



Αλκοόλ: Επιδημιολογικοί Δείκτες Παρακολούθησης & Έρευνες

Στοιχεία και Δεδομένα για το 2019

Επιμέλεια & Συγγραφή: Μαρία Σαββίδου

Εισαγωγή: Το αλκοόλ σε αριθμούς ...

Η προβληματική κατανάλωση αλκοόλ, αποτελεί σοβαρό πρόβλημα για την υγεία και ταυτόχρονα, θεωρείται σημαντικό κοινωνικό πρόβλημα στην Ευρώπη. Συγκεκριμένα, η υψηλή και δυνητικά επιβλαβής κατανάλωση αλκοόλ στην Ευρώπη δεν μειώνεται με το πέρασμα του χρόνου στον επιθυμητό βαθμό και οι Ευρωπαίοι συνεχίζουν να πίνουν πιο πολύ αλκοόλ από οποιονδήποτε άλλο στον κόσμο, σύμφωνα με έκθεση του ΠΟΥ (2019).

Ακόμη, σύμφωνα με τον ΠΟΥ (2019), για την περίοδο 2010-2016 σε 30 ευρωπαϊκές χώρες, περισσότεροι από 290.000 άνθρωποι έχαναν τη ζωή τους κάθε χρόνο στην Ευρώπη εξαιτίας αιτιών που σχετίζονται με το αλκοόλ. Το ποσοστό των ανθρώπων που χάνουν τη ζωή τους εξαιτίας του αλκοόλ παραμένει υψηλό στην Ευρώπη (5,5%), δηλαδή περίπου ένας στους 18 θανάτους σχετίζονται με αυτό. Τα τρία τέταρτα των θανάτων που σχετίζονται με αυτό (76,4%), οφείλονται σε μη μεταδοτικές παθήσεις όπως ο καρκίνος (29%), η κίρρωση του ήπατος (20%) και η καρδιαγγειακή νόσος (19%), ενώ σχεδόν το ένα πέμπτο (18,3%) οφείλεται σε τροχαία, αυτοκτονίες και ανθρωποκτονίες που σχετίζονται με την κατανάλωση αλκοόλ.

Το ποσοστό των θανάτων που σχετίζονται με το αλκοόλ στην Ευρώπη, μεταξύ των εφήβων και των νέων ενηλίκων θεωρείται πολύ υψηλό. Το 19% των θανάτων στις ηλικίες 15-19 ετών (ο ένας στους πέντε) και το 23,3% στις ηλικίες 20-24 ετών (σχεδόν ο ένας στους τέσσερις) σχετίζονται με το αλκοόλ.

Επίσης, η βαριά επεισοδιακή κατανάλωση αλκοόλ αποτελεί συχνό και σημαντικό πρόβλημα στην Ευρώπη. Σχεδόν ένας στους τρεις Ευρωπαίους (30,4%) καταναλώνουν σε μια περίπτωση πάνω από 60 γραμμάρια καθαρού αλκοόλ, που ισοδυναμούν με πάνω από πέντε αλκοολούχα ποτά. Αυτό είναι κάτι που κάνουν πολύ συχνότερα οι άνδρες (47,4%, δηλαδή σχεδόν οι μισοί) από ό,τι οι γυναίκες (14,4%) και συμβαίνει κατ' εξοχήν στις βαλτικές χώρες και στην Τσεχία.

Επίσης, εκτιμήσεις από έρευνες ανάμεσα στο μαθητικό πληθυσμό στην Ευρώπη, έχουν δείξει ότι σχεδόν οι μισοί Ευρωπαίοι μαθητές (47%) κατανάλωσαν αλκοόλ κατά τον τελευταίο μήνα, ενώ περίπου 13% των μαθητών είχαν μεθύσει κατά τον τελευταίο μήνα (ESPAD Group, 2020).

Μέσα από την παρούσα έκθεση, θα αναδειχθεί ότι η προβληματική κατανάλωση του αλκοόλ στην Κύπρο απαιτεί συντονισμένες προσπάθειες από την πολιτεία και την Αρχή Αντιμετώπισης Εξαρτήσεων Κύπρου. Πέρα από μια συνεκτική και σφαιρική πολιτική απαιτούνται παράλληλα προσπάθειες και πρωτοβουλίες κρατικών και μη φορέων στη διαχείριση της επιβλαβούς χρήσης

του αλκοόλ. Ο σχεδιασμός στο πλαίσιο αυτό όμως απαιτεί πρώτιστα τη σκιαγράφιση της κατάστασης, μέσα από τη συλλογή δεδομένων για την κατάσταση της προβληματικής κατανάλωσης αλκοόλ και τη συνεχή παρακολούθηση των τάσεων.

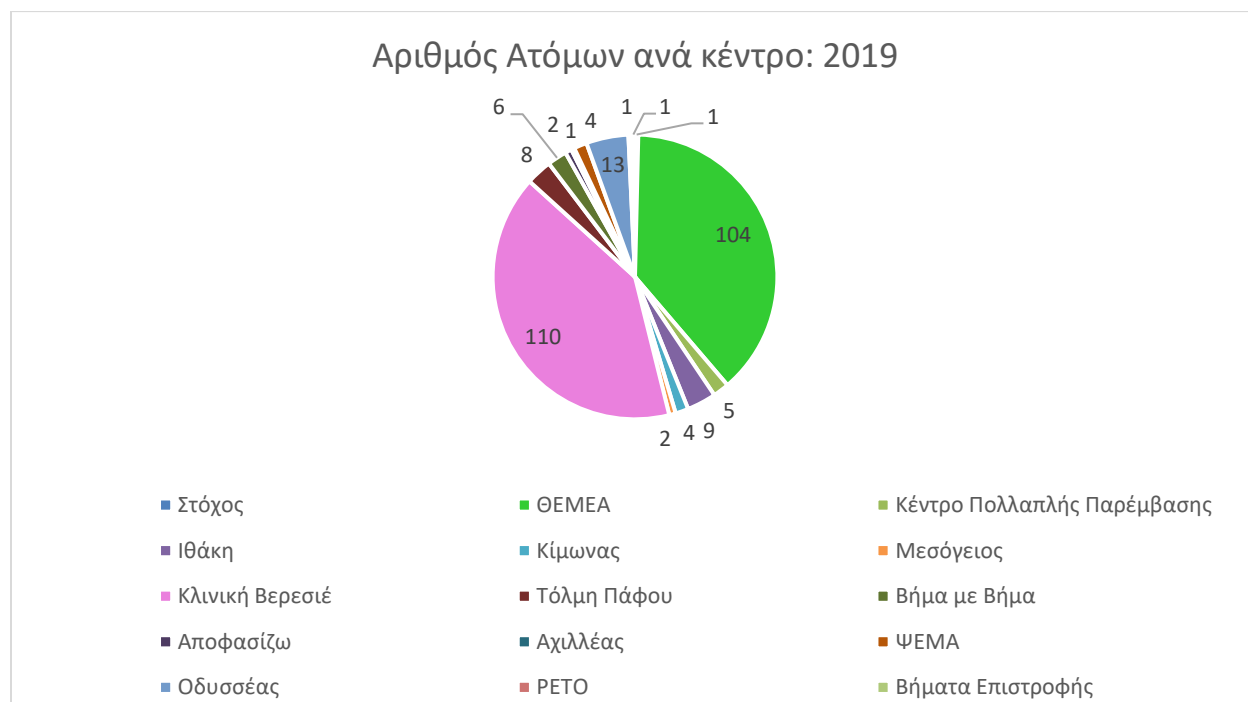
Μέσα από μια σύντομη απεικόνιση της έκθεσης που ακολουθεί και στα όρια που μας επιτρέπει η παρούσα εισαγωγή, θα μπορούσαμε να αναφέρουμε εν συντομία 10 κύρια συμπεράσματα που προέκυψαν από την παρακολούθηση του φαινομένου και τα οποία θα αναφερθούν εκτενώς στα αντίστοιχα κεφάλαια που ακολουθούν :

