

Factsheet



Comazuipers in Gooi en Vechtstreek: topje van de ijsberg van riskant drinkende jongeren



tegen riskant alcoholgebruik van jongeren in Gooi en Vechtstreek

tergooiziekenhuizen

Voor de meeste ouders komt het als een volslagen verrassing: vanuit het ziekenhuis worden ze gebeld omdat hun kind daar - buiten bewustzijn - is opgenomen met een flinke hoeveelheid alcohol in het bloed.

'Comadrinken' is een groeiend fenomeen, maar de beschikbare cijfers van de Nederlandse ziekenhuizen laten slechts de top van een ijsberg zien. Er zijn immers ook kinderen die door een huisarts zijn behandeld en daardoor niet worden meegeteld in de landelijke en regionale cijfers. Het werkelijke aantal alcoholvergiftigingen onder jongeren ligt dus hoger.

Preventieve activiteiten moeten worden gericht op de - veel grotere groep - jongeren die te veel en te vaak alcohol drinken, zonder buiten bewustzijn te raken. Bijna 40% van de 15-jarigen en meer dan 55% van de 16-jarigen heeft de laatste maand minstens één maal vijf of meer glazen alcohol op één avond gedronken. Ook de ouders van deze jongeren moeten blijvend worden bereikt met preventie.

Wat is comadrinken?

In deze factsheet komen verschillende termen aan de orde. Ze zijn deels ontleend aan het boek 'Onze kinderen en alcohol' (zie: Meer informatie).

Bingedrinken is het drinken van vijf of meer alcoholische dranken in korte tijd. Door bingedrinken vermindert het denkvermogen en de kritische zin, en is er verhoogde kans op impulsieve gedragingen (o.a. onveilige seks, vandalisme, vechtpartijen), black-outs en alcoholvergiftiging.

Comadrinken (of comazuipen) is het buitensporig veel drinken van alcohol door jongeren in korte tijd, waardoor ze buiten bewustzijn raken. De medische term daarvoor is **alcoholintoxicatie** of alcoholvergiftiging. Daarbij heeft iemand zo veel alcohol in zijn bloed - en dus in zijn hersenen - dat hij bewusteloos of in coma raakt.

Coma is een staat van diepe bewusteloosheid. In het ziekenhuis worden verschillende gradaties van coma gehanteerd. De jongeren die in de Nederlandse ziekenhuizen terecht komen met een coma door teveel alcohol drinken, zijn langdurig bewusteloos: in 2011 gemiddeld zo'n drie uur.



foto: CDO Kortrijk

Jongeren en alcohol

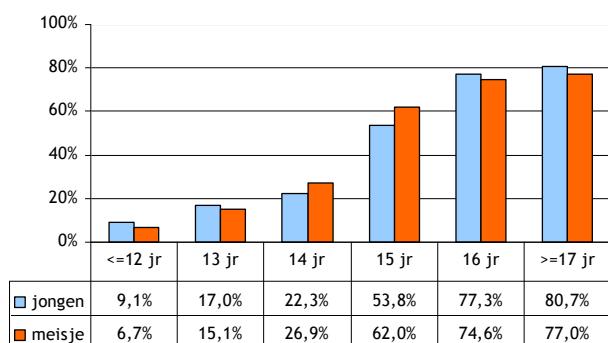
Net als in andere regio's in Nederland drinken jongeren in de regio Gooi en Vechtstreek te vroeg, te vaak en te veel alcohol. Immers:

- Alcohol is ruim beschikbaar en goedkoop.
- Wettelijke leeftijdsgrenzen in supermarkten, slijterijen, cafés, cafetaria en bij sportverenigingen worden onvoldoende nageleefd.
- Zoete alcoholische drankjes zijn gewild, vooral bij meisjes. Eigen mixdrankjes - met veel meer wodka, rum e.d. dan in een standaardglas - zorgen ervoor dat ongemerkt heel veel alcohol wordt gedronken.
- Ouders zijn tolerant en schatten de gevaren van alcohol onvoldoende in.
- Indrinken en bingedrinken zijn cool (vinden jongeren zelf).
- Jongeren zijn weinig gevoelig voor voorlichting.

