

WHO is duidelijk: probeer drank te laten staan in de coronacrisis!

Advertorial

Wat is er de afgelopen maanden veel veranderd. In enkele weken tijd stond ons leven op zijn kop. Van het normale leven is geen sprake meer. En sinds de komst van de tweede golf kunnen we zelfs niet meer spreken van een 'nieuw normaal'. Alles is weer anders dan het in het voorjaar en de zomer was. We zien onszelf afstevenen op een geheel nieuw probleem. Niet alleen opnieuw de enorme problemen in de zorg, het grote aantal besmettingen en de toenemende sterftcijfers roepen angstgevoelens op, maar ook de zorg voor de economie. Wat gebeurt er als we de gehele winter in lockdown zitten? Hoe komen we nog uit deze enorme economische tegenslag?



Foto door cottonbro
via Pexels

Door die enorme zorgen is het geen wonder dat mensen dagelijks veel stress ervaren. En die stress kan problematisch zijn voor mensen die er gevoelig voor zijn. Depressies, maar ook

verslavingen steken de kop op. De WHO (Wereldgezondheidsorganisatie) is duidelijk: probeer drank te laten staan in deze tijd. Maar wat nou als je kampt met een alcoholverslaving? Of door de crisis juist een alcoholverslaving ontwikkelt? Wat kan je dan doen? Wat zijn de gevolgen?

Alcohol heeft gevolgen voor de mentale én fysieke gezondheid

De Wereldgezondheidsorganisatie waarschuwt de mensen in deze moeilijke tijden om vooral niet naar de fles te grijpen. Naast dat dit voor heel veel nieuwe verslaafden kan zorgen en de zorg over enkele jaren opnieuw overspoeld raakt, maar nu door alcoholisten, zal dit ook zijn invloed hebben op de fysieke gezondheid. Iemand die ontzettend veel drinkt, zal ook over een veel lagere weerstand beschikken dan anderen. En laat dit nu net hetgeen zijn wat je gedurende de coronacrisis juist moet voorkomen. Een lage weerstand kan er immers voor zorgen dat je niet alleen veel sneller ziek wordt van het nieuwe coronavirus, maar hier ook zeker van wordt dan anderen.

GGD 's, verslavingsinstellingen en psychologenpraktijken moeten zich voorbereiden

De WHO ziet dat er een gevaar op de loer ligt. Een onzichtbaar gevaar. Mensen die zonder weten van hun omgeving zich plotseling in een enorme verslaving verwickelen. En dan is het heel moeilijk om hier nog uit te komen. Zeker nu het sociale leven zo goed als weg is en dus ook de sociale controle bijna verdwenen is. Daarom adviseert de WHO aan GGD 's, verslavingsinstellingen en psychologenpraktijken om zich voor te bereiden op een enorme storm.

Op dit moment is er nog niet echt een grote toename van gevallen gemeld. Naar verwachting zal dit pas komen als de

pandemie ten einde loopt. Pas dan ontdekt men dat er een alcoholverslaving is ontstaan en heeft men het idee dat hulp bij alcoholisme nabij is.

Kamp jij zelf met een alcoholverslaving of ken je iemand in de omgeving waarvan je dit vermoedt? Hou je vermoedens dan niet voor je en ga in gesprek met deze persoon. Wanneer je jezelf herkent in de kenmerken van een alcoholverslaving is het belangrijk om te weten dat er ook tijdens de coronacrisis genoeg mensen zijn die jou kunnen helpen. Verslavingsinstellingen, psychologenpraktijken en GGD 's werken gewoon door. Trek daarom vroegtijdig aan de bel om erger te voorkomen.