1. Περίπου το 4,2% του πληθυσμού ανέφερε μέθη κατά τον τελευταίο μήνα (με τα ψηλότερα ποσοστά να εντοπίζονται στους νέους 15-24 ετών), ενώ πολύ ανησυχητική αύξηση σημειώνεται στην υπέρμετρη κατανάλωση αλκοόλ (6+ ποτά σε μια περίπτωση).
2. 3 στους 10 Κύπριους, ανέφεραν ότι είχαν οδηγήσει μετά από κατανάλωση 3-6 ποτών.
3. Οι μαθητές στην Κύπρο φαίνεται να καταναλώνουν αλκοόλ πιο συχνά από τους μαθητές στην Ευρώπη, αλλά σε πιο μικρές ποσότητες.
4. Περίπου 1 στους 10 μαθητές ανέφερε μέθη κατά τον τελευταίο μήνα, ενώ από αυτούς που έκαναν χρήση αλκοόλ κατά τον τελευταίο μήνα, περίπου 4 στους 10 ανέφεραν υπέρμετρη κατανάλωση αλκοόλ.
5. Οι Κύπριοι μαθητές θεωρούν ότι μπορούν να βρουν πολύ πιο εύκολα αλκοόλ, σε σύγκριση σε τους υπόλοιπους Ευρωπαίους συνομήλικους τους. Η πρόσβαση των εφήβων στο αλκοόλ στην Κύπρο, υπερβαίνει το μέσο όρο των άλλων Ευρωπαϊκών χωρών.
6. Κατά το 2019 αιτήθηκαν θεραπείας λόγω κατάχρησης αλκοόλ 271 άτομα. Τα περισσότερα άτομα, βρέθηκαν να ανήκουν κυρίως στην κατηγορία των χρηστών μέσης και τρίτης ηλικίας (διαχρονικό δεδομένο).
7. Εκτιμήθηκε ότι περίπου τουλάχιστον το 4,5 % του πληθυσμού στην Κύπρο, είναι εξαρτημένο στο αλκοόλ.
8. Από τους ελέγχους της αστυνομίας φαίνεται ότι περίπου 1 στους 10 καταγγέλλεται λόγω υπέρβασης του ανώτατου ορίου οινόπνευματος
9. Περίπου κάθε χρόνο στην Κύπρο πεθαίνουν 52 άτομα από κύρωση του ήπατος και 82 άτομα από καρκίνο εξαιτίας της χρήσης αλκοόλ. Κατά το 2019, επτά ήταν τα θύματα των θανατηφόρων τροχαίων (οδηγούς, συνεπιβάτες και πεζούς) εξαιτίας του αλκοόλ.
10. Οι Κύπριοι σε γενικές γραμμές, είναι έτοιμοι να υποστηρίξουν περιοριστικές πολιτικές που έχουν να κάνουν με πιο αυστηρά μέτρα τροχαίας και περισσότερους ελέγχους άλκοτεστ, ενώ παράλληλα, πολλοί είναι έτοιμοι να αποδεχθούν πιο φιλελεύθερες πολιτικές που

βασίζονται στην ελεύθερη πώληση και διαφήμιση του αλκοόλ και στην χαλαρή φορολογική πολιτική που δεν θα εξαντλεί όλη την αυστηρότητά της.

ΔΕΙΚΤΗΣ ΑΙΤΗΣΗΣ ΘΕΡΑΠΕΙΑΣ ΓΙΑ ΤΟ ΑΛΚΟΟΛ

Κατά το 2019, 15 δομές παρέδωσαν στοιχεία αίτησης θεραπείας λόγω κατάχρησης αλκοόλ. Έγινε εισαγωγή και ποιοτικός έλεγχος των δεδομένων, τόσο μεταξύ των δομών που παρέδωσαν στοιχεία όσο και σε επίπεδο κάθε κέντρου ξεχωριστά.



Βρέθηκε ότι κατά το συγκεκριμένο έτος, αιτήθηκαν θεραπείας λόγω κατάχρησης αλκοόλ 271 άτομα, εκ των οποίων οι περισσότεροι βρέθηκαν στην Κλινική Βερεσιέ (v=110) και στη Θεραπευτική Μονάδα Εξαρτημένων Ατόμων (ΑΛΚΟΟΛ) «ΘΕΜΕΑ» (v=104).

Οι περισσότεροι χρήστες που αιτήθηκαν θεραπείας, ανέφεραν ως επαρχία διαμονής κυρίως τη Λευκωσία και τη Λάρνακα. Η μεγάλη αντιπροσώπευση στις δύο επαρχίες, ενδεχομένως να οφείλεται στο ότι εκεί στεγάζονται οι δύο μεγαλύτερες δομές (Κλινική "Βερεσιέ" & ΘΕ.Μ.Ε.Α) όπου προσφέρουν εξειδικευμένες υπηρεσίες για το αλκοόλ.

Ιστορικό Θεραπείας, Ιστορικό Χρήσης Αλκοόλ & Πηγή Παραπομπής

• Αρκετοί (128 άτομα - 47%), είχαν υποβληθεί ξανά σε θεραπεία, ενώ 116 άτομα, αιτήθηκαν θεραπείας για πρώτη φορά. Από το σύνολο των νέων αιτημάτων, οι περισσότεροι βρέθηκαν στη ΘΕ.Μ.Ε.Α (43) και στην «Κλινική Βερεσιέ» (37).

- Ο χρόνος που μεσολαβεί από την έναρξη της προβληματικής χρήσης αλκοόλ μέχρι την πρώτη εμφάνιση του χρήστη στο σύστημα θεραπείας, είναι τα 11 χρόνια.
- Ως πηγή παραπομπής, αναφέρθηκε από τους περισσότερους η αυτό-αναφορά (164 άτομα - 61 %), ενώ αρκετοί βρέθηκαν στη θεραπεία λόγω παραπομπής τους από το στενό οικογενειακό περιβάλλον (12%).

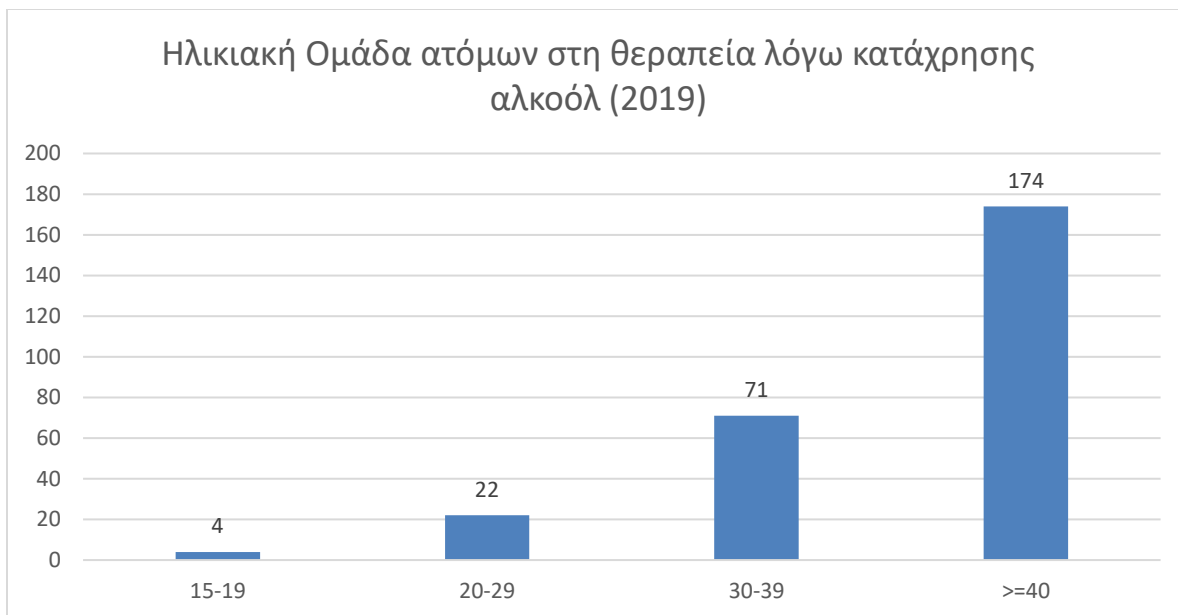
Τα κοινωνικο-δημογραφικά χαρακτηριστικά των ατόμων που βρέθηκαν στις θεραπευτικές δομές ήταν τα εξής:

Φύλο: Περίπου 8 στα 10 άτομα που αιτήθηκαν θεραπείας λόγω κατάχρησης αλκοόλ ήταν άνδρες (77%).

Ηλικία: Η διάμεσος ηλικία των ατόμων ήταν τα 43 έτη (min: 18, max: 78), γεγονός που τους εντάσσει κυρίως στην κατηγορία των χρηστών μέσης και τρίτης ηλικίας (≥ 40). Στην συγκεκριμένη κατηγορία (≥ 40), 77 άτομα ήταν μεταξύ 40-49 ετών και 97 άτομα ήταν άνω των 50 ετών. Σύνολο 174 άτομα, ήταν χρήστες μέσης και τρίτης ηλικίας.

Οι χρήστες μέσης και τρίτης ηλικίας, ανήκουν κυρίως σε δύο ομάδες. Στην πρώτη ομάδα, ανήκουν τα άτομα που ξεκίνησαν τη χρήση αλκοόλ σε νεαρή ηλικία και συνήθως έχουν μεγάλο ιστορικό χρήσης, η οποία συνεχίζεται και σε μεγάλη ηλικία. Στη διεθνή βιβλιογραφία συνήθως αναφέρονται ως «επιζώντες». Στην δεύτερη κατηγορία, ανήκουν τα άτομα που ξεκίνησαν τη χρήση σε μεγαλύτερη ηλικία, κυρίως λόγω δυσάρεστων συμβάντων ή συνθηκών (απώλεια κοινωνικών ρόλων, τα κοινωνικά ή ψυχολογικά προβλήματα που αντιμετωπίζουν, όπως το πένθος, η ανεργία, η έλλειψη αναγνώρισης, η κατάθλιψη, η κοινωνική απομόνωση κλπ) και συχνά αναφέρονται ως «αντιδρώντες» (IAS, 1999).

Στην Κύπρο, τα άτομα μέσης και τρίτης ηλικίας, ανήκουν κυρίως στην κατηγορία των “επιζώντων” καθώς η διάμεσος διάρκεια προβληματικής χρήσης αλκοόλ ήταν τα 16 χρόνια (min:1, max:55).



Υπηκοότητα: Οι περισσότεροι (9 στους 10) ήταν Κύπριοι.

