



أضرار الكحول فى أرقام
الأستاذ الدكتور/ محمود محمد عبد الرحمن
قسم الفارماكولوجى - كلية الطب - جامعة أسيوط

إن الأرقام لا تكذب .. ذلك لأن خير تعبير عن موضوع ما أو مشكلة ما هو أن تستخدم لغة الأرقام ، خصوصاً عندما تكون هذه الأرقام قد تم الحصول عليها من مصادر موثوق بها، مصادر علمية عالمية أو محلية ، لأن هذه الأرقام ما هى إلا نتاج دراسات مستفيضة أجريت على موضوع ما ، وفى النهاية يتم صياغة هذه الدراسات فى صورة أرقام .

عزيزى القارئ ، وهذه بعض الأرقام التى قمت بتجميعها عن الكحول من مصادر علمية متنوعة ، والتى ستعطيك معلومة سهلة وسريعة وبسيطة عن نواحى مختلفة للكحول، متمثلة فى تاريخ الكحول ، وبائيات الكحول ، نسبة الكحول فى بعض المشروبات الكحولية، مسار الكحول فى جسم الإنسان، التركيز السام والقاتل للكحول فى الدم ، الآثار الصحية والاجتماعية والاقتصادية للإفراط فى تعاطى الكحول، نسبة حوادث الطرق والوفيات فى متعاطى ومدمنى الكحول، فرص نجاح علاج الشخص الكحولى ، الإنتاج التجارى للمشروبات الكحولية فى العام على مستوى بعض الأقطار، حجم مشكلته تعاطى الكحول فى بعض بلدان العالم ، هذا بالإضافة إلى مساحة ووقت الدعاية للمشروبات الكحولية فى وسائل الإعلام المختلفة .

تاريخ الكحول فى أرقام :

لقد اعتبر منذ قديم الزمان إن الكحول هو الدواء رقم (١) فى العالم إذ تم استخدامه فى تخفيف الآلام ، وتطهير الجروح وكفاتح للشهية ، وفى علاج بعض أمراض القلب .
- عرفت البشرية الكحول والمشروبات الكحولية خاصة النبيذ منذ حوالى ٤٠٠٠ عام .
- وجد اسم النبيذ مدوناً على ألواح من الفخار يرجع تاريخها إلى عام ٢٢٠٠ قبل الميلاد .

وبائيات الكحول :

- هناك ٤٠ مليون مواطن من الاتحاد السوفيتى الأسبق يدمنون تناول الخمر .

- إن معدل انتشار تعاطى الكحول بين الرجال يصل إلى حوالى ٣٠٠% من معدل تناوله بين السيدات.
- أكدت الإحصائيات على أن ٥٦% من طلاب المدارس الثانوية الأمريكية يقبلون على تعاطى الخمر قبل التحاقهم بالمرحلة الثانوية.
- إن جمهورية جنوب أفريقيا البالغ تعداد سكانها حوالى ٣٠ مليون نسمة بها حوالى ٣٠٠,٠٠٠ مدمن خمر.
- تظهر الإحصائيات فى جنوب أفريقيا أن عدد مدمنى الخمر بين الملونين [خليط أو هجين من الجنسين الأسود والأبيض] ، وهو ما يمثل قرابة ٥ أضعاف عدد مدمنى الخمر ضمن أى جنس آخر من الأجناس الموجودة فى هذا البلد .
- يوجد فى الولايات المتحدة الأمريكية ١١ مليون من مدمنى الخمر Alcoholic addicts ، وحوالى ٤٤ مليون من المفرطين فى شرب الخمر Heavy drinkers .
- يوجد حوالى ٢-٣% من سكان ألمانيا مدمنون للخمر.
- فى ألمانيا أثبتت الدراسات إن هناك زيادة مضطرة فى نسبة إدمان المشروبات الكحولية بين السيدات عنها فى الرجال ، وفى عام ١٩٦٨ كانت نسبة المدمنين متساوية بين الذكور والإناث ، وفى عام ١٩٧١ ارتفعت النسبة من ١ إلى ٥ ، وفى عام ١٩٧٥ ارتفعت من ١ إلى ٧.

