, a u 34% im društvo odgovara kako kada. Iz dobivenih podataka može se zaključiti da se većina pomoraca dobro adaptira uvjetima boravka na brodu. Bez obzira na relativno dobru adaptaciju na pitanje "Da li

* d^r Morena Milic
Medicinski centar
Dubrovnik

konzumirate alkohol?", u sedam grupa podijeljenih prema vremenu ukrcaja u većem broju su odgovori pozitivni kako se vidi iz tablice:

radni staž	6 mj.	5 g.	10. g.	15 g.	20 g.	25 g.	preko
da konzumiram	78 %	93 %	91 %	90 %	86 %	62 %	67 %

U takvim uvjetima alkohol se u svim dobnim skupinama uzima uglavnom u društvu ili u društvu i sam.

"Volite li popiti: uvijek u društvu 59%
sam i u društvu 35%.

Ipak, pomorci sa stažom duljim od 10 godina radije se odlučuju za piće u društvu i to u 65,4%.

Prije pojave prave ovisnosti o alkoholu čovjek se privikavana alkohol i konzumiranje sve većih i većih količina, tzv. tolerancija prema alkoholu. U toj fazi pijenje se još uvijek događa obično u društvu izvan radnog vremena i to još uvijek nije problem za širu okolinu. Iz odgovora ispitanika na pitanje: "Zašto čovjek počinje piti?" mogu se izvesti zaključci: svega 4% njih nalazi uzrok u uvjetima na brodu, dok većina ne zna za uzrok. Ostatak navodi razloge kao znatizeljja, za dokazivanje u društvu, dosada. U svim dobnim skupinama preko 80% anketiranih odgovorilo je da se nekad napilo, jedino u starijim dobnim skupinama sa preko 10 godina staža njih 15% navodi da se rijetko napilo.

Od onog momenta kada osoba postaje svjesna direktne veze između konzumiranja i subjektivnog zadovoljstva, što stvara olakšanje psihičke tenzije koja je nastala iz unutarnjih ili vanjskih razloga, stvara se i prva spona na putu koji tu osobu vodi prema ovisnosti o alkoholu. To znači da svako uzimanje alkoholnih pića dovodi do ponovnog osjećaja subjektivnog zadovoljstva i pri tome se razvija svjestan odnos između alkohola i psihičkog olakšanja. Kad taj odnos postane uvjetan, stvaraju se prvi simptomi alkoholizma. To je razlog zbog čega je teško odrediti granicu između tzv. "socijalno dozvoljenog pijenja" s onim oblikom pijenja koje se manifestira u želji da se pijenjem olakšaju psihičke napetosti.

Zanimljivo je bilo proučiti odgovore na pitanje "Što mislite o ljudima koji uopće ne piju alkohol?". Većinom se odgovori kreću:

Imam loše mišljenje	16,5%
Oni su ili bivši alkoholičari ili bolesni	8%
Nemam nikakvo mišljenje o njima	35,5%
Dobro mišljenje	29,7%

Samo jedan ispitanik je odgovorio da mišljenje o pojedincu donosi nezavisno o njegovom konzumiranju alkohola. Još je bilo par specifičnih odgovora kao "Ako ne piju nisu ništa bolji od drugih" (3,3%), "Imaju nekog razloga" (2,5%), "Treba sve probati" (2,5%).

Navika pijenja može se stvarati zbog raznih razloga ali je sklonost za stvaranje navike u smislu stvaranja navike daljnje potrebe za uzimanjem alkohola mnogo opasnija za razvoj alkoholizma onda kada se navika razvija iz razloga "olakšanja psihičke napetosti" nego iz drugih razloga.

Razvijena želja za uzimanjem alkoholnih pića ima tendenciju za povećanjem doza kako bi se dobio još bolji efekt. Alkoholna amnezija je jedan od najznačajnijih simptoma ulaska u toksikomansku fazu iskazana fragmentiranim gubitkom pamćenja. Gubitak kontrole ili nekontrolirano konzumiranje podrazumijeva stanje u kojem se nakon uzimanja male količine alkoholnog pića pokreće lančana reakcija daljeg pijenja tako da se protivno želji nastavi sa pićem. Pad tolerancije je treći simptom alkoholizma i znači u stvari gubitak "adaptacijskih sposobnosti".