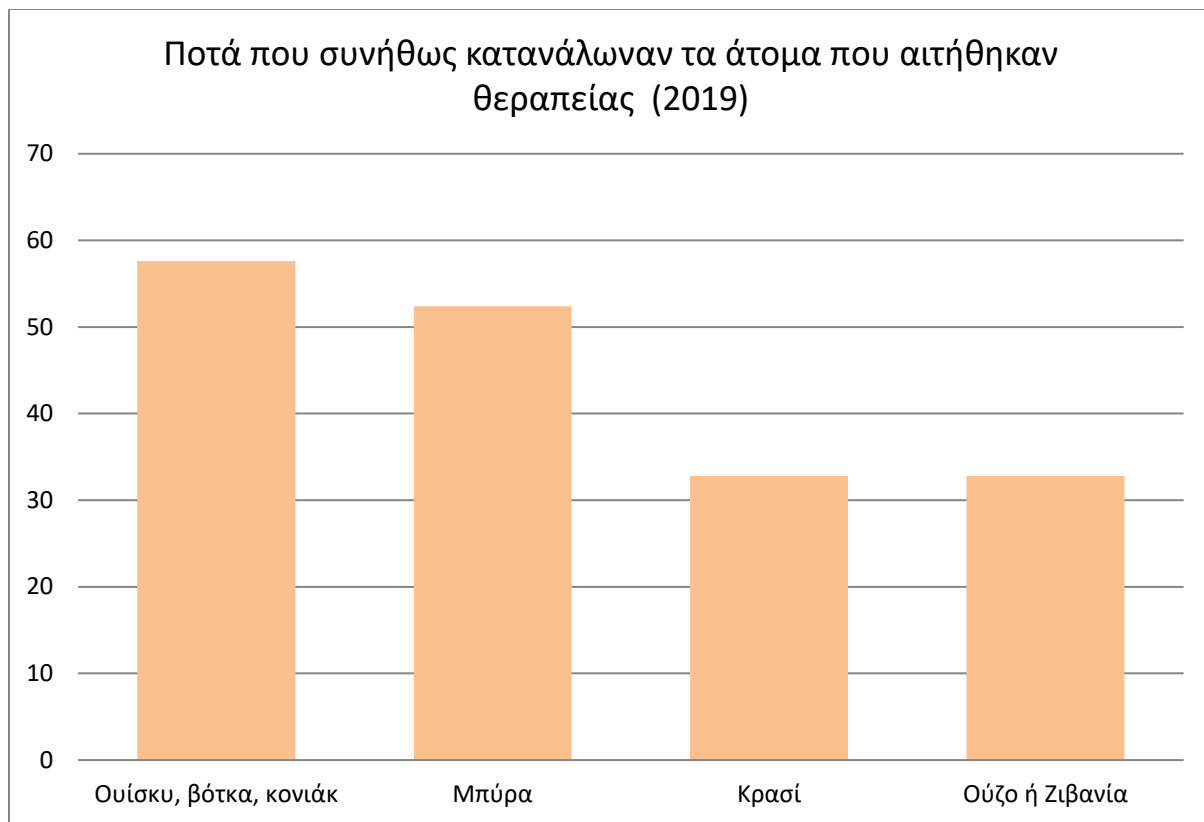
Συνθήκες Διαβίωσης: Οι μισοί ζούσαν είτε μόνοι τους είτε με τους γονείς τους, ενώ 1 στους 3 ζούσαν με σύντροφο ή/και παιδί. Η διάμεσος ηλικία των ατόμων που ζούσαν με τους γονείς τους ήταν τα 40 έτη (min:18, max:62), γεγονός που ενδεχομένως να οφείλεται από τη μια στην παραδοσιακή μορφή της κυπριακής οικογένειας όπου οι νέοι συνεχίζουν να μένουν στην οικογενειακή εστία αρκετά χρόνια μετά την ενηλικίωση, και από την άλλη, ενδεχομένως να οφείλεται στο γεγονός ότι η κατάχρηση του αλκοόλ έχει επανειλημμένα βρεθεί να αποτελεί παράγοντα για αδυναμία διατήρησης μόνιμης στέγης (Lipton, Siegel, Hannigan, Samuels & Baker, 2000; Bebout, 1999).

Εκπαίδευση: Ένα μεγάλο ποσοστό (30%), ανέφερε την πρωτοβάθμια εκπαίδευση, ως το ανώτερο εκπαιδευτικό επίπεδο. Το γεγονός αυτό, συνάδει και με εμπειρικά ευρήματα (Crum, Helzer & Anthony, 1993; Helzer, Burnam, & McEvoy, 1991) που έχουν δείξει ότι υπάρχει σχέση μεταξύ του χαμηλού μορφωτικού επιπέδου και της επιβλαβούς χρήσης αλκοόλ ή και άλλων εξαρτησιογόνων ουσιών. Επιπρόσθετα, κοινωνιολογικές, ψυχολογικές και ψυχιατρικές θεωρίες έχουν τονίσει πως, πολλές φορές, η ανικανότητα των ατόμων να έρθουν αντιμέτωπα με τους κοινωνικούς τους ρόλους (π.χ αδυναμία ολοκλήρωσης βασικής εκπαίδευσης ή χαμηλές εκπαιδευτικές επιδόσεις), οδηγεί σε συμπεριφορικές διαταραχές, όπως είναι και η κατάχρηση ουσιών (Crum, Helzer & Anthony, 1993).

Απασχόληση: Αρκετοί ανέφεραν είτε ότι ήταν άνεργοι (27%), είτε ότι είχαν περιστασιακή εργασία (5%), ενώ μόνο 1 τους 3 ανέφερε σταθερή απασχόληση. Επίσης, ένα σημαντικό ποσοστό (27%) των ατόμων που αιτήθηκαν θεραπείας με κύρια ουσία κατάχρησης το αλκοόλ, ήταν οικονομικά μη ενεργοί (συνταξιούχοι, λάμβαναν βοήθημα, ΑμεΑ, νοικοκυρές). Σε σχετικές έρευνες έχει βρεθεί πως τα άτομα που είχαν τα υψηλότερα επίπεδα κατανάλωσης αλκοόλ ήταν κυρίως άνεργοι (Lee και συν., 1990) και ότι η κατανάλωση ήταν υψηλότερη κατά την πρώτη περίοδο της ανεργίας (Montgomery et al., 1998). Επίσης, εμπειρικά ευρήματα έδειξαν πως, τα άτομα που υιοθετούσαν επικίνδυνες για την υγεία συμπεριφορές (συμπεριλαμβανομένου του καπνίσματος και της υπερβολικής κατανάλωσης αλκοόλ) ήταν πιο πιθανό να είναι άνεργοι, ενώ παράλληλα, βρέθηκε πως η στρεσογόνος διάσταση της ανεργίας, οδηγούσε πιο εύκολα σε συμπεριφορές επιβλαβούς κατανάλωσης αλκοόλ (Montgomery et al., 1998).

ΠΟΤΑ ΠΟΥ ΣΥΝΗΘΩΣ ΚΑΤΑΝΑΛΩΝΟΥΝ ΤΑ ΑΤΟΜΑ ΣΤΗ ΘΕΡΑΠΕΙΑ

- Όπως φαίνεται και στο παρακάτω γράφημα, ανάμεσα στα ποτά που συνήθως κατανάλωναν τα άτομα τα οποία αιτήθηκαν θεραπείας, πρώτο στην προτίμηση ήταν το ούισκι, η βότκα και το κονιάκ και ακολουθούσε η μπύρα, το κρασί και το ούζο ή η ζιβανία.



Κατά μέσο όρο, τα άτομα που αιτήθηκαν θεραπείας, καταναλώναν 13 ποτά κατά τη διάρκεια μιας συνηθισμένης μέρας σε καθημερινή βάση κατά τον τελευταίο μήνα.

ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΙΚΗ ΧΡΗΣΗ ΑΛΚΟΟΛ

ΠΑΡΑΒΑΤΙΚΟΤΗΤΑ

Από τα στοιχεία που δόθηκαν στο Τμήμα Παρακολούθησης / ΕΚΤΕΠΝ από το γραφείο ανάλυσης και στατιστικής, κατά το 2019 έγιναν 80.644 έλεγχοι και καταγγέλθηκαν λόγω υπέρβασης του ανώτατου ορίου οινοπνεύματος 7188 άτομα. Από το σύνολο δηλαδή των ελέγχων που έγιναν, το 9% καταγγέλθηκε.

Το προφίλ των παραβατών είναι, νέοι και μεσήλικες άνδρες μέχρι 39 ετών. Πιο συγκεκριμένα, 8 στους 10 ήταν άνδρες και οι υπόλοιπες γυναίκες. Επίσης, 1 στους 4 ήταν κάτω των 25 ετών και περισσότεροι από τους μισούς (55%) ήταν 25-39 ετών.

Λαμβάνοντας υπόψη και τα δεδομένα του δείκτη αίτησης θεραπείας για το έτος 2019, παρατηρείται μια χρονική ακολουθία στην εξελικτική πορεία των προβληματικών χρηστών αλκοόλ. Πιο συγκεκριμένα φαίνεται ότι τα νεαρά άτομα (<= 25–39 ετών) πιο συχνά εμπλέκονται σε παραβατικές συμπεριφορές, ενώ, φαίνεται να προσεγγίζουν το σύστημα θεραπείας, κυρίως μετά τα 40.