نسبة الكحول فى بعض المشروبات الكحولية :

يحتوى الويسكى على نسبة ٤٤-٥٥% من الكحول الإيثيلى ، ويحتوى النبيذ على نسبة متوسطة من الكحول تصل إلى ٢٠% ، أما البيرة فتحتوى على نسبة ضئيلة من الكحول تصل إلى حوالى ٧% .

مسار الكحول فى الجسم:

- الوقت الذى يصل فيه الكحول المأخوذ عن طريق الفم إلى أقصى تركيز له فى الدم يكون بعد حوالى من ٣٠-٩٠ دقيقة .
- حوالى من ٩٠-٩٨% من كميته الكحول التى تصل إلى الدم يتم أكسدتها ، ويصوره كاملة إلى ماء وثانى أكسيد الكربون وطاقة ، وقدرة الكحول على إمداد الجسم بالطاقة هى التى

تشجع بعض الأوروبيين والأمريكان إلى تناول كميات قليلة من الكحول لتفادي برودة الطقس هناك.

- وجد في الأشخاص البالغين إن متوسط أو معدل أكسدة الكحول في الجسم يصل إلى حوالي ١٢٠ مجم لكل كيلو جرام من وزن جسم الإنسان في الساعة الواحدة أو ما يعادل أكسده ٣٠ ملليمتر كل ٣ ساعات.
- كميته الطاقة المنطلقة من أكسدة جراماً واحداً من مادة الكحول تساوي تقريباً ٧ كيلو كالورى [أى ٧٠٠٠ سعر حرارى].
- تركيز الكحول في هواء الزفير يكون مساوياً ٠,٠٥% من تركيزه في الدم.
- تركيز الكحول في البول يكون مساوياً تقريباً لـ ١٣٠% من تركيزه في الدم.
- وجد أن شرب الكحول على معدة خالية من الطعام يقلل من سرعة أكسدته بالكبد إلى درجه تصل إلى ٥٠%.

التركيز السام والمميت للكحول في الجسم:

- يمكن اعتبار الشخص الذى يصل تركيز الكحول في دمه إلى ١٠٠ مجم أو اكثر لكل ١٠٠ ميلليمتر من الدم قد وقع تحت التأثير السام لمادة الكحول .
- تصل الجرعة المميتة من الكحول النقى في الأشخاص البالغين الأصحاء من غير متعاطى الكحول إلى حوالي ٣٠٠-٤٠٠ ميلليمتر أو ما يساوى تركيزاً من الكحول في الدم مقداره ٥٠٠ مجم لكل ١٠٠ ميلليمتر من الدم .
- في الأطفال فإن الجرعة المميتة من الكحول النقى تصل إلى ١ ميلليمتر لكل كيلو جرام من وزن الطفل.

الآثار الصحية للكحول :

- تقدر نسبة الإصابة بالصرع بين مدمنى الخمور بحوالى ١٠% من مجموع متعاطى الخمور.
- الإفراط في تناول الكحول هو السبب في حوالى ١٥% من حالات الانتحار.
- ثبت أن ٢٢% من الأمريكان الذين يذهبون إلى المصحات العقلية يرجع إلى انغماسهم في تناول المشروبات الكحولية .

- لا تظهر الآثار الطبية شديدة الضرر مثل تليف الكبد على الأفراد المتعاطين للكحول إلا بعد مرور فترة زمنية طويلة قد تصل إلى حوالي ٢٠ عاماً من بدء التعاطي .
- فى بعض دول البحر الكاريبى [مثل ترينيداد وتابوباجو] ، وجد أن حوالي ٤٧% من جميع حالات المرضى الذكور مرجعها إلى إدمان الحكوليات .
- وجد أن ١ من كل ٤ مواطنين فى ألمانيا يعانى من مرض فى الكبد بسبب تناول الكحول.
- أكدت الدراسات التى أجريت فى ألمانيا أن حوالي من ٣٠-٤٠% من أمراض الكبد يقبع وراءها تناول المشروبات الكحولية.
- يؤدى إدمان الخمر إلى حدوث تليف فى الكبد فى نسبة تتأرجح ما بين ٣٠ إلى ٥٠% من حالات التعاطي المزمن للكحول .