Nakon oralne primjene, resorpcija alkohola je brza jer je topljiv u mastima i brzo difundira, dijelom iz želuca, a najviše iz tankog crijeva. Otopine koje sadrže više od 20% alkohola resorbiraju se sporo, jer visoke koncentracije usporavaju peristaltiku želuca. Hrana usporava resorpciju, posebice mlijeko, a njegovo odstranjivanje je brže. Alkohol se iz piva resorbira sporije jer ugljikohidrati usporavaju njegovu resorpciju. U osoba naviklih na alkohol, alkohol se brže resorbira.

Nakon jedne doze od 5-6 whiskyja (60 ml) ili 1700 ml piva koje se popije na prazan želudac u vremenu od nekoliko minuta maksimalna će se koncentracija u krvi po svoj prilici postići za 1,0-1,5 sati, a neće se odstraniti za 6-8 sati pa i više.

Tražeci najčešće konzumirane vrste pića prema godinama ukrcaja dobiveni su sljedeći rezultati:

vrsta pića	6 mj.	5 g.	10 g.	15 g.	20 g.	25 g.	preko 25 g.
a) vino	43%	15%	25.8%	42%	22.2%	60%	33.3%
b) pivo	57%	38.5%	6.5%	21%	16.7%	0	0
c) često-ka pića	0	15%	12.9%	0	5.5%	0	0
a + b	0	0	6.5%	15.8%	11.1%	0	22.2%
b + c	0	0	9.7%	0	0	20%	0
a + c	0	0	6.5%	5.2%	5.5%	0	11.1%
a + b + c	0	31%	32.1%	15.8%	38.9%	20%	33.3%

Vino se najviše konzumira što je i razumljivo kad znamo da zanimanje pomorca ima dugu tradiciju u primorskim krajevima gdje je običaj pijenja vina. Većina naših ispitanika je prvi put probala alkohol sa 15-16 godina.

Kako se kreće količina konzumiranog alkohola među pomorcima Atlantske plovidbe vidi se u sljedećoj tablici:

količina	do 2 dl	2 - 5 dl	5 dl - 1 L	1 - 2 L
konzumacija u %	16.7 %	21.7 %	9.8 %	4.9 %

Najvažniji učinak alkohola je na središnji živčani sustav, gdje alkohol uzrokuje depresiju, i kao svi drugi anestetički agensi nije stimulans, a u uobičajenim dozama održava budnost. Pri povećanju doze, osoba, koja prolazi kroz sve stupnjeve opće anestezije i zbog respiratorne depresije, može i umrijeti. Za konačni učinak alkohola važna je okolina, ličnost i raspoloženje, te doza alkohola.

<p>DEVETNAEST STUPNJEVA ALKOHOLIZMA</p>	<p>①  Povremeno uzimanje pića za relaksaciju</p>	<p>②  Stalno uzimanje pića zbog relaksacije</p>	<p>③  Navika na alkohol</p>
<p>④  Osjećaj krivnje</p>	<p>⑤  Nesposobnost rješavanja problema</p>	<p>⑥  Neprilike sa sudom zbog vožnje u pijanom stanju</p>	<p>⑦  Gubitak kontrole</p>
<p>⑧  „Uzvišeno“ i agresivno ponašanje</p>	<p>⑨  Zakazivanje obećanja i rješavanje problema</p>	<p>⑩  Izbjegavanje obitelji i prijatelja</p>	<p>⑪  Problemi s novcem i poslom</p>
<p>⑫  Neosnovana ogorčenja</p>	<p>⑬  Zanemarivanje hrane</p>	<p>⑭  Opadanje morala</p>	<p>⑮  Teškoće zaključivanja</p>
<p>⑯  Gubitak inicijative</p>	<p>⑰  Mutne duhovne želje</p>	<p>⑱  Prihvatanje potpunog poraza</p>	<p>⑳  Opsesivno pijenje u začaranom krugu</p>