ΘΑΝΑΤΟΙ ΠΟΥ ΠΡΟΚΛΗΘΗΚΑΝ ΑΠΟ ΣΥΝΘΗΚΕΣ ΠΟΥ ΣΧΕΤΙΖΟΝΤΑΙ ΜΕ ΤΗΝ ΚΑΤΑΝΑΛΩΣΗ ΑΛΚΟΟΛ ΣΤΗΝ ΕΥΡΩΠΗ

Έχει υπολογιστεί από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας, ότι στον Ευρωπαϊκό χώρο, το ποσοστό των χαμένων ετών ζωής από πρόωμη θνησιμότητα ή ανικανότητα εξαιτίας του αλκοόλ ανέρχεται στο 7%. Οι εκτιμήσεις αυτές ανάγουν το αλκοόλ ως έναν από τους σημαντικότερους παράγοντες κινδύνου στην Ευρώπη. Οι πιο συχνές αιτίες θανάτου βάσει του ICD-10 που σχετίζονται με το αλκοόλ είναι ο καρκίνος, οι καρδιακές παθήσεις, οι παθήσεις του ήπατος και τα τραύματα.

Αιτίες θανάτου (ICD-10) που σχετίζονται με το αλκοόλ στην Κύπρο. Ο ΠΟΥ (2019) έχει υπολογίσει για την Κύπρο, ότι περίπου κάθε χρόνο πεθαίνουν 52 άτομα από κύρωση του ήπατος και 82 άτομα από καρκίνο ως συνέπειες της κατάχρησης αλκοόλ.

Τροχαία Δυστυχήματα με κύρια αιτία το Αλκοόλ στην Κύπρο: Σε ό,τι αφορά όλα τα θύματα των θανατηφόρων τροχαίων (οδηγούς, συνεπιβάτες και πεζούς) κατά τα προηγούμενα χρόνια, αναφέρονταν κατά μέσο όρο γύρω στους 25 θανάτους. Από το 2013 μειώθηκαν σε επτά, ενώ πρόσφατα στοιχεία δείχνουν ότι παραμένουν σταθεροί (έξι άτομα το 2019). Παρόλα αυτά, σημαντικό είναι το ποσοστό των ατόμων που οδήγησε αφού πρώτα κατανάλωσε πάνω από τρία ποτά, σύμφωνα με την έρευνα γενικού πληθυσμού (ΑΑΕΚ, 2019).

ΑΛΚΟΟΛ ΣΤΟΝ ΜΑΘΗΤΙΚΟ ΠΛΗΘΥΣΜΟ (ESPAD)

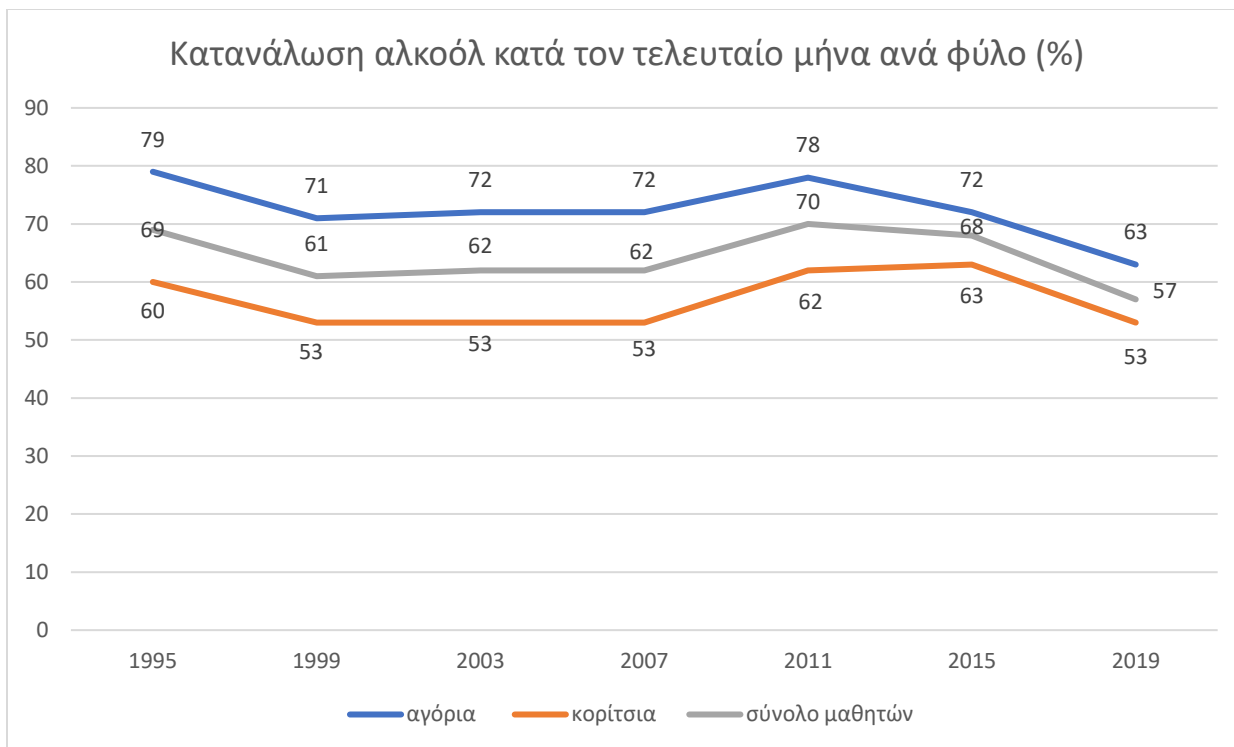
Το Ευρωπαϊκό Πρόγραμμα Ερευνών στον Μαθητικό Πληθυσμό σχετικά με το Αλκοόλ και τα άλλα Ναρκωτικά (ESPAD) διεξάγεται σε μαθητές ηλικίας 16 ετών και κατά το έτος 2019 συμμετείχαν σε αυτό 35 χώρες της Ευρώπης και της ευρύτερης περιοχής. Η έρευνα, διεξάγεται κάθε τέσσερα χρόνια και κατά το έτος 2019 διεξήχθη η έβδομη σειρά της έρευνας.

Συνοπτικά:

Γενικά παρατηρείται μείωση στην κατανάλωση του αλκοόλ από τους μαθητές στην Κύπρο, τόσο στην κατανάλωση κατά τον τελευταίο μήνα, όσο και στην υπέρμετρη κατανάλωση του (5+ αλκοολούχα ποτά σε μια περίπτωση). Παρόλα αυτά, η Κύπρος συνεχίζει να ξεπερνά τον μέσο όρο της έρευνας. Ανησυχία προκαλεί η συχνότητα κατανάλωσης αλκοόλ κατά τον τελευταίο μήνα.

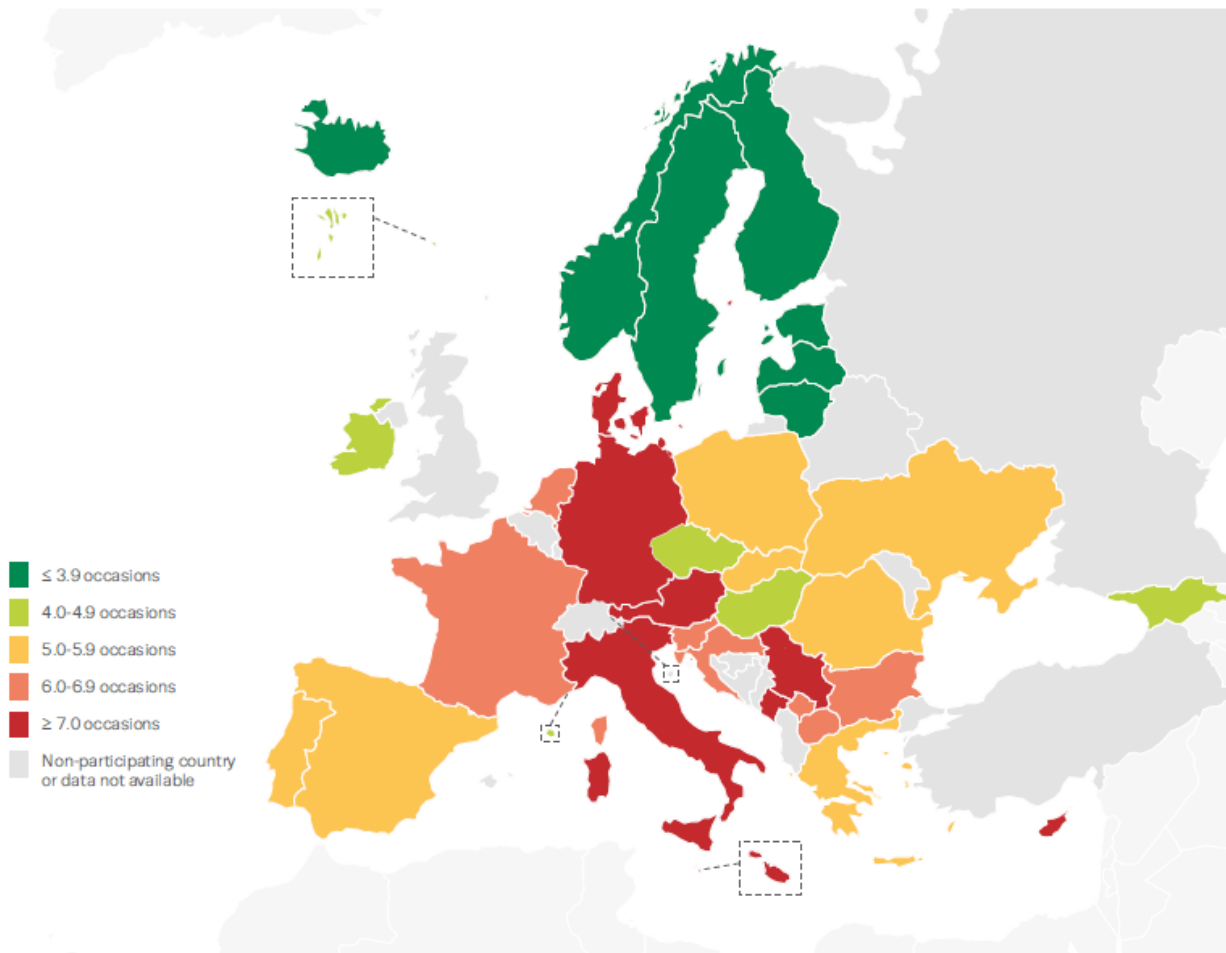
Πιο αναλυτικά:

