



## Gift med alkoholiker

Annes mann hadde misbrukt alkohol siden han var i 20-årene.

Anne kom inn og så sliten og dradd ut i ansiktet. Hun hadde ved flere anledninger fortalt om Ivars alkoholforbruk. Mannen hennes hadde misbrukt alkohol siden tyveårene. Nå var han snart 60 og problemet hadde tiltatt betydelig.

**Pasient** Jeg orker ikke mer! Nå må du hjelpe meg med Ivar.

Ivar hadde alltid slitt med å begrense alkoholinntaket i festlige anledninger. Han ble som regel full allerede på begynnelsen av alle fester og middager de gikk til. Da ble han kranglete og vanskelig, men pleide å sovne ganske raskt. Anne fortalte at hun på en måte ble vant til at han ble full og måtte bæres hjem. Hun hatet den aggressive måten han oppførte seg på, og syntes derfor at det nesten var greit at han sovnet slik at han i alle fall ikke spredte uhygge rundt seg.

Alkoholforbruket hadde økt gradvis gjennom mange år. Fra å "bare" være festfull var han etter hvert blitt full hver eneste fredags- og lørdagskveld. De siste årene hadde problemet forverret seg ytterligere. Nå var han tydelig beruset hver eneste dag. Anne fortalte at en kollega av Ivar hadde betrodd henne at Ivar hadde mistet jobben sin på grunn av alkoholisme.

**Pasient** Men dette nekter han selvsagt for! Han forklarer alle at det var en nedbemanningsprosess der mange måtte gå, men det var bare jo ham som sluttet...

Anne hadde vært hjemmевærende hele livet med de fire barna de hadde fått. Nå var de flyttet

ut, og Anne og Ivar gikk begge hjemme i leiligheten hele uken.

**Pasient** Ja, du vet. Jeg er en gammeldags kvinne. Jeg tenkte at jeg måtte holde ut for barnas skyld til de ble voksne. Nå har jeg gjort det og angrer fryktelig. Jeg føler at jeg har kastet bort livet mitt på en alkoholiker som ikke engang er takknemlig for at jeg har vært der for ham alle disse årene.

**Lege** Jeg skjønner at det har vært vanskelig for deg. Hva ønsker du å gjøre nå?

**Pasient** Jeg har snakket alvorlig med venninnene mine og kommet til at jeg skal gjøre et skikkelig forsøk på å få ham ut av dette her.

**Lege** Hva gjør du hvis han ikke vil, eller han ikke klarer det?

**Pasient** Ja, da vil jeg at vi skilles!

Anne mente alvor. Jeg hadde stor forståelse for at hun ikke orket mer. Hun hadde i alle år fortalt Ivar at drikkingen hans ødela familielivet deres. Jeg spurte om hun hadde sagt til han at hun ville skille seg dersom han ikke sluttet å drikke. Det hadde hun ikke.

**Pasient** Han er nesten alltid beruset og derfor kranglete. Og da er det umulig å gjennomføre en ordentlig samtale om dette.

Det er svært belastende å leve sammen med en alkoholiker. Man vet aldri hva som skjer rundt neste sving. Mange orker ikke dette i lengden, og det er forståelig. Men livet er også vanskelig for den som er alkoholiker.

Medfødte arvelige faktorer spiller en viktig rolle ved alkoholisme. Det er egenskaper som er nedfelt i vedkommendes gener og som gjør at det skal lite til før man misbruker rusmidler hvis anledningen byr seg. Vi som ikke er alkoholikere kan derfor ikke uten videre hevde at alkoholikere utelukkende er holdningsløse mennesker som bare enkelt kan ta seg sammen.

Det er ikke lett å si til en ektefelle at de bare skal stikke. Og det gjør man jo vanligvis ikke ved andre sykdommer som er belastende for ektefellen til den syke. Men alkoholisme er annerledes enn mange andre lidelser. Alkoholikeren både kan og må gjøre noe med alkoholforbruket sitt.

Mange ganger skader alkoholisme familielivet så alvorlig at ektefellen må forlate misbrukeren for å redde eventuelle barn og seg selv. Noen ganger er en reel trussel om å bli forlatt nødvendig for at han skal gjøre noe med avhengigheten av alkohol. Det er ofte ikke tilstrekkelig at ektefeller og familie ber alkoholikeren om å slutte å drikke.

En alkoholiker forneker som regel sitt rusproblem. Han eller hun mener ofte at forbruket er normalt selv om det daglig inntas store mengder. Det kan delvis skyldes at drikkevanene endrer seg gradvis slik at vedkommende selv ikke merker utviklingen. En alkoholiker anser gjerne sine drikkevaner som kultiverte og kontinentale.

Det er bare alkoholikeren selv som kan bestemme seg for å slutte å drikke. Men påørende kan

støtte vedkommende og legge til rette for et alkoholfritt og hyggelig miljø.

**Pasient** Hvordan synes du jeg skal gå frem overfor Ivar da?

**Lege** Du kan godt ta ham med hit til meg!

Jeg forklarte at jeg kunne undersøke han og synliggjøre for han skadene drikkingen påførte kroppen hans. Undersøkelsene ville sannsynligvis vise at alkoholforbruket langt overskred det som var helsemessig forsvarlig. For noen er er dette en vekker. Andre bryr seg mindre om slike funn.

Jeg forklarte Anne at jeg ikke trodde det var tilstrekkelig for Ivar å trappe ned. For mange alkoholikere gjør den første drinken at vedkommende ikke klarer å stoppe før han eller hun er svært beruset og nærmest ikke klarer å drikke mer. Slik jeg kjente Ivar måtte han nok slutte å drikke helt.

Jeg ga Anne noen brosjyrer fra Anonyme Alkoholikere, AA, som hun kunne lese og eventuelt gi til han før han kom til legeundersøkelse. Jeg sa at jeg trodde at AA kanskje kunne hjelpe Ivar med å finne en vei ut av uføret han var i.

AA er er en vedensomfattende organisasjon som ble startet i USA i 1935. Det finnes internasjonalt over 100 000 AA-grupper med over to millioner medlemmer i 150 land. Her i Norge er det 170 AA grupper. AA har et program basert på total avholdenhet der man får hjelp til å holde seg edru ved å delta på daglige gruppemøter hvor man deler erfaringer og gir hverandre støtte og håp. Medlemskapet er hemmelig. Ingen får således vite om man går på AA-møter. Det eneste kravet for å bli medlem er at man selv ønsker å slutte å drikke. Jeg har hatt flere pasienter som har benyttet seg at dette flotte tilbudet og med godt resultat.

Interesserte kan kontakte AA telefonisk og snakke med frivillige AA-medlemmer. Alle henvendelser blir behandlet strengt konfidensielt. Organisasjonene har et nettside med nyttig informasjon.

[www.anonymealkoholikere.no](http://www.anonymealkoholikere.no) (ekstern lenke)

Anne mente også at det første glasset med alkohol fanget ham slik at han fortsette å drikke til han stupte som hun kalte det.

**Pasient** Ja, totalavhold er nok en forutsetning hvis Ivar skal få bukt med drikkingen sin. Så får vi se da. Jeg er ikke overbevist om at han vil dette og evner å se at han faktisk er alkoholiker. Men jeg orker dessverre ikke mer. Han er nødt til å gjøre noe med drikkingen hvis vi skal ha en framtid sammen