الكحول وزيادة معدلات الوفيات:

- تؤكد الأرقام أن هناك مليون مواطن من الاتحاد السوفيتى السابق يموتون سنوياً من شرب الفودكا ، وهو أحد أهم المشروبات الكحولية سوفيتية الصنع .
- أكدت الدراسات على أن حوالي ٤٢% من حالات الوفاة بسبب حوادث السيارات فى الولايات المتحدة الأمريكية تحدث نتيجة تناول الخمر .
- أثبتت الدراسات العلمية والبحثية أن تعاطي الكحول يدمر من البشر ما يفوق ما تفعله المجاعة فى منطقته الساحل الأفريقى بعدة ملايين ، ويصل عدد المدمنين فى بعض دول أفريقيا ، أو بلدان العالم الثالث ما يماثل عدد سكان المدن الكبرى بها .
- أكدت البحوث التى أجريت فى ألمانيا إن إدمان الكحول يؤدى إلى انخفاض متوسط عمر المدمن حوالي ٥ سنوات.

آثار الكحول على كيان المجتمع :

- هناك حوالي ٥٠% من مدمنى الخمر هم ممن يعانون من مشكلات الطلاق أو الانفصال.
- حوالي ٥٠% من جرائم العنف تتم تحت تأثير حاله السكر التى يحدثها تناول المشروبات الكحولية.
- أثبتت الإحصائيات أن حوالي ٥٠% من المسجونين يعانون من مشكلات تناول المشروبات الكحولية.

- تعاطى الخمر هو المسئول عن حوالي ٥% من حالات الطلاق في الاتحاد السوفيتي الأسبق.
 - وجد أن ٦٢% من المواطنين الأمريكيين الذين أدينوا في جرائم اعتداء على الآخرين كانوا واقعين تحت تأثير المشروبات الكحولية أثناء ارتكابهم لجرائمهم.
 - وجد أن تناول الخمر في جنوب أفريقيا هو السبب وراء ٧٠% من حالات الطلاق والأسر المنهارة.
 - ٥٠% من مرتكبي الجرائم في ألمانيا ، فعلوا جرائمهم ، وهم تحت تأثير الخمر.
 - المؤشرات الإحصائية في ألمانيا تشير إلى أن معدل ارتكاب حالات الانتحار يكون ١٢ مرة أكثر في مدمني الخمر مقارنة بمعدلات الانتحار بين المواطنين العاديين.
- الكحول وحوادث المركبات :**

- الشخص الذي يكون تركيز الكحول في دمه ١٠٠-١٥٠ مجم لكل ١٠٠ ميلليمتر يمكنه إحداث حوادث سيارات من ٧-٢٥ مرة عن نظيره الخالي جسمه من الكحول .
- لمنع حدوث أو وقوع حوادث السيارات للأفراد المتعاطين للمشروبات الكحولية فإنه على الفرد المتعاطي لكأس [٣٠ ميلليمتر] أو كأسين [٦٠ ميلليمتر] من الويسكي أن ينتظر فترة ساعة قبل أن يبدأ في قيادة سيارته لأن ذلك سوف يقلل من مستوى الكحول في الدم إلى قيمه أقل من ٥٠ مجم لكل ١٠٠ ميلليمتر دم.
- لقد أكدت الدراسات على أن ١ من كل ٣ سائقين يموتون في حوادث السيارات بسبب الإفراط في تناول الكحول.
- دلت نتائج الدراسات التي أجريت في فرنسا على أن ٩٠% من حوادث السيارات تنشأ من تعاطى الخمر.
- في بعض دول البحر الكاريبي [ترينيداد] وجد أن ما لا يقل عن ٧٠% من حوادث الطرق يمكن أن تعزى إلى تناول الكحول ، كذلك فإن القدرة على شراء الكحول هي العامل الرئيسي الذي يحدد عدد الحوادث.
- أجريت دراسة في بريطانيا عام ١٩٨٦ مؤداها أن هناك حوالي ١١٠٠ من أصل ٥٥٠٠ حالة وفاه ناجمة عن حوادث الطرق في المملكة المتحدة سببها أن سائقي السيارات كانوا تحت تأثير الخمر.