Regionale gegevens over alcoholgebruik

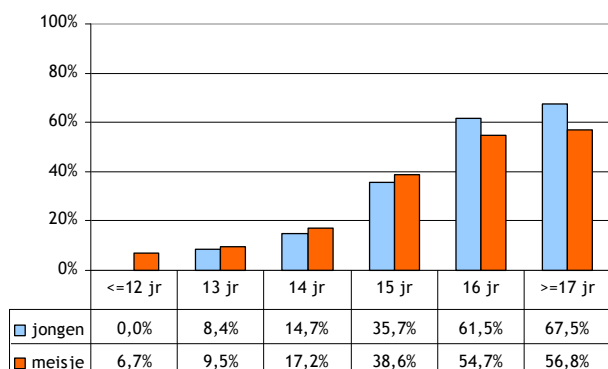
GGD Gooi & Vechtstreek houdt elke vier jaar een E-MOVO onderzoek (Elektronische MOonitor en VOorlichting) onder tweede- en vierdeklassers in het voortgezet onderwijs. Bij vergelijking van de cijfers van 2005-2006 met de cijfers van 2009-2010 blijkt dat jongeren onder de 16 jaar minder alcohol zijn gaan drinken. Na hun 16^e verjaardag gaan jongeren echter flink los en drinkt zo'n 75% van hen (zie figuur 1).

Figuur 1: Alcoholgebruik in de afgelopen vier weken, naar leeftijd (E-MOVO GGD Gooi & Vechtstreek 2009-2010)



Ook bingedrinken (5 of meer glazen alcohol bij één gelegenheid) komt veel voor en vertoont - uitgezet naar leeftijd - eenzelfde stijgende lijn, zoals te zien is in figuur 2. Hoe ouder kinderen zijn, hoe vaker ze bingedrinken, vooral vanaf 15 jaar. Meisjes beginnen daarmee vroeger dan jongens, maar worden vanaf 16 jaar ingehaald door de jongens.

Figuur 2: Bingedrinken in de afgelopen vier weken, naar leeftijd (E-MOVO GGD Gooi & Vechtstreek 2009-2010)



Landelijke en regionale cijfers alcoholvergiftiging

In Nederlandse ziekenhuizen wordt bijgehouden met welke indicatie patiënten binnenkomen. Het Nederlands Signalerings Centrum Kindergeneeskunde (NSCK) verzamelt zo cijfers van 80% van de kinderafdelingen uit het gehele land. Ook vanuit Tergooiziekenhuizen worden regionale cijfers aangeleverd voor het landelijke overzicht.

Landelijk en regionaal stijgt het aantal jongeren (tot 18 jaar) dat door alcoholvergiftiging in het ziekenhuis is opgenomen:

Jaar	2007	2008	2009	2010	2011
Nederland	297	337	500	684	762
Gooi en Vechtstreek	17	20	29	24	50
% G&V t.o.v. Nederland	5,7%	5,9%	5,8%	3,5%	6,6%

Ca. 1,5% van de inwoners van Nederland woont in de Gooi en Vechtstreek; het aandeel comaslachtoffers lijkt dan relatief hoog.

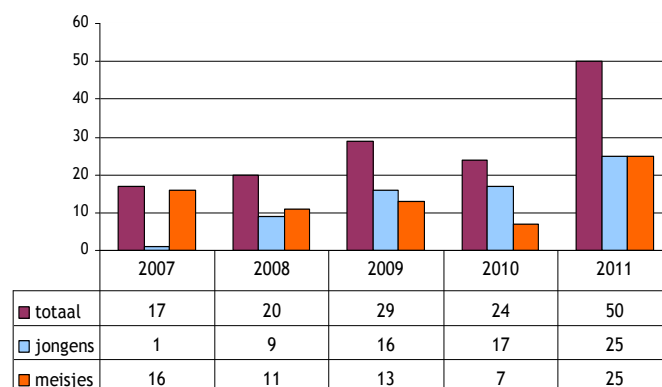
De provincie Noord-Holland scoort het hoogst van heel Nederland. De provincie telde in 2011 251 comaslachtoffers (32,6% van Nederland). 50 van hen (20%) waren afkomstig uit Gooi en Vechtstreek, terwijl 10% van de inwoners van de provincie in Gooi en Vechtstreek woont.

Toch zijn deze cijfers slechts een indicatie van een groeiend probleem in Nederland. Er is immers geen sprake van 100% registratie. In 2011 werkte 80% van de Nederlandse ziekenhuizen eraan mee.

Piek in 2011

Het aantal jongeren onder de 18 jaar dat met alcoholvergiftiging in de Tergooiziekenhuizen wordt opgenomen, wisselt per jaar. In 2011 is er echter sprake van een piek, waarbij het grote aandeel van meisjes opvallend is.