Όπως απεικονίζεται πιο κάτω, παρατηρείται σημαντική μείωση του στο ποσοστό των μαθητών που ανέφεραν κατανάλωση αλκοόλ κατά τις 30 μέρες και κατά το έτος 2019 η μείωση αυτή αφορά τόσο τα αγόρια, όσο και τα κορίτσια.



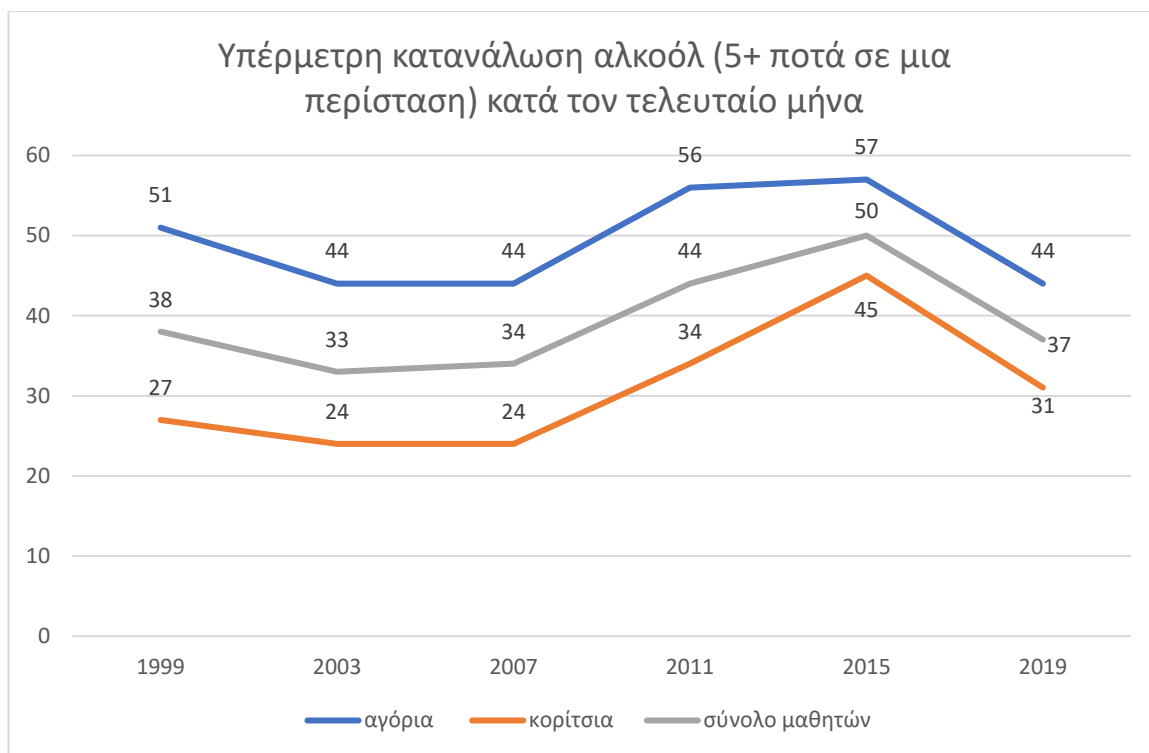
Παρόλα αυτά, το ποσοστό αυτό ξεπερνά κατά 10% τον μέσο όρο της έρευνας, το οποίο ανερχόταν στο 47% του συνόλου των μαθητών.

Ανησυχία προκαλεί και η συχνότητα κατανάλωσης αλκοόλ κατά τον τελευταίο μήνα από τους μαθητές της Κύπρου, όπως απεικονίζεται πιο κάτω.

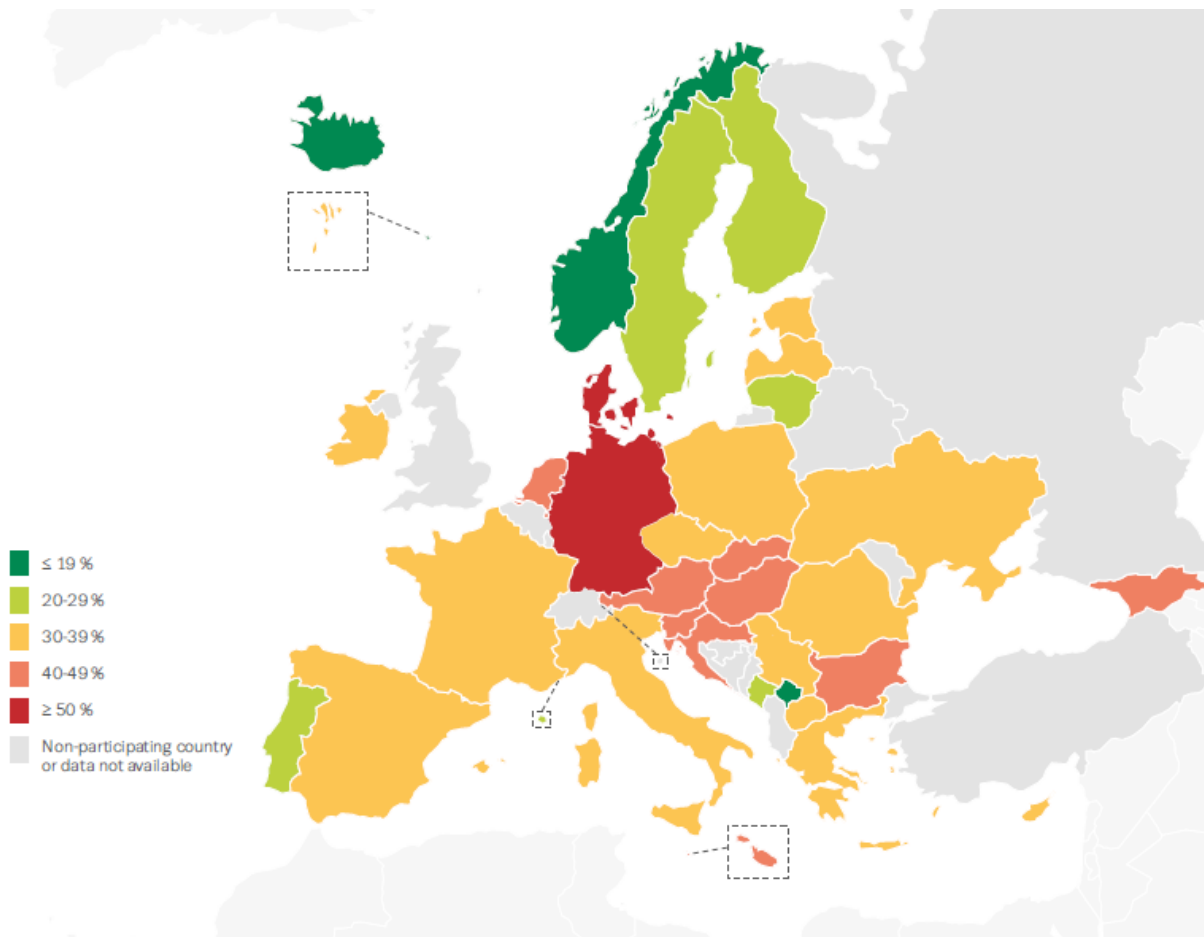


Παρόλα αυτά, αν και οι μαθητές στην Κύπρο φαίνεται να καταναλώνουν αλκοόλ πιο συχνά από τους μαθητές στην Ευρώπη, η μέση ποσότητα αλκοόλ (σε cl καθαρού αλκοόλ) που καταναλώνεται από τους μαθητές την Κύπρο βρίσκεται σε χαμηλότερα ποσοστά από τον μέσο όρο της έρευνας. Επίσης σε ότι αφορά την μέθη κατά τον τελευταίο μήνα, το ποσοστό των μαθητών που ανέφερε τέτοια συμπεριφορά (11%), είναι χαμηλότερο από τον αντίστοιχο μέσο όρο της έρευνας (13%).