- فى مدينه كوفنترى بالمملكة المتحدة وجد أن حوالى ١٠% من الإصابات فى حوادث الطرق بالمدينة لها صلة بتعاطى الخمر.
- فى دراسة أجريت فى أوربا ثبت أن متوسط العمر المتوقع بين الأشخاص الذين تتراوح أعمارهم بين ١٥-٢٤ عاماً أخذ يتناقص بسبب القيادة تحت تأثير الخمر.
- فى إحدى المدن البريطانية اعترف حوالى ١٥% من بين أصحاب رخص قيادة السيارات أنهم كانوا تحت تأثير الخمر أثناء القيادة خلال عام ١٩٨٦.
- هناك توقعات تشير إلى أنه ما لم تؤخذ تدابير للتقليل أو الحيلولة دون القيادة تحت تأثير الخمر، فإن أكثر من ١٠٠٠ حالة وفاة سوف تحدث سنوياً بسبب سائقى السيارات السكارى فى المملكة المتحدة مستقبلاً .
- تكلف الخمر جنوب أفريقيا ٥٠٠ مليون راندا - هى العملة الرسمية فى جنوب أفريقيا وتوازي دولاراً أمريكياً واحداً - سنوياً بسبب حوادث الطريق والأسر المنهارة والأنفس الضائعة .
- حوالى ٢٠% من حوادث العمل فى ألمانيا كان السبب فيها هو تناول المشروبات الكحولية.

الكحول والآثار الاقتصادية :

- فى عام ١٩٨١ اندلع ٣٩ ألف حريق فى مصانع الاتحاد السوفيتى السابق ، وذلك بسبب حالات السكر التى يقع فيها عمال الاتحاد السوفيتى نتيجة لتناول المشروبات الكحولية.
- تشير الدراسات التى أجريت فى الاتحاد السوفيتى السابق على أن ٩٨% من العمال السوفيت يذهبون إلى أعمالهم وهم سكارى من تناول المشروبات الكحولية ، الأمر الذى يؤدى إلى الإهمال فى العمل.
- تمثل الصادرات من المشروبات الكحولية فى بعض البلدان كالمملكة المتحدة وفرنسا نسبة عالية من مجموع التجارة الخارجية فقيمة صادرات المملكة المتحدة من المشروبات الكحولية ٨٨١ مليون جنيه استرلينى أى حوالى ٢% من قيمه تجاره تصدير البلاد.
- السود فى جنوب أفريقيا ينفقون ١٠٠٠ مليون رندا سنوياً ، وهو ما يوازي ٩٠ راندا لكل شخص فى سن السادسة عشرة أو ما يزيد أو بما يوازي ٢,٧ مليون راندا فى اليوم الواحد، وهذه المبلغ - ١٠٠٠ مليون راندا- يكفى لإطعام ٥٠٠.٠٠٠ شخص أسود يموتون سنوياً بسبب الجوع والإصابة ببعض الأمراض .

- تكاليف علاج إدمان الكحول في ألمانيا تصل إلى ٤٠ مليار مارك سنوياً .

مدى استجابة مدمن الكحول للعلاج :

- هناك حوالي ٣٠% من مدمني الكحول الذين يتم علاجهم من الإدمان يحتمل أن لا يعودوا للإدمان مرة ثانية ، وهناك حوالي ٣٠% آخرون قابلون للتحسن بعد العلاج مع احتمال حدوث انتكاس لهم في خلال عدة أسابيع من تركهم للعلاج.

وقت ومساحة الدعاية للمشروبات الكحولية في وسائل الإعلام العالمية المختلفة :

- للأسف الشديد فإن وسائل الإعلام لم تسجل أية إعلانات مناهضة لبيع الخمر، ولكن هناك دائماً إعلانات مروجة للبيرة الخالية من الكحول ، أي بنسبة ٤,٩% من مجموع إعلانات المشروبات الكحولية.

- وجد في ٢٤٧ من الفترات الإعلانية الفاصلة بين البرامج ، أن هناك في المتوسط ما يزيد على ٥ إعلانات للفترة الواحدة . وكانت نسبة ٣٥,٢% من هذه الفترات تفتح بإعلانات مروجة لبيع الخمر.

- كانت إعلانات الخمر طويلة نسبياً عن غيرها من الإعلانات ، وتستغرق ٢٨,١ ثانية في المتوسط مقابل ١٩,٥ ثانية للإعلانات الأخرى .