Figuur 3: Ziekenhuisopnamen op kinderafdeling Tergooiziekenhuizen vanwege alcoholintoxicatie

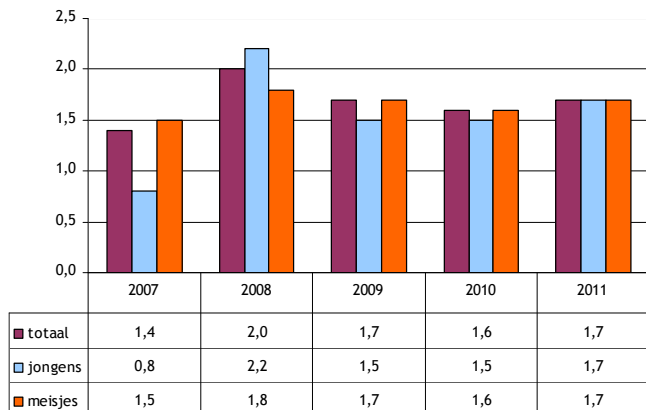


Kenmerken van de jongeren

De jongeren die door overmatig alcoholgebruik in Tergooiziekenhuizen terecht komen, zijn veelal probleemloze pubers; doorsneekinderen eigenlijk. Het zijn even vaak jongens als meisjes, zowel vmbo-leerlingen als vwo-ers, die in hun vrije tijd lid kunnen zijn van een hockeyclub, maar ook van een voetbalvereniging. Ze variëren in leeftijd van 12 tot 18 jaar; de gemiddelde leeftijd is 15,1 jaar.

Comaslachtoffers zijn bijna altijd jongeren met een Nederlandse achtergrond. De alcohol wordt door de kinderen gedronken samen met vrienden; ouders zijn bijna nooit in de buurt.

Figuur 4: Gemiddelde alcoholpromillage van opgenomen jongeren in Tergooiziekenhuizen



Hoeveel alcohol is nodig voor een coma?

Het alcoholpromillage van de opgenomen jongeren in de regio was in de afgelopen jaren redelijk stabiel (zie figuur 4). In 2011 lag dat zowel bij jongens als bij meisjes op 1,7 promille. Hoeveel standaardglazen alcohol daarvoor nodig zijn, is niet zonder meer te zeggen.

Voor een score van 1,7 promille zijn ongeveer 5-8 glazen alcohol nodig in korte tijd. Het bloedalcoholgehalte hangt echter ook samen met

- **seks:** mannen/jongens kunnen beter tegen alcohol dan vrouwen/meisjes.
- **lichaamsgewicht:** een kleiner lichaam kan minder alcohol verdragen.
- **maagvulling:** als iemand wat gegeten heeft, wordt alcohol langzamer en gelijkmatiger in het bloed opgenomen dan bij een lege maag.
- **tijd:** vijf glazen alcohol drinken in twee uur heeft een groter effect dan vijf glazen alcohol drinken in vijf uur.

Effect van alcohol bij jongeren

Bij jongeren werkt alcohol anders dan bij volwassenen, omdat de hersenen nog onvoldoende ontwikkeld zijn. Volwassenen merken aan alles dat ze te veel hebben gedronken. Ze gaan onvast lopen en reageren traag, gaan praten met een dubbele tong, voelen zich draaiërig en misselijk. Jongeren kunnen in 1 tot 2 uur het ene na het andere glas drinken of in straf tempo een fles sterke drank leegmaken. Daarna zijn ze nog gewoon in staat in

een rechte lijn te lopen. Niets aan je hand, denkt iedereen. Totdat ze - zonder waarschuwing - plotseling omvallen en buiten bewustzijn blijken. Voor de omstanders is dat flink schrikken. De ademhaling is heel oppervlakkig of zelfs afwezig. Daardoor lijkt het of de jongere dood is. Snelle hulp is cruciaal.

Activiteiten in het ziekenhuis na intoxicatie

Kinderen die in het ziekenhuis terecht komen, zijn vaak verminderd bij bewustzijn of in coma. Alcohol heeft onder andere effect op de temperatuurregeling vanuit de hersenen. De lichaamstemperatuur van de jongeren kan niet meer goed geregeld worden. In de winter komt ernstige onderkoeling voor. Daarnaast kan het zijn dat de jongere ongewenst en onveilig seksueel contact heeft gehad.

Uiteraard wordt direct de noodzakelijke medische hulp gegeven. Bij een 'milde' intoxicatie zonder ander letsel, blijft het kind een aantal uren op de Spoedeisende Eerst Hulp (SEH) ter observatie. Bij een matige of ernstige intoxicatie gaan de kinderen naar de kinderafdeling voor verdere bewaking van de ademhaling, temperatuur, bloeddruk, hartslag, bloedglucose. Zonodig vinden ingrepen plaats en soms is zelfs intensive care noodzakelijk.

