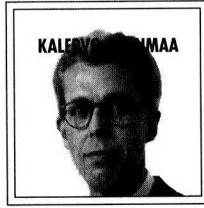


SYYLLISTETTY HUMALA



Suomalaiset on saatu tuntemaan syyllisyyttä ja alemmuutta humalaa tavoittelevasta juomatavastaan. Tämä ilmenee mm. siten, että juomatapamme esitetään mahdollisimman hävettävänä ja että se halutaan todistaa haitallisemmaksi kuin muut alkoholinkäyttötavat, vaikka näin ei ehkä olisikaan.

Humalahaitat ja äärimmillään alkoholimyrkytykset edustavat kieltämättä suomalaisen juomatavan synkintä puolta. Mutta olen kuulut julkisuudessa myös vakuutettavan, että suomalainen juomatapa edesauttaa alkoholisoitumista. Koska alkoholisoitumisen biologian kannalta asia näyttää paremminkin olevan päinvastoin, en ole malttanut olla kaivelematta käsityksen taustaa.

Se johtuu krapulasta, minulle selitettiin. Kun juodaan kunnan humalaan, niin kuin suomalainen alkoholin käyttäjä viikonloppuisin tekee, seuraa väistämättä krapula. Se puolestaan on syy ottaa krapularyyppy. Näin juominen jatkuu ja edistää alkoholisoitumista, perustelu kuului.

Mutta miten se voi olla mahdollista? Krapularyyppy on viimeinen asia, joka ainakaan minun mieleeni tulee krapulan oireiden ilmaantuessa aamuyöllä. Tällöin oivalsin, että väite perustuu samaan vanhaan, sitkeässä istuvaan käsitykseen, että alkoholisti jatkaa juomistaan välttääkseen vieroitusoireet.

Jokainen tietää, että rajusta ryypäämistä tulee krapula ja että pitkään jatkuneen ryypäämisen katkeamista seuraa vielä rajumpi krapula eli oikeammin vieroitusoireet. Toi-

saalta kuitenkin tiedämme, että kumpaankin saattaa liittyä viinan hamuaminen. Onko käsityksessä sittenkin jotain perää?

Missään tutkimuksessa ei ole voitu osoittaa, että krapulan tai vieroitusoireiden välttäminen on juomisen jatkamisen syy. Kysymyksessä näyttää oikeammin olevan kaksi eri asiaa, joita myös on syytä tarkastella sellaisina: juomisen aloittaminen ja juomisen seuraukset eli krapula ja vieroitusoireet.

Juomisen aloittaminen johtuu itse alkoholista. Alkoholilla on määrittelemättömiä vaikutuksia, joiden takia useimmat meistä käyttävät sitä mielellään toistuvasti. Jos tarve saada alkoholia kasvaa hyvin suureksi, voidaan puhua suorastaan viinan himosta. Joillakin viinan himo kehittyi sellaisiin mittoihin, että henkilö katsotaan alkoholistiksi. Jotkut alkoholistit voivat juoda jopa niin paljon, että he ovat riippuvaisia alkoholista. Tämä ilmenee vieroitusoireina juomisen katkettua. Vieroitusoireet, kuten krapulakin, ovat seurausta rajusta alkoholin käytöstä, mutta alkoholin käyttö ei ole seurausta vieroitusoireista.

Miksi sitten vieroitusoireinen alkoholisti hamuaa alkoholia? Edellä esitetyn mukaisesti kysymyksessä on kaksi erillistä, samanaikaista tapahtumaa. Ensinnäkin, vieroitusoireet ovat ilmenneet, koska viinan saanti on katkennut ja alkoholi on poistunut ruumiista. Toiseksi, pään selvityksessä alkoholistin viinan himo herää – vieroitusoireista huolimatta.

Mutta puhutaanhan krapularyypystä. Kovaan krapula ei ole itsessään ylläke juomaan.

Krapularyypyn haluaminen sen sijaan paljastaa jo tapahtuneen alkoholisoitumisen ja juomisen hallinnan menettämisen. Se ei kuulu kohtuukäyttäjän tapoihin.

Suomalainen, viikonloppua suosiva juomatapa, jossa viikolla juomista ei ole pidetty edes hyväksyttävänä, ei ole itse asiassa kovinkaan otollinen alkoholisoitumiselle. Kokeel-

linen tutkimus on mm. osoittanut, että alkoholisoituminen ja riippuvuuden kehittyminen edellyttävät jatkuvaa alkoholin käyttöä.

Eurooppalainen alkoholikulttuuri ei salli humaltumista mutta kylläkin päivittäisen alkoholin käytön. Se on teoreettisesti mitä sopivin alkoholisoitumiselle: viinaa haluavan alkoholin käyttöä ei pidättele mikään.