إحصائيات عن الخمر بالمملكة المتحدة :

الأرقام أو الإحصائيات التالية أمكن الحصول عليها من دراسة أجريت في المملكة المتحدة وعن الترويج أو الإعلان للخمر في قناتي التلفزيون التجاريين في المملكة المتحدة ، أمكن الوصول إلى النتائج التالية في دراسة أجراها روجر بارثون عام ١٩٨٧ .

- من مجموع ١٢٥٨ إعلاناً من الإعلانات المذاعة ، كان هناك ١٥٦ من هذه الإعلانات تروج للخمر أي بنسبه ١٢,٤% في المتوسط.

- كانت نسبة الإعلان للخمور فى شهر ديسمبر حوالى ١٦,٨ ٪ ، ولكنها لم تتجاوز ٨,٩ ٪ فى شهرى نوفمبر ويناير ، وقد ازدادت نسبة الإعلان إلى ٢٢,٦ ٪ فى الفترة من ١٥-٢٣ من شهر ديسمبر (قبل أيام أعياد الميلاد).
- هناك حوالى ٤٣ ٪ من الأطفال فى الأسر المالكة لأجهزة التلفزيون فى المملكة المتحدة، كانت الإعلانات المفضلة لدى ١٠ ٪ من هؤلاء الأطفال هى إعلانات عن مشروب البيرة، وهذا يعنى أن إعلانات الخمور تشجع الصغار على الشرب.

الإنتاج التجارى الكحول على المستوى العالمى والدولى :

- ارتفع الإنتاج التجارى العالمى من الكحول بنسبة ٥٠ ٪ فيما بين عامى ١٩٦٥ و ١٩٨٠ ، بينما ارتفع متوسط الإنتاج من المشروبات الكحولية بنسبه حوالى ١٥ ٪.
- بلغ نصيب أكبر عشرة بلدان - هى بلاد أوريية تشتهر بزراعة الكروم - منتجة للنبيذ ٨٤ ٪ من الإنتاج العالمى فى عام ١٩٦٥ ، بينما انخفض هذا الإنتاج إلى حوالى ٧٩ ٪ فى عام ١٩٨٠ .
- لقد ارتفع الإنتاج التجارى من البيرة والنبيذ فى البلدان النامية بمقدار ٦٦ ٪ فى حين أن الإنتاج الفردى قد ارتفع فقط إلى حوالى ٣٣ ٪.
- فى النرويج ، حوالى ٢٠ ٪ من الاستهلاك الكلى للكحول يأتى من مصادر غير تجارية ويحتمل أن تكون نسبة الإنتاج الغير تجارى من الكحول أعلى فى بلدان نامية كثيرة.
- عدد الشركات المتعددة الجنسيات ، والتي تعتبر مجال نشاطها الرئيسى هو إنتاج المشروبات الكحولية لا يتجاوز ١٤ شركة (هو عدد ضئيل) من مجموع الشركات الكبرى، ولكن للأسف الشديد فإن هذه الشركات تعتبر شركات قوية جداً ذلك لأنها تستثمر حوالى ١٧٠ ملياراً من الدولارات .
- فرض ضرائب على إنتاج الكحول فى الولايات المتحدة الأمريكية أدى إلى هبوط إنتاجه بحوالى ١٠ ٪ . ويبلغ استهلاك الفرد السنوى من الكحول حالياً حوالى ١١ لتراً ، بينما بلغ ٢٦ لتراً فى عام ١٨١٠ ، وفى الوقت الذى ينخفض فيه استهلاك الكحول فى الولايات المتحدة ، فإن استهلاكه يزيد فى عدد من بلدان العالم النامى فعلى سبيل المثال يصل استهلاك الفرد السنوى من الكحول فى سوازيلاند حوالى ٢٠ لتراً سنوياً .

- أدى إنشاء مصانع ضخمة للبيرة في عدد من البلدان الأفريقية وغيرها من بلدان العالم الثالث إلى زيادة استهلاك الكحول ، وقد بلغت هذه الزيادة أضعاف الاستهلاك منذ عشر سنوات أو عشرين سنة.
- زاد فائض النبيذ في السنوات الأخيرة في دول المجموعة الأوربية زيادة تتراوح بين ٢,٥ إلى ٣ مليار لتر في العام ، ومن الطريف أن هذه الزيادة في إنتاج النبيذ تكفي لملاء ٢٤٠٠ حمام سباحة أولمبي.

