

在家戒酒 大哥越戒越糊涂

专家提醒：
出现物质依赖，你需要找专业医生来帮忙



近日，一对年迈的父母非常困惑，为了帮助儿子戒掉酒瘾，两人像看犯人一样轮流看着他，却不想两人的良苦用心竟让儿子在“鬼门关”里走了一遭。专家提醒，对于酒精成瘾的患者来说，戒酒并非“想戒就戒”，而是需要专业医生的帮助。

■刘钰 朱世玲 记者 李皖婷

强行戒酒，大哥却越戒越糊涂

王先生今年40来岁，平日就好喝酒。这段时间由于工作不顺，每日更是醒了就喝，喝醉了就睡，过着“醉生梦死”的日子。

这几天，媳妇一气之下带着孩子回了娘家。王先生年迈的父母一合计，这样下去可不是事，不能眼看着儿子年纪轻轻就钻酒缸里啊。为了帮助儿子戒酒，两人轮流看着他，不让他沾一滴酒。“不让喝，不就自然戒掉了嘛。”老两口的想法很单纯。

没想到刚到第二天晚上，王先生身上就直冒冷汗，还不停讲胡话，一会称家里进了小偷，一会又称好多蛇缠着自己，甚至四肢乱抽。老父母急忙拨打了“120”，王先生被送到安徽省精神卫生中心物质依赖科。

在医院，老母亲非常不解：“医生，我家孩子到底得的是什么病啊？为什么我们给他戒酒，还越戒越糊涂呢？”

戒酒出现幻觉，戒断反应是祸首

物质依赖科主任庞良俊解释，王先生的病就是长期大量喝酒造成的。因为长期大量喝酒，导致身体各器官明显受损，一旦减少或停止饮酒，就会出现明显的心慌、手抖、出大汗等戒断症状，这就是典型的躯体依赖。

“因为患者急着要消除这种不适感，每次喝酒都是咕咚咕咚一瓶酒就下肚了。可是他没有想到，这其实是一个永远也走不出去的怪圈，最终会要了他的命。”

庞良俊介绍，对于长期大量饮酒的人来说，突然断酒是非常危险的。像王先生出现的这种看见蛇、小偷啊，医学上的术语叫“幻觉”，它和四肢抽搐都是戒断导致的癫痫发作。这是一种最严重、易导致死亡的慢性酒精中毒所致戒断反应，一般多发生在持续大量饮酒10~15年以上，突然减酒或断酒后出现。酗酒者停止饮酒的4~24小时内出现早期症状，如焦虑、肢体抖动、乏力、出汗、恶心呕吐、心慌、胸闷和发热等，可有癫痫大发作。

随着病情加重会出现神志不清、站立不稳、入睡困难、烦躁不安和严重的行为紊乱，伴有大量丰富的幻听、幻视、幻触等，通常在停饮后48~96小时达到高峰。之后4~5天症状逐渐减轻或消失。病死率可高达35%，死亡原因包括感染、发热、体液丢失等并发症。

爱喝酒是“病”， 物质依赖还需专业治疗

在接下来的治疗中，医生需要用药物控制王先生目

前的戒断反应，特别是神志不清和幻觉等，要让他完全清醒过来。然后要通过各种仪器检查，了解各个器官损坏严重到什么程度，通常需要保肝、营养神经等治疗。

“等他精神好些的时候，还会安排他参加病房内的康复学习活动，如健康教育、AA戒酒互助会、冥想训练、心理治疗等等，帮助他戒酒，消除他的‘心瘾’。”庞良俊表示，通常一个疗程需要一个半月。

庞良俊提醒酒精依赖患者及其家人，要以科学的眼光看待酒精成瘾的患者，外人眼中长期酗酒的“酒鬼”“酒疯子”，其实是一种病，而不是患者的道德败坏和意志不坚强。光靠患者自己的毅力无法完成戒酒，需要专业医生的帮助。