Σε ότι αφορά τη υπέρμετρη κατανάλωση αλκοόλ, δηλαδή κατανάλωση πέντε ή περισσότερων ποτών σε μια περίπτωση κατά τον τελευταίο μήνα, όπως φαίνεται πιο κάτω, παρατηρείται σημαντική μείωση αυτού του επικίνδυνου τρόπου κατανάλωσης σε σχέση με την προηγούμενη σειρά της έρευνας, τόσο ανάμεσα στα αγόρια, όσο και ανάμεσα στα κορίτσια.



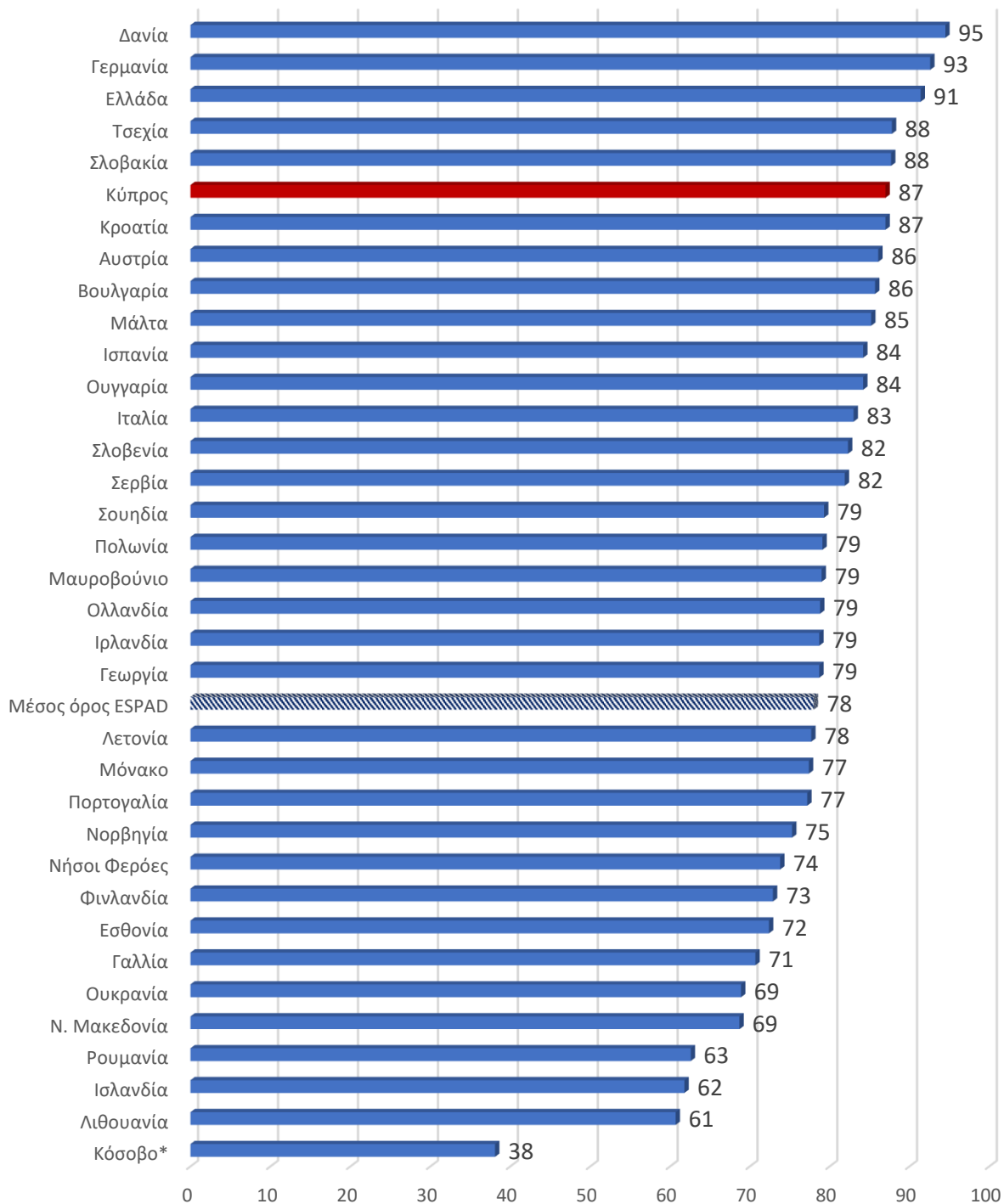
Σε σχέση με άλλες χώρες που συμμετείχαν στην έρευνα, σε ότι αφορά το σύνολο των μαθητών, η Κύπρος βρίσκεται σε μεσαία επίπεδα υπέρμετρης κατανάλωσης αλκοόλ κατά τον τελευταίο μήνα, όπως απεικονίζεται πιο κάτω.



Παρόλα αυτά, η υπέρμετρη κατανάλωση αλκοόλ κατά τον τελευταίο μήνα ανάμεσα στα αγόρια (44%), συνεχίζει να ξεπερνά σημαντικά τον μέσο όρο της έρευνας (36%).

Επίσης, η αντιλαμβανόμενη διαθεσιμότητα του αλκοόλ (ποσοστό μαθητών που θεωρεί εύκολο/πολύ εύκολο να βρουν αλκοόλ), συνεχίζει να βρίσκεται σε πολύ ψηλά επίπεδα σε σχέση με άλλες χώρες και ξεπερνά σημαντικά τον μέσο όρο της έρευνας, όπως απεικονίζεται πιο κάτω.

Ποσοστό μαθητών που θεωρούν εύκολη/ πολύ εύκολη πρόσβαση στο αλκοόλ



ΑΛΚΟΟΛ ΣΤΟΝ ΓΕΝΙΚΟ ΠΛΗΘΥΣΜΟ (Έρευνα Γενικού Πληθυσμού)

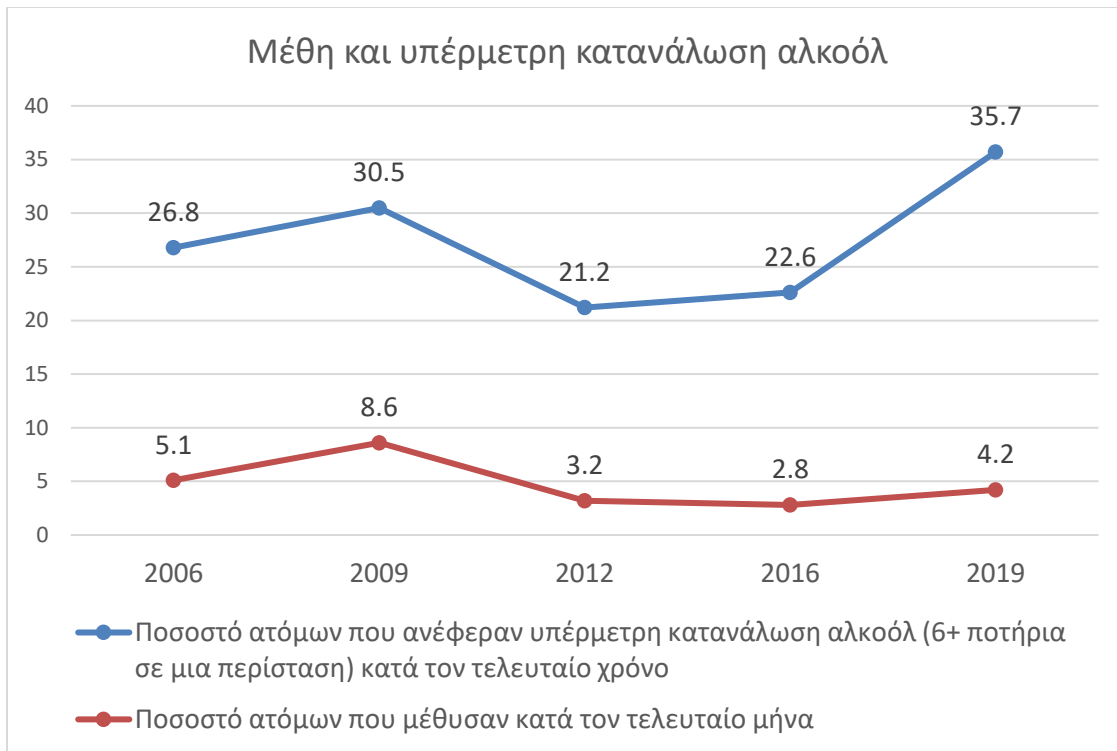
Η έρευνα Γενικού Πληθυσμού στην Κύπρο διεξάγεται κάθε τρία χρόνια. Η πρώτη έρευνα έχει γίνει το 2006, η δεύτερη το 2009, η τρίτη το 2012 και η τέταρτη το 2016. Το 2019 διεξήχθη η πέμπτη στη σειρά έρευνα.

Ο γενικός στόχος της έρευνας είναι η εκτίμηση της χρήσης νόμιμων και παράνομων ψυχοδραστικών ουσιών καθώς και εξαρτητικών συμπεριφορών στο γενικό πληθυσμό ηλικίας 15-64 ετών. Η έρευνα διερευνά, επιπλέον, τις στάσεις και τις αντιλήψεις του πληθυσμού σε θέματα που σχετίζονται με τη χρήση ουσιών.

