



Není žádným tajemstvím, že kolem 10% žen v Evropě požívá alkohol v takové míře, že si zásadním způsobem poškozuji své zdraví. Možná vás napadne, že zdravá psychicky vyrovnaná žena přece nepotřebuje pít alkohol tolik, aby se z ní stala alkoholička a hned vzápětí vám možná začne vrtat v hlavě otázka proč tedy vlastně ženy nadužívají alkohol?

### **Která žena se nejspíše nestane alkoholičkou?**

Je to u žen, které žijí v klidném a sociálně stabilním prostředí, nemají potíže a konflikty v práci, zaměstnání je uspokojuje, dobře vycházejí s manželem a svými rodiči. Pijí opravdu jen příležitostně – na Silvestra, Valentýna, narozeniny a výročí seznámení. Čím méně těchto faktorů není splněno, tím je možná vyšší náklonnost k pití.



### **Kdy se může žena stát alkoholičkou - důvody pití**

Mnohé k tomu přivádí jejich sociální nebo ekonomická situace. Ve chvíli, kdy zůstává matka dvou dětí po rozvodu sama potřebuje nějakou berličku, aby vše zvládala. Pokud jí není oporou pevné rameno muže, nezbyvá, než hledat pomoc jinde – úlevou může být právě alkohol. Ale nehledejme ženy alkoholičky jen mezi rozvedenými nebo svobodnými matkami. Velmi často do této kategorie osob spadají ženy samostatné a úspěšné – např. podnikatelky, lékařky, učitelky, zdravotní sestry nebo celebrity. V populaci alkoholiků zauímají ženy (pro někoho možná překvapivě) asi jednu třetinu. Další dvě třetiny patří mužům.

### **Jak žena k alkoholismu přišla**

Vznik alkoholismu není jednorázová záležitost. Z pijáka se stává alkoholik dle jeho věku a psychosociálních faktorů za různou dobu. U 15letého člověka je to cca. půl roku a více. U dospělého trvá vznik závislosti většinou roky (zhruba od jednoho do 5 let). Ze své praxe znám i ženu ve věku 26 let, která přišla k nám na neurologii v katastrofálně zanedbaném stavu se zlikvidovanými játry a alkoholem poškozeným mozkiem, který se, když to trochu přeženu, změnil v jakousi řídkou tkáň s mrtvými neurony a toho času již i epileptickou aktivitou. Neplatí tedy, že jsou alkoholici jen lidé kolem padesátky! Alkoholismus je věc značně individuální a z výše

uvedeného vyplývá, že čím dříve začne mladá žena pít, tím je vyšší pravděpodobnost vzniku závislosti. Obecně můžeme říct, že závislost na alkoholu se u žen rozvíjí po kratší době pití a menších dávkách alkoholu. Statisticky častěji pijí ženy, jejichž manžel nebo přítel je závislý také na alkoholu. Jako syndrom prázdného hnízda označujeme stav, kdy se potomci odpoutávají od ženy, ta to špatně zvládá a je u ní tak vyšší tendence k rozvoji závislosti.

### Ženské tělo je odlišné

Je potřeba zdůraznit odlišnosti ženského a mužského těla. Ženské tělo má větší zastoupení tuků a má menší játra, nižší obsah vody v těle a méně aktivní alkoholdehydrogenázu v žaludku. Z toho důvodu se žena rychleji opíjí a déle opilá zůstává. Rychleji u ženy po delší době pití dochází k jaterním onemocněním, vysokému krevnímu tlaku. Hrozí také více rakovina prsu, zlomeniny kostí a rozvíjejí se aktivněji duševní onemocnění. Stejně jako u mužů, i u žen se může objevit alkoholická epilepsie v rámci toxicko-nutritivního poškození mozku.

### První příznaky, že „není něco v pořádku“

Prvními známkami je zanedbávání původně dobře udržovaného zevnějšku (oblečení, líčení), nepořádek v bytě, nezvládání výchovy potomků (ztráta mateřského citění). Žena skrývající alkohol v bytě (domě) záměrně nenechává manžela ani své děti uklízet, aby nenašli skrytý alkohol.

### Specifika chování ženy alkoholičky

Ženy alkoholičky se mnohem více snaží svůj návyk tajit a tutlat. Pijí velmi často v soukromí svého obydlí. Vyplývá to, že ženské pití je mnohem méně ve společnosti tolerováno a na ženu pijící alkohol je jinak pohlíženo než na muže.

Pokud manžel najde alkohol (nebo důkaz o závislosti) a chce se s ženou rozvést, ta jej paranoidně podezírá (často předstíraně), že má jinou, mladší ženu nebo se snaží jinak svést myšlenky svého okolí (děti, známí). Jednoduše řečeno psychicky vydírá. Mohou se objevit také stavy pláče, naříkání, útky z domova a vyhrožování sebevraždou. Manžel však nesmí nátlaku podlehnout a může ofenzivně pohrozit rozvodem. Toto jediné ultimátum je bohužel na ženu účinné. Pokud by k rozvodu došlo, soud by měl děti předat do péče otci.

V terminální fázi alkoholismu, kdy je již duše ženy degradována, se už nestydí pít ani na veřejnosti, mentálně a citově zcela degraduje, může být vulgární, zesměšňuje přítomné osoby, nejvíce pak manžela. Ženy alkoholičky se častěji chovají hystericky.

Na rozdíl od mužů mají méně často problémy s dodržováním zákona. Ženy poměrně často kombinují alkohol s tlumivými léky, hypnotiky a analgetiky. Proto jsou pro ně tyto léky zvláště nebezpečné a měly by se jim předepisovat jen po důkladném zvážení lékaře.

### Není pozdě

Je mnoho žen, které se svou závislostí začaly bojovat a vyhrály! Téměř nikdy není pozdě začít s touto nemocí něco dělat. Je to cesta dlouhá, ale pro další život zásadní. Překážkou někdy je nedostatečné pochopení od blízkých nebo nezaopatření dětí po dobu léčby. Je však nutné zabývat se tím, že svým alkoholismem může žena mnoho ztratit – práci, přátele a to nejcennější – náklonnost rodiny, která se za ni může začít stydět a zatracovat ji. Poté se totiž žena může dostat do bludného kruhu, ze kterého se již nevyvázne se zdravou kůží – s alkoholem to nejde, ale bez alkoholu také ne – alkohol se stává berličkou již napořád.

**Související odkaz:**

[Rodina alkoholika a její přístup k závislému](#)

[PhDr. Ladislav Csémy, MUDr. Václav Dvořák a jejich poznatky o alkoholismu žen](#)