“自行在家戒酒是非常危险的。很多患者在戒酒过程中会出现戒断反应，严重的会出现像本文提到的王先生一样的严重戒断反应，如不及时处理会发生意外甚至生命危险，必须到专业的医疗机构就诊。”庞良俊说。

不管是否合法，“上瘾”都不是好事

烟、酒、甘草片、止咳糖浆……这些看上去很“日常”的物品，其实都会让人产生物质依赖。在激烈的社会竞争中，许多人处在高压状态下，成瘾物质能够带来特殊的愉悦感，也能暂时解除人的烦恼，这导致非法物质和合法物质成瘾者增多。这些成瘾物质中，都含有对大脑中枢神经起作用的物质，容易让人产生物质依赖。

一项调查显示，这些成瘾物质都会让你减寿，具体来说：每支烟13.8分钟，每剂可卡因5.1小时，每杯酒6.6小时，“溜一次冰”（吸食一次冰毒）11.1小时，每剂美沙酮12.6小时，每剂海洛因22.8小时。

如何判断自己是否物质成瘾？庞良俊表示，如果满足以下四点，就基本可以判断物质成瘾：首先，要看让你“上瘾”的物质是否已经成为你的生活重心；其次，对该物质的需求是否逐渐增加；再次，如果戒掉该物质，你是否会出现不适的躯体和心理反应；最后，要看你是否明知“上瘾”对你有损害还要继续坚持。

“如果连第四点都满足，就说明已经到了疾病阶段，应尽快前往正规医疗机构进行物质依赖治疗。”庞良俊说。

□名词解释

物质依赖，又称物质成瘾，是指长期滥用某种物质后，产生一种心理上与躯体上的强烈而不能克制寻求该种物质的状态，冀以体验重复使用该物质的心理快感，同时避免戒断的躯体不适。前者称为心理依赖，后者称为躯体依赖。

新书推荐

《小小科学家——好玩的液体》



定价：20元
作者：亚历克斯·库斯扣斯基
出版社：安徽科学技术出版社

内容简介：向小读者介绍了液体相关的科学知识，比如说，什么是液体，液体有什么特点，我们身边有哪些液体等。本稿件旨在教会小读者观察科学现象，用科学的方法进行思考，向科学家一样动手实验。

《小小科学家——重力和运动》



定价：20元
作者：亚历克斯·库斯扣斯基
出版社：安徽科学技术出版社

内容简介：主要向小读者介绍了和重力及运动相关的科学知识，比如说，抛出物体时，物体为什么会下落，用弹珠和尺子如何检测重力和存在等。本稿件旨在教会小读者观察科学现象，用科学的方法进行思考，向科学家一样动手实验。



●M.7455男，合肥大型设计院，44岁，1.80米，大学，离单，真诚重情，积极进取，车房俱全。诚觅一位40岁左右，1.63米以上，大专以上，端庄贤惠，形象气质佳，工作稳定的女士缘定终身。

●M.7691男，合肥省直公务员，30岁，1.80米，本科，未婚，英俊进取，品貌佳，车房具备，经济优。期望结识一位28岁左右，专科及以上，温柔善良，肤白苗条的未婚小姐为终身伴侣。

●F.8536女，合肥金融单位，43岁，1.63米，大学，离单，肤白貌美，温柔贤良，经济优越。诚觅一位65岁以下，1.75米左右，专科及以上，品貌修养好且富内涵的先生携手同行。

●F.8799女，合肥大型国企，31岁，1.65米，本科，未育，温柔秀丽肤白，知性典雅。诚觅一位40岁以下，1.72米及以上，品貌端庄，沉稳重情富爱心的先生共度美好人生。

以上征婚信息由安徽爱之桥婚恋中心提供，条件合适的朋友可携本报至爱之桥办公室（三孝口百大CBD中央广场公寓楼2006室），免费安排约见。咨询电话：0551-62839952（崇老师）