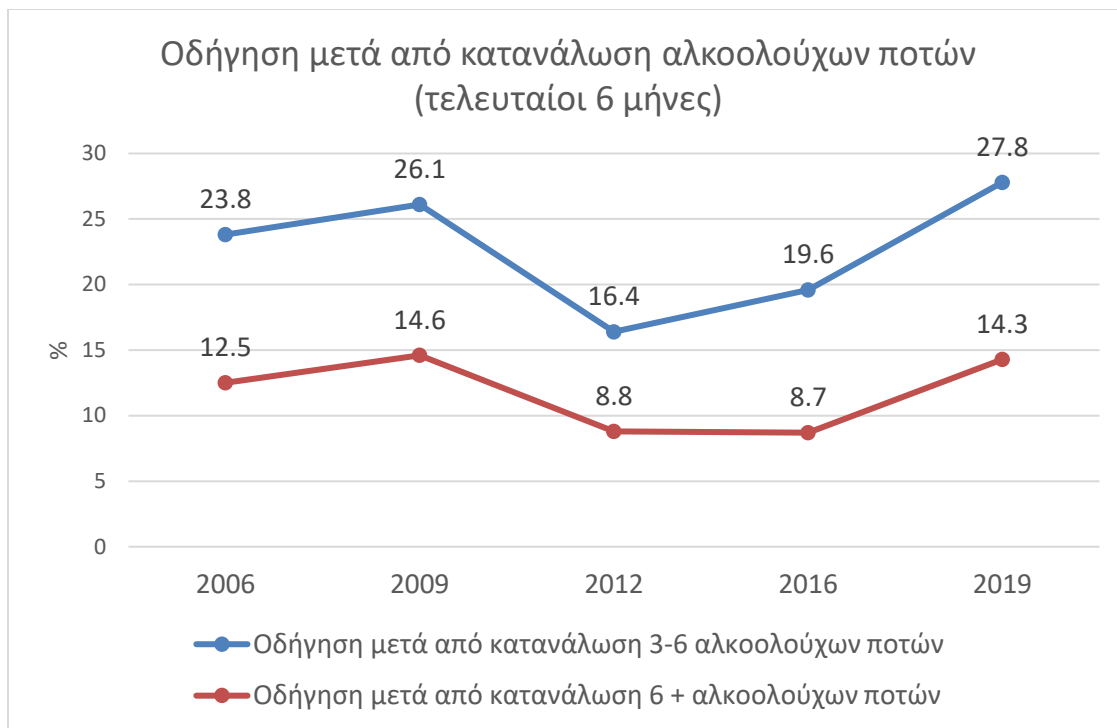
Συνοπτικά: Γενικά, σε σύγκριση με την προηγούμενη σειρά της έρευνας, παρατηρείται αύξηση τόσο στην υπέρμετρη κατανάλωση (κατανάλωση 6+ ποτήρια σε μια περίσταση) όσο και στην μέθη, ενώ παράλληλα αύξηση παρατηρείται και στην οδήγηση μετά από κατανάλωση αλκοόλ.

Πιο αναλυτικά:

- Το 62% έχει καταναλώσει αλκοόλ μέσα στον τελευταίο μήνα, ενώ παρόμοια είναι η εικόνα κατά την προηγούμενη σειρά διεξαγωγής της έρευνας (2016).
- Οι κύριοι λόγοι κατανάλωσης αλκοόλ διαχρονικά παραμένουν οι ίδιοι. Το αλκοόλ καταναλώνεται κυρίως για παρέα με άλλους (82,5%) και ακολούθως για ανέγασμα της διάθεσης (40,2%) και για χαλάρωση (22,6%).
- Το 40,1% αναφέρει ότι έχει μεθύσει τουλάχιστο μία φορά στη ζωή του, ενώ το ποσοστό αυτό δεν διαφοροποιείται από το 2016.
- Η διάμεσος ηλικία πρώτης μέθης ήταν τα 18 έτη. Μεταξύ των ηλικιών 15 και 17 μέθυσε για πρώτη φορά ένα 31,1%, ενώ η πλειοψηφία (64,3%) μέθυσε για πρώτη φορά μετά την ενηλικίωση. Ένα 4,5% όσων έχουν μεθύσει ποτέ στη ζωή τους αναφέρει ότι αυτό έτυχε για πρώτη φορά πριν την ηλικία των 15 ετών.
- Όπως φαίνεται στο πιο κάτω γράφημα, το 4,2% του πληθυσμού ανέφερε μέθη κατά τον τελευταίο μήνα (με τα ψηλότερα ποσοστά να εντοπίζονται στους νέους 15-24 ετών), ενώ πολύ ανησυχητική αύξηση σημειώνεται στην υπέρμετρη κατανάλωση αλκοόλ (6 ή περισσότερα ποτών σε μια περίσταση κατά τον τελευταίο χρόνο).



- Ανάμεσα στα άτομα που είχαν καταναλώσει αλκοόλ κατά τους τελευταίους 6 μήνες, σχεδόν το 28% ανέφερε να είχε οδηγήσει μετά από κατανάλωση 3-6 ποτών, ποσοστό σημαντικά αυξημένο σε σχέση με την προηγούμενη έρευνα, όπως απεικονίζεται πιο κάτω. Ακόμη πιο ανησυχητική αύξηση παρατηρείται στην αναλογία των ατόμων που οδήγησαν μετά από κατανάλωση 6 ή περισσότερων αλκοολούχων ποτών.



- Σε ό,τι αφορά την εξάρτηση από το αλκοόλ, χρησιμοποιώντας το εργαλείο της Rapid Alcohol Problem Screen – «RAPS», εκτιμήθηκε ότι περίπου 4.5% του πληθυσμού είναι εξαρτημένο στο αλκοόλ. Σε σύγκριση με τα προηγούμενα χρόνια παρατηρείται σημαντική αύξηση στην εκτίμηση αυτή (2.5% κατά το έτος 2016 και 3,2% το έτος 2012).
- Όσον αφορά στις αντιλήψεις των Κυπρίων για το αλκοόλ και τις πολιτικές που το συνοδεύουν, βρέθηκε πως σε γενικές γραμμές, είναι έτοιμοι να υποστηρίξουν περιοριστικές πολιτικές που έχουν να κάνουν με πιο αυστηρά μέτρα τροχαίας, περισσότερους ελέγχους άλκοτεστ ενώ θεωρούν ότι τα επιτρεπτά επίπεδα αλκοόλ κατά την οδήγηση πρέπει να είναι όσο το δυνατό πιο αυστηρά. Παράλληλα, η πλειοψηφία συμφωνεί ότι οι δημόσιες αρχές πρέπει να δράσουν ώστε να προστατέψουν τον κόσμο από τις συνέπειες της κατανάλωσης αλκοόλ. Οι απόψεις διχάζονται σε ό,τι αφορά την αύξηση των φόρων αλκοόλ και τη μείωση των σημείων πώλησης σε περίπτωση που διαπιστωθεί ότι γίνεται υπερβολική χρήση. Σε σχέση με την απαγόρευση της διαφήμισης αλκοόλ και την άρση περιορισμών στην εμπορεία αλκοόλ η πλειοψηφία τείνει να διαφωνεί.
- Τέλος, τέσσερις στους δέκα (42,8%) θεωρούν ότι το όριο ηλικίας για αγορά αλκοολούχων ποτών πρέπει να είναι τα 18 χρόνια, ενώ αρκετοί πρότειναν την αύξηση του ορίου στα 20 χρόνια (25,1%).

ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΕΡΕΥΝΑ ΥΓΕΙΑΣ

Από τα στοιχεία της έρευνας φαίνεται ότι η συχνότητα κατανάλωσης αλκοολούχων ποτών στους άνδρες είναι μεγαλύτερη από ότι στις γυναίκες όπου το ποσοστό των γυναικών που δεν κατανάλωσε καθόλου αλκοόλ κατά τη διάρκεια των τελευταίων 12 μηνών ανέρχεται στο 44,2%, ενώ το αντίστοιχο των αντρών είναι μόλις 12,8%.

Σε ό,τι αφορά την κατανάλωση αλκοόλ σε επικίνδυνο βαθμό (hazardous alcohol consumption)¹, ποσοστό 1,2% του πληθυσμού ηλικίας 15 ετών και άνω καταναλώνει αλκοόλ σε επικίνδυνο βαθμό, ενώ το 19,8% καταναλώνει αλκοόλ αλλά όχι σε επικίνδυνο βαθμό και το υπόλοιπο 79,0% καταναλώνει αλκοόλ σε λιγότερο από εβδομαδιαία βάση.

Όπως αναμενόταν, μεγαλύτερα ποσοστά ανδρών (1,8%) καταναλώνουν αλκοόλ σε επικίνδυνο βαθμό σε σύγκριση με τις γυναίκες (0,6%).

Όσον αφορά στη βαριά κατανάλωση αλκοόλ σε μία περίπτωση², πολύ μικρό ποσοστό του πληθυσμού (0,5%) δήλωσε ότι το κάνει καθημερινά ή σε εβδομαδιαία βάση αλλά όχι καθημερινά, ποσοστό 4,4% του πληθυσμού ηλικίας 15 ετών και άνω δήλωσε ότι το κάνει σε μηνιαία βάση αλλά όχι κάθε βδομάδα, 10,8% λιγότερο από 1 φορά το μήνα και 84,3% δεν το έκανε ποτέ στη ζωή του ή ποτέ τους 12 τελευταίους μήνες (Στατιστική Υπηρεσία, 2019).

