



Prawdopodobieństwo uzależnienia od alkoholu jest większe wśród osób, które w młodszym wieku rozpoczną jego spożywanie. Odpowiednio wczesna interwencja może skutecznie obniżyć ryzyko uzależnienia. To jednak kosztowne - znacznie bardziej opłacalna byłaby odpowiednia profilaktyka. Zwłaszcza skierowana do grupy młodzieży w wieku 17-25 lat.

Szacuje się, że spożywanie alkoholu to przyczyna 3,7% całkowitego ciężaru chorób i urazów na całym świecie. Przedział ryzyka rozpoczęcia używania alkoholu rozpoczyna się typowo w okresie dojrzewania i często przechodzi od eksperymentowania z alkoholem do regularnego używania. Z badań wynika, że wczesne używanie jest silnym predyktorem późniejszej progresji do zaburzeń związanych z używaniem alkoholu. Dlatego Światowa Organizacja Zdrowia zaleca, aby badania przesiewowe i krótkie interwencje były częścią rutynowej opieki zdrowotnej w grupie młodzieży.

Badania przesiewowe miałyby obejmować zastosowanie łatwych do zastosowania narzędzi, które mogą pomóc określić poziom zaangażowania danej osoby w spożywanie alkoholu, wykryć ryzykowne i szkodliwe wzorce picia oraz pomóc klinicytom w skutecznym monitorowaniu postępów danej osoby w czasie.

Pojawiły się więc próby opracowania algorytmów ryzyka uzależnienia w grupie młodzieży w odniesieniu do początku zaburzeń związanych z używaniem substancji w okresach rozciągających się na dorosłość. Wyniki wskazują, że początek zaburzeń związanych z używaniem substancji w wieku 30 lat można przewidzieć z dużą lub dobrą dokładnością, korzystając z informacji socjodemograficznych, klinicznych i środowiskowych uzyskanych przed ukończeniem 18. roku życia.

Analizie poddano dane zebrane w 13 krajach na przestrzeni lat 2001-2015. Miało ono na celu opracowanie i wewnętrzną weryfikację wstępnych modeli prognostycznych do przewidywania początku uzależnienia we wczesnej dorosłości wśród młodzieży. Wzięto pod uwagę zmienne demograficzne, dotyczące zdrowia psychicznego oraz zmienne

kontekstowe/środowiskowe.

Analizie poddano osoby, które w czasie przeprowadzania wywiadu miały co najmniej 25 lat i retrospektywnie zgłosiły rozpoczęcie regularnego używania alkoholu przed ukończeniem 17. roku życia. Początek uzależnienia oceniano jako wiek, w którym respondent po raz pierwszy doświadczył co najmniej trzech objawów związanych z zaburzeniem w tym samym roku. Wybrano granicę 17 lat, ponieważ wskazywała ona na wczesne i przyspieszone zaangażowanie w używanie alkoholu, a także wiązała się ze zwiększonym ryzykiem uzależnienia w stosunku do późniejszego rozpoczęcia regularnego picia i była niższa niż wiek legalnego spożywania alkoholu w większości włączonych do badania krajów. Na podstawie tych danych opracowano model predykcyjny.

Oceniono łącznie 59 predyktorów w czterech kategoriach klas.

1. Socjodemografia
2. Wzór używania alkoholu - Zmienne ciągłe zostały zdefiniowane tak, aby reprezentowały wiek pierwszego użycia alkoholu oraz liczbę lat od początku używania alkoholu do regularnego picia.
3. Historia wcześniejszych zaburzeń psychicznych. Obejmowały one wskaźniki uogólnionych zaburzeń lękowych, lęku napadowego, depresji i szeroko pojętej choroby afektywnej dwubiegunowej.
4. Traumatyczne przeżycia. Pojawiło się 26 różnych doświadczeń traumatycznych, między innymi przemoc domowa, w relacjach seksualnych czy urazy.

Łącznie 41 787 respondentów wzięło udział w dwuczęściowym badaniu i wypełniło sekcje dotyczące spożywania alkoholu. Spośród 10 687 osób, które w momencie przeprowadzania wywiadu miały co najmniej 25 lat i zgłosiły regularne picie alkoholu przed ukończeniem 17 r.ż., 791 (5,1%) zgłosiło, iż alkohol w wieku 17 lat spożywało już regularnie.

Ważnymi czynnikami zwiększonego ryzyka były wczesny [wiek inicjacji alkoholowej](#), płeć męska, wyższe spożycie alkoholu w danej grupie wiekowej i większa ilość zaburzeń psychicznych.

Algorytm ryzyka można stworzyć na podstawie danych zebranych na początku regularnego spożywania alkoholu, aby skierować go do młodzieży o najwyższym ryzyku uzależnienia od alkoholu we wczesnej dorosłości. Opracowanie go ma szansę być wsparciem przy wdrażaniu odpowiedniej profilaktyki.

Źródło:

[„Development and evaluation of a risk algorithm predicting alcohol dependence after early onset of regular alcohol use,,](#) Addiction, 2023