

FACTSHEET

Alcohol: gezondheidsrisico's voor kinderen

Laatst gewijzigd 29 oktober 2003

Inleiding

Dit factsheet beschrijft wat de gezondheidsrisico's zijn die kinderen en jongeren lopen die alcohol gebruiken. Uit onderzoek blijkt onder meer dat overmatig alcoholgebruik de hersenen schaadt. Jong beginnen met drinken geeft meer kans op verslaving en op gebruik van tabak en andere drugs. Uit dit factsheet blijkt dat het tot een jaar of 16 jaar beter voor kinderen is om niet te drinken.

Lange termijnrisico's

Hersenschade

Tieners die een aantal jaren overmatig alcohol gebruiken, hebben vaak als gevolg daarvan leer- en geheugenproblemen. Het deel van de hersenen dat belangrijk is voor leren en geheugen krimpt als gevolg van langdurig overmatig alcoholgebruik met als gevolg slechtere prestaties op school. Omdat de hersenen van tieners nog in ontwikkeling zijn, kan overmatig alcoholgebruik tot blijvende schade aan de hersenen leiden (Spear, 2002; Brown et al, 2000; Tapert en Brown, 1999; Tapert et al, 2001).

Jong drinken: meer kans op verslaving

Als kinderen voor hun 15e beginnen met drinken, is de kans groter dat ze alcoholverslaafd raken op latere leeftijd. Van de jongeren die voor hun 13^e beginnen met drinken, is 40% op een bepaald moment in hun leven alcoholverslaafd (Grant en Dawson, 1997). Uit recent onderzoek (Ellickson et al, 2003) blijkt dat jongeren die op hun 13^e aangaven het jaar ervoor minstens drie keer een glas alcohol te hebben gedronken twee keer zo veel kans hebben op alcoholverslaving op 23-jarige leeftijd als niet-drinkers. Factoren die meespelen bij het op jonge leeftijd beginnen met drinken, zijn impulsiviteit, een sterke drang naar nieuwe ervaringen, erfelijke factoren en alcoholmisbruik door gezinsleden (Dawson, 2000; Rose, 1998; Kono et al, 1997; Virkkunen et al, 1997).

Kinderen van verslaafde ouders: meer kans op verslaving

Kinderen van verslaafde ouders hebben meer kans op verslaving. Ze lopen extra risico om verslaafd te raken, als ze een lage respons hebben op alcoholgebruik. (Cotton, 1979; Windle, 1997). Dat houdt in dat je zonder duidelijk zichtbare effecten veel kunt drinken, waardoor je vaker overmatig alcohol gebruiken. Voor mensen met een lage

respons op alcohol is overmatig alcoholgebruik echter even slecht als voor mensen die normaal op alcohol reageren.

Meer kans op gebruik van tabak en drugs

Tieners die op hun 13^e het afgelopen jaar minstens drie keer alcohol hadden gedronken, gebruikten op 13-jarige, 18-jarige en 23-jarige leeftijd veel vaker harddrugs en rookten vaker (Ellickson et al, 2003).

Andere lichamelijke klachten

Naast risico's specifiek voor jongeren kan overmatig alcoholgebruik op de lange termijn onder meer de volgende gevolgen hebben:

- Schade aan organen als lever, maag en darmen
- Hartinfarcten
- Een bepaald type herseninfarcten
- Hersenschade
- Aantasting van het zenuwstelsel
- Bepaalde vormen van kanker (Poppelier, et al, 2002; Van de Wiel, 1998)

Korte termijnrisico's

Black-out

Als een kind (maar dit geldt ook voor een volwassene) te veel drinkt kan een black-out het gevolg zijn. Een black-out betekent dat gegevens uit het korte termijngeheugen niet worden doorgegeven aan het lange termijngeheugen. De persoon die gedronken heeft, weet dan niet meer wat er gebeurd is tijdens (een deel van) de periode waarin gedronken werd (Lemmers, 2001).