ΔΕΔΟΜΕΝΑ & ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΕΣ ΔΡΑΣΕΙΣ

Μέσα από την παρούσα έκθεση παρουσιάστηκαν αρκετά δεδομένα από την παρακολούθηση των επιδημιολογικών δεικτών αλλά και από τις έρευνες που διεξάγονται στην Κύπρο και στην Ευρώπη. Έγινε αναφορά για τη συχνότητα χρήσης αλλά και την κατανάλωση αλκοόλ ανάμεσα στο γενικό, νεανικό και μαθητικό πληθυσμό στην Κύπρο.

¹ Κατανάλωση περισσότερων από 20 κατά μέσο όρο γραμμάρια αιθανόλης για τις γυναίκες και περισσότερων από 40 κατά μέσο όρο γραμμάρια αιθανόλης για τους άνδρες ημερησίως.

² Κατάποση περισσότερων από 60 γραμμάρια αιθανόλης σε μία περίπτωση μόνο.

Παράλληλα, παρουσιάστηκαν στοιχεία τα οποία έχουν να κάνουν συγκεκριμένα με τις συνέπειες που προκύπτουν από την προβληματική κατανάλωση αλκοόλ.

Μέσα από την παρούσα έκθεση, αλλά και μέσα από τα δεδομένα που καταγράφηκαν, μπορούν να συνοψιστούν οι παρακάτω προβληματικές περιοχές οι οποίες και αναζητούν άμεση αντιμετώπιση, μέσω εμπειρικά τεκμηριωμένων παρεμβάσεων.

Πρώτο Δεδομένο:

Μέσα από την παρούσα έκθεση εντοπίσαμε πως η προβληματική κατανάλωση αλκοόλ, ξεκινάει από τη μέση και ύστερη εφηβεία και στα πρώτα χρόνια της ενηλικίωσης, που βρίσκει τους νέους στο σχολείο και μετέπειτα, τα αγόρια στο στρατό και τα κορίτσια στις πανεπιστημιακές σπουδές ή στην εργασία.

Δράση:

Θα πρέπει επομένως να δοθεί ιδιαίτερη έμφαση σε δράσεις που έχουν άμεση σχέση με την πρόληψη της προβληματικής κατανάλωσης αλκοόλ ανάμεσα στους μαθητές και τους νέους, ενώ ταυτόχρονα, θα πρέπει να εγκαθιδρυθεί ένας μηχανισμός ο οποίος θα εντοπίζει και θα παραπέμπει τους προβληματικούς νεαρούς χρήστες αλκοόλ από το περιβάλλον στο οποίο βρίσκονται (σχολείο, στρατό, πανεπιστήμιο) στις κατάλληλες υποστηρικτικές δομές, οι οποίες θα πρέπει να προσηλώνονται στις εξατομικευμένες ανάγκες των νεαρών προβληματικών χρηστών αλκοόλ.

Δεύτερο Δεδομένο:

Οι Κύπριοι μαθητές (15-16), μέσα από την παρακολούθηση, φάνηκε πως έχουν εύκολη πρόσβαση στην αγορά αλκοολούχων ποτών, ενώ σημαντικό είναι το γεγονός πως η πρόσβαση των Κυπρίων μαθητών υπερβαίνει το μέσο όρο των άλλων Ευρωπαϊκών χωρών.

Δράση:

Θα πρέπει να γίνουν οι απαραίτητες παρεμβάσεις έτσι ώστε να τηρούνται οι πολιτικές που έχουν να κάνουν με τα ελάχιστα όρια ηλικίας για τη διάθεση του αλκοόλ. Επίσης, θα πρέπει να εφαρμοσθούν δράσεις που να προωθούν τους ελέγχους στα σημεία πώλησης, όπως για παράδειγμα, τους «δοκιμαστικούς αγοραστές οινοπνευματωδών» οι οποίοι θα μπορούσαν να

επισκέπτονται και να ελέγχουν τα σημεία πώλησης και τα μπαρ προκειμένου να εξασφαλίζεται ότι πράγματι τηρείται η ελάχιστη ηλικία διάθεσης αλκοόλ, με βάση τη νομοθεσία.

Τρίτο Δεδομένο:

Έχει βρεθεί πως τα άτομα που συνήθως οδηγούν υπό την επήρεια αλκοόλ, είναι νέοι. Ταυτόχρονα, βρέθηκε πως οι Κύπριοι, σε σύγκριση με άλλους Ευρωπαίους πολίτες, δεν θεωρούν μεγάλο ρίσκο την οδήγηση μετά από κατανάλωση 2 ή περισσότερων ποτών.

Δράση:

Θα πρέπει επομένως να καλλιεργηθεί η κουλτούρα, ότι παραμονεύουν σοβαροί κίνδυνοι από την οδήγηση υπό την επήρεια αλκοόλ, ενώ ταυτόχρονα θα πρέπει να προωθηθεί η ασφαλής νυχτερινή διασκέδαση.

Τέταρτο Δεδομένο:

Παρατηρήθηκε μια χρονική ακολουθία στην εξελικτική πορεία των προβληματικών χρηστών αλκοόλ. Πιο συγκεκριμένα φαίνεται ότι τα νεαρά άτομα πιο συχνά εμπλέκονται σε παραβατικές συμπεριφορές ενώ, φαίνεται να προσεγγίζουν το σύστημα θεραπείας, κυρίως μετά τα 40 (σε αντίθεση με τους χρήστες παράνομων ουσιών που προσεγγίζουν το σύστημα θεραπείας σε νεαρή ηλικία). Επίσης, φάνηκε πως οι περισσότεροι χρήστες που προσεγγίζουν το σύστημα θεραπείας προέρχονται κυρίως από τη Λευκωσία και τη Λάρνακα. Η μεγάλη αντιπροσώπευση στις δύο επαρχίες, ενδεχομένως να οφείλεται στο ότι εκεί στεγάζονται οι δύο μεγαλύτερες δομές (κλινική “Βερεσιέ” & ΘΕ.ΜΕ.Α) όπου προσφέρουν εξειδικευμένες υπηρεσίες για το αλκοόλ.

Δράση:

Επομένως κρίνεται καταρχήν απαραίτητη η εφαρμογή προληπτικών προγραμμάτων έγκαιρης παρέμβασης για τους νέους αλλά ταυτόχρονα και η δημιουργία θεραπευτικών προγραμμάτων που να ανταποκρίνονται στις ιδιαίτερες και εξατομικευμένες ανάγκες των προβληματικών χρηστών αλκοόλ μέσης και τρίτης ηλικίας, με Παγκύπρια γεωγραφική κάλυψη. Επίσης, η μελλοντική δημιουργία άλλων δομών, εξειδικευμένων στη θεραπεία της εξάρτησης από το αλκοόλ, ενδεχομένως να συγκεντρώνει και άλλα άτομα στη θεραπεία, από τις άλλες επαρχίες.

Τα παραπάνω, έτσι όπως καταγράφηκαν από την παρακολούθηση των επιδημιολογικών δεικτών αλλά και των ερευνών που διεξάγονται, συνθέτουν την εικόνα των προτεραιοτήτων για την έγκαιρη αντιμετώπιση της επιβλαβούς χρήσης αλκοόλ.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- ΑΑΕΚ (2019). Παγκύπρια Επισκόπηση Γενικού Πληθυσμού για το κάπνισμα, το αλκοόλ και άλλες ψυχοδραστικές ουσίες. Αρχή Αντιμετώπισης Εξαρτήσεων Κύπρου.
- ESPAD Group (2020), ESPAD Report 2019: Results from the European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs, EMCDDA Joint Publications, Publications Office of the European Union, Luxembourg.
- Στατιστική Υπηρεσία (2019). Ευρωπαϊκή Έρευνα Υγείας. Κυπριακή Δημοκρατία.
- Bebout, R. (1999). 'Housing solutions: the community connections housing program: preventing homelessness by integrating housing and support', *Alcoholism Treatment Quarterly*, vol.17, no.1/2, pp.93-112.
- Crum, R.M., Helzer, J.E. & Anthony, J.C. (1993). Level of Education and Alcohol Abuse and Dependence in Adulthood: A Further Inquiry. *American Journal of Public Health*, 83(6), 830-37.
- Helzer, J.E., Burnam, A., McEvoy, L.T. (1991). Alcohol abuse and dependence. In: Robins LN, Regier DA, eds. *Psychiatric Disorders in America*. New York, NY: The Free Press; 1991:81-115.
- I AS (Institute of Alcohol Studies) (1999). Alcohol and the Elderly. <http://www.ias.org.uk/resources/factsheets/elderly.pdf>
- Lee, A.J., Crombie, I.K., Smith, W.C.S, et al. (1990). Alcohol consumption and unemployment among men: the Scottish Heart Health Study. *British Journal of Addiction*, 85: 1165–1170.
- Lipton, F.R., Siegel, C., Hannigan, A., Samuels, J. and Baker, S. (2000). Tenure in supportive housing for homeless person with severe mental illness. *Psychiatric Services*, (51), 4, pp.479-486.
- Montgomery, S.M., Cook, D.G., Bartley, M.J. και συν. (1998). 'Unemployment, cigarette smoking, alcohol consumption and body weight in young British men. *European Journal of Public Health*, 8:21-27.