Alkohol smanjuje oštrinu vida i usporava oporavak vida od bljeska svjetla, narušava osjete okusa, mirisa i sluha, narušava mišićnu koordinaciju, te produžava vrijeme reakcije, uzrokuje nistagmus i vrtoglavicu. Pažljivost i mogućnost asimilacije, što predstavlja osnovu brzog zaključivanja na osnovi neprekinutog priliva informacija, opadaju. Ovo posebno rezultira neobraćanjem pozornosti na periferiju vidnog polja što je važno u prometu. Mogućnost izazivanja nesreće povećava se ulaskom alkohola u krv i stalno se povećava porastom njegove koncentracije u krvi. Nemarnost i nedostatak budnosti, što uzrokuju čak i male količine alkohola, vjerojatno su mnogo češći uzroci nesreće nego tjelesna nekoordiniranost, a ne mogu se otkriti nijednim od uobičajenih testova.

Umjerene koncentracije alkohola povećavaju lučenje želučanog soka dok visoke koncentracije to lučenje smanjuju. Bolesnici sa želučanim ulkusom osjećaju obično nadražujući učinak alkohola. Povraćanje, koje je uobičajeni pratilac akutnog alkoholizma, ne javlja se primarno zbog nadraživanja želuca, budući da se povraćanje javlja kad alkohol postigne određenu koncentraciju, bez obzira da li je dat oralno ili intravenski. Produženo konzumiranje velikih količina alkohola snižava koncentraciju testosterona u plazmi što je dijelom rezultat indukcije jetrenih enzima; može doći do feminizacije. Prema Gaddumu može se steći tolerancija na alkohol tako da teški pijanac plaća 2,5 puta više nego prosječni trezvenjak da bi se opio. Akutno trovanje alkoholom daje karakteristične promjene u ponašanju, mentalna konfuzija, nekoordinacija pa čak i koma. Kronična ovisnost o alkoholu (alkoholizam) je karakterizirana raznim psihotičkim stanjima, a poslije nekoliko godina pojavom nutritivnih deficita.

Ciroza jetre nastaje zbog neposrednog toksičkog učinka alkohola na stanice jetre što je potencirano nutritivnim deficitom.

Dnevna konzumacija od 1/2 boce šerija ili boce vina (60 g apsolutnog alkohola) kroz nekoliko godina može uzrokovati cirozu jetre dok će je dvostruka sigurno uzrokovati. Prestanak uzimanja alkohola popravljiva preživljavanje samo u ranim slučajevima. U teškim slučajevima tipična je demencija s gubitkom pamćenja, gubljenje društvenih navika, nerazgovjetni govor i "zamračenje" koje može biti praćeno epilepsijom. Iznenadni prekid uzimanja alkohola može u osoba u kojih se razvila fizička ovisnost izazvati akutni psihotički napad (delirium tremens) i konvulzije, a to se može dogoditi kad se bolesni ili ozlijeđeni alkoholičar hospitalizira.

Alkoholičari koji su dovoljno zdravi i voljni surađivati mogu se pokušati odviknuti od pića pomoću disulfirama. Akumulacija ove tvari u krvi toliko je neugodna da je bolesnik ne želi ponovo iskusiti; disulfiram na taj način učvršćuje inače slabu snagu volje.

Težina pomorskog zvanja (kruh sa sedam kora) ne opravdava povećano konzumiranje alkohola, jer se pomoću njega ne mogu riješiti problem adaptacije na novu sredinu i specifičan obiteljski život, a pogoršava se tjelesna kondicija i stvaraju preduvjeti za ovisnost - bolest.

LITERATURA

1. Socijalna psihijatrija, Vol.18 (1990), No 2, str.101-171.
2. V.Hudolin: Socijalna psihijatrija i psihopatologija, Školska knjiga, Zagreb, 1987.
3. V.Carev, P.Šokec: Alkoholizam i brod, Pomorska medicina, Pomorska biblioteka No 26, Beograd, 1975.
4. V.Carev, P.Šokec: Neki etiološki faktori alkoholizma na brodu, Pomorska medicina II, Pomorska biblioteka, Beograd, 1979.
5. D.R.Laurence, P.N.Bennett: Klinička farmakologija, JUMENA, Zagreb, 1984.