Alcohol verstoort doorgave van prikkels

Veel van de alcohol die we drinken, gaat via het bloed naar de hersenen. Via de dunne darm komt alcohol in het bloed. Via de bloedbaan komt het in de hersenen. De hersenen zijn extra gevoelig voor alcohol, omdat dit orgaan veel bloed bevat. Alcohol is een verdovend middel en verstoort daardoor de doorgave van prikkels. Deze prikkels zijn erg belangrijk, want ze sturen de processen in het lichaam. Dat kan bij het gebruiken van grote hoeveelheden alcohol zelfs leiden tot een ademhalings- of hartstilstand of stikken in eigen braaksel (Lemmers, 2001; Van Dalen et al, 1998).

Alcoholvergiftiging

We spreken van een alcoholvergiftiging als iemand bewusteloos is geraakt van alcohol. Bij

volwassenen is deze grens bereikt bij een hoeveelheid vanaf vier á vijf promille (vanaf 20 glazen). Bij kinderen en jongeren is het alcoholgehalte in het bloed bij eenzelfde hoeveelheid alcohol over het algemeen veel hoger, omdat ze meestal een kleiner lichaam hebben. Bij hen kan de fatale grens daarom bij veel minder glazen worden bereikt. (Van Dalen et al, 1998).

Binge-drinken

Binge-drinken, d.w.z. in korte tijd een grote hoeveelheid alcohol drinken, kan leiden tot geheugenproblemen met als mogelijk gevolg verminderde schoolprestaties. Ook kan binge-drinken leiden tot acuut nierfalen, hartaandoeningen en hersenbeschadigingen (Poppelier et al, 2002).

Ongelukken

Alcoholgebruik verhoogt de kans op ongevallen. Al bij matig alcoholgebruik is er meer kans op ongelukken (Poppelier et al, 2002). Uit het Letsel Informatiesysteem van Consument en Veiligheid blijkt dat ongeveer 13.000 personen per jaar spoedeisende hulp nodig hebben in een ziekenhuis als gevolg van een ongeval waarbij alcohol in het spel was. Tien procent van hen is tussen de 15 en 19 jaar oud (NDM, 2002). Per jaar raken 3000 á 3500 mensen ernstig gewond en overlijden ongeveer 250 mensen door een verkeersongeluk waarbij alcohol een rol speelde. Vooral jonge mannen (18 t/m 24 jaar) zijn vaak het slachtoffer (SWOV, 2003).

Drinkende jongeren vaker seksueel actief

Uit een onderzoek onder jongeren (13-19 jaar) bleek dat jongeren die alcohol hebben gedronken gemiddeld vaker al seksueel actief zijn dan niet-drinkende jongeren (Cooper et al, 1994). Mogelijke oorzaken zijn: meer durven door ontremming en risico's lager inschatten. Tevens krijgen meisjes en vrouwen meer zin in seks bij beperkte hoeveelheden alcohol (Van Dalen et al, 1998).

Drinkende jongeren: vaker onveilige seks

Jongeren die alcohol hebben gedronken, hebben vaker onveilige seks. Voor jongeren die dronken zijn, gaat dat niet op. Zij hebben juist minder vaak onveilige seks (Grunbaum et al, 2002; Sen, 2002). Tevens hebben jongeren die op hun 13^e het voorafgaande jaar minstens drie keer alcohol hebben gedronken, anderhalf tot twee keer zo veel kans om op hun 18^e zwanger te zijn geweest of vader of moeder te zijn van één of meer kinderen (Ellickson et al, 2003).

Verkrachting

De meeste slachtoffers van verkrachting zijn wat oudere meisjes en jonge vrouwen. Zowel alcoholgebruik van de dader, van het slachtoffer als van beiden vergroot de kans op verkrachting door

een mannelijke dader (Abbey et al, 2001; Abbey, 2002; Grunbaum et al, 2002).