المراجع :

- ١- مدمنون ومدمنات ... قصص وحكايات من عالم المخدرات ... سلسلة أقرأ ... دار المعارف -القاهرة (١٩٩٢).
- ٢- شباب في دائرة الموت ... المدمنون يعترفون ... وجيه أبو ذكري ... المكتب العربي للمعارف ... القاهرة (١٩٨٩).
- ٣- "رحلة في عالم المخدرات" ... دكتور/ سامي مصلح - دار البشير للطباعة والنشر والتوزيع -القاهرة (١٩٨٦).
- ٤- الإدمان -سلسلة عالم المعرفة ... د. عادل الدمرداش ... الكويت - عالم المعرفة -٥٦ (١٩٨٢).
- ٥- من أجل صحتك ... ما لا تعرفه عن الكحول ... محمد نجيب محمود عمر ... دار ميوزيك للصحافة والطباعة والنشر والتوزيع -بيروت - لبنان (١٩٩٤).
- ٦- المخدرات والمسكرات ... وأضرارها على المجتمعات ... منير عبد الفتاح عبد الحميد -مجلة الأزهر - الجزء الثاني (١٩٩٠).
- ٧- المخدرات والإدمان -أستاذ دكتور/ عز الدين الدنشاري - مديرية الشباب والرياضة - محافظة القاهرة - مصر (١٩٩٠).
- ٨- المخدرات ... مأساة الإنسانية ... عبد الوهاب عبد السلام الطويلة -منار الإسلام - العدد الثاني - دولة الإمارات العربية المتحدة (١٩٩٠).

9-Drug Abuse. Clinical & basic aspects. ed N.P Sachindra & N.D. Samavendra. The Mosby Company Saint Louis (1977).

- 10-Pharmacology, 2nd ed. C.R. Gray: M.R. Kather. and S.L.M. David Horwal Publishing. Philadelphia. Baltimore. Hong-Kong. London, Munichs Sydney, Tokyo. A. Waverly Company (1993).
- 11-Dole, V.P. and, Nysworder, ME. Methadone. maintenance: a theoretical perspective. In Dg. Lettieri, M. Aayers, and H.W. Pearson (Eds). Theories of drug abuse: selected contemporary perspectives. NIDA Research Monograph, 30 (GPO No. not available) (1980).
- 12-Hall, S.M. The abstinence phobia. In N.A. Krasneger (Ed). Behavioral analysis and treatment of substance abuse. NIDA Research Monograph Number, 25 (GPO No, 017-024-00939-3), (1979).
- 13-Hardman, J.G. and Limbard, L.E. Goodman and Gillman's. The Pharmacological Basis of Therapeutics, 9th edition. McGrow-Hill, New York. U.S.A. pp (1995).
- 14-Katzung B. G. Basic and Clinical Pharmacology. 6th edition. Prentice-Hall International Inc., London, U.K. pp 477-492 (1994).
- 15-Misra, R.K., Achievement, anxiety and addiction. In D.J. Lettieri, M. Sayers and H.W. Pearson (Eds). Theories of drug abuse: selected temporarily perspectives. NIDA Research Monograph, 30, (gpo No. notavailable) (1980).
- 16-Jellinek, E.M. The disease concept of Alcoholism. New Haven: College and University Press and Hillhouse Press, (1960).
- 17-Marlatt, G.A. Alcohol, stress and cognetive control. In I.G. Sarason and C.D. Speilberger (Eds). Stress and Anxiety. Washington, D.C.: Hemisphere Publishing Co, (1976).
- 18-World Health Organization. Alcohol related problems in the disability perspective. Gneva: WHO., (1976).
- 19-Vogler, R.E., Lunde, S.E. Johnson, G.R. and Martin, P.L. Electrical aversion conditioning with chronic alcoholics. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 34, 302-307 (1970).
- 20-Committee on problems of drugs dependence: Testing for physical dependence potential and abuse liability. Brady, JV., Lukas SE (editors), National institute on drug abuse research Monograph 52, U.S. Government printing office, (1984).
- 21-Koob, GF. Bloom, FE, Cellular and molecular mechanism of drug dependence. Science; 242: 715 (1988).
- 22-Ray, OA: Drugs, Society and Human Behaviour 3rd. ed. Mosby (1982).