Bronnen

- Abbey, A. et al. (2001). Alcohol and sexual assault. In: *Alcohol Research & Health* Vol. 25, Nr. 1, pp. 43–51.
- Abbey, A. (2002) Alcohol-related sexual assault: A common problem among college students. In: *Journal of Studies on Alcohol*, Suppl. 14, pp. 118–128.
- Brown, S.A. et al (2000). Neurocognitive functioning of adolescents: Effects of protracted alcohol use. In: *Alcoholism: Clinical and Experimental Research* 24, Vol. 2, pp. 164–171.
- Cooper et al (1994). Substance use and sexual risk taking among black adolescents and white adolescents. In: *Health & Psychology*, Vol. 13, Nr. 3, pp. 251-262.
- Cotton, N.S. (1979). The familial incidence of alcoholism: A review. In: *Journal of Studies on Alcohol*, Nr. 40, pp. 89-116.
- Dalen, W. van et al (red.) (1998). *Feiten over alcohol*. Woerden: NIGZ.
- Dawson, D.A. (2000). The link between family history and early onset alcoholism: Earlier initiation of drinking or more rapid development of dependence? In: *Journal of Studies on Alcoholism* 61, Vol. 5, pp. 637–646.
- Ellickson, P.L. et al (2003). Ten-Year Prospective Study of Public Health Problems Associated with Early Drinking. In: *Pediatrics*. Vol. 111, No. 5, pp. 949-955.
- Grant, B.F. et al (1997). Age at Onset of Alcohol Use and its Association with DSM-IV Alcohol Abuse and Dependence: Results from the National Longitudinal Alcohol Epidemiologic Survey. In: *Journal of Substance Abuse*, Vol. 9, pp. 103-110.
- Grunbaum, J.A. et al (2002) Youth risk behavior surveillance: United States, 2001. In: *MMWR: Morbidity and Mortality Weekly Report*, Nr. 51(SS0 4), pp 1–62.
- Kono, Y. et al (1997). Association between early-onset alcoholism and the dopamine D2 receptor gene. In: *American Journal of Medical Genetics (Neuropsychiatric Genetics)* 74, Vol. 2, pp. 179–182.
- Laar, M.W. van et al (red.) (2002). *Nationale Drugmonitor. Jaarbericht 2002*. Utrecht: Bureau NDM.
- Lemmers, Lex (2001). *Alcohol en de hersenen* (concept juni 2001). Woerden: NIGZ.
- Poppelier, A. et al (2002). *Een inventarisatie van de lichamelijke gevolgen van sociaal geaccepteerd alcoholgebruik en bingedrinken*. Rotterdam: IVO.
- Rose, R.J. (1998). A developmental behavior-genetic perspective on alcoholism risk. In: *Alcohol Health & Research World* 22, Vol. 2, pp. 131–143.
- Sen, G. (2002). Does alcohol increase the risk of sexual intercourse among adolescents? Evidence from the NLSY97. In: *Journal of Health Economics* Nr. 21, pp. 1085–1093.
- Spear, L. (2002). Adolescent brain and the college drinker: Biological basis of propensity to use and misuse alcohol. In: *Journal of Studies on Alcohol*, Suppl. 14, pp. 71–81.
- Tapert, S.F. et al (2001). fMRI measurement of brain dysfunction in alcohol-dependent young women. In: *Alcoholism: Clinical and Experimental Research* 25, Vol. 2, pp. 236–245.
- Tapert, S.F., et al (1999) Neuropsychological correlates of adolescent substance abuse: Four-year outcomes. In: *Journal of the International Neuropsychological Society* 5, Vol. 6, pp. 481–493.
- Virkkunen, M. et al (1997). In early-onset alcoholism. In: Galanter, M., ed. *Recent Developments in Alcoholism. Vol 13: Alcohol and Violence*. New York: Plenum Press, pp. 173–189.
- Wiel, A. van de (1998). Somatische aspecten van alcoholgebruik. In: *Handboek verslaving*, pp. E3200 3-13.
- Windle, M. (1997). Concepts and Issues in COA research. In: *Alcohol Health & Research World*, Vol. 21, Nr. 3, pp. 185-191.
- www.swov.nl

Informatie voor kinderen van alcoholverslaafde ouders:
www.drankjewel.nl van het Trimbos-instituut

Aanvullingen: graag sturen naar ijklungers@alcoholpreventie.nl