Foto of filmpje

Wanneer het mis is met hun kind, worden de ouders zo snel mogelijk gewaarschuwd. In het ziekenhuis vinden gesprekken met de ouders plaats om in kaart te brengen wat er precies gebeurd is. Als de volgende morgen de roes is uitgeslapen, herinnert het kind zich vaak niets meer van de situatie. De ouders des te meer. De artsen in het ziekenhuis raden de ouders daarom aan wat foto's of een filmpje te maken van hun kind. Een tastbaar bewijs om vooral niet te vergeten hoe ernstig de situatie was. Voor het kind bovendien vernederend om achteraf te zien: liggend in braaksel, plas en poep; in een feestjurkje met uitgelopen mascara. Dat zijn geen foto's om trots op te zijn!

Confronteren

Voordat het ziekenhuis verlaten kan worden, spreekt de kinderarts met ouders en kind. Dat is een moment waarop de ouders de schrik nog in de benen hebben; het kind wordt geconfronteerd met de feiten. In deze periode staat men over het algemeen open voor advies. Vanaf juni 2012 vinden (in samenwerking met JellinekMentrum) systematisch vervolgesprekken plaats met de ouders en het kind. Slechts in een heel enkel geval komt een kind voor de tweede keer terecht in het ziekenhuis met een alcoholcoma.

Kosten

De kosten die alcoholvergiftiging met zich meebrengt zijn fors. De kosten die alleen al gemaakt worden door het ziekenhuis zijn:

- Spoedeisend vervoer per ambulance naar een ziekenhuis € 750,=
- Behandeling op spoedeisende eerste hulp en een nacht opname op de afdeling € 1.600,=

De jonge comazuipers in Gooi en Vechtstreek hebben (uitgaande van 50 jongeren met een alcoholcoma in 2011) het afgelopen jaar dus ruim € 100.000,= gekost. Volgens de kinderarts van Tergooiziekenhuizen had dat geld beter besteed kunnen worden aan preventie.



Adviezen voor ouders

Ouders kunnen een alcoholcoma niet altijd voorkomen. Want, zoals een comaslachtoffer ooit zei: "Toen ik één drankje op had, stopte ik met nadenken." Des te belangrijker is het dat ouders blijven praten met het kind, weten wat hem/haar bezighoudt en afspraken maken over alcoholgebruik.

- Stel regels over alcoholgebruik: geen alcohol tot minstens 16 jaar.
- Leg niet te veel nadruk op 16 jaar worden en dan alcohol drinken. Een kind *hoeft* niet te drinken vanaf die leeftijd.



tegen riskant alcoholgebruik van jongeren in Gooi en Vechtstreek

- Ook vanaf 16 jaar is het belangrijk om afspraken te maken met een kind over alcohol. Wanneer een kind alcohol mag drinken, spreek dan bijvoorbeeld af:
 - maximaal twee glazen per keer;
 - maximaal op twee weekenddagen per week en niet op schooldagen;
 - niet drinken als hij/zij nog moet deelnemen aan het verkeer.
- Praat met kinderen over zaken als vriendschappen, vrije tijd en alcohol: Met wie gaat het kind om? Waar houden ze zich op? Waar hebben ze het over?
- Geef zelf het goede voorbeeld. Drink niet of met mate.
- Vertel je kind dat een vriend of vriendin die ziek is geworden van teveel alcohol of buiten bewustzijn is geraakt, nooit alleen gelaten moet worden. Bel 112 en de ouders.

Meer informatie

- N. van der Lely e.a., Alcoholintoxicaties bij jongeren in Nederland, 2007 t/m 2011. STAP, NSCK, RdGG, e.a., 2012
- N. van der Lely e.a., Onze kinderen en alcohol. Nieuw Amsterdam Uitgevers, oktober 2011
- M.B. van Acker, Gezondheid, welzijn en leefstijl van leerlingen in de regio Gooi en Vechtstreek 2009/2010. GGD Gooi & Vechtstreek, juni 2010

Voor ouders

- Brochure 'Hoe help ik mijn kind nee zeggen tegen roken, drinken en blowen?' Trimbos-instituut, 2011
- www.hoepakjijdataan.nl Informatieve website voor ouders over alcohol, roken en drugs, voorbeeld filmpjes, inschrijven voor online cursus
- www.gdgooi.nl /alcohol: Informatie voor jongeren, ouders; ondersteuningsaanbod voor scholen, sport, jongerenwerk en gemeenten
 - Factsheet '[Under Sixteen - tips over alcohol voor ouders](#)'
 - Factsheet '[Sweet Sixteen - tips over alcohol voor ouders](#)'
- www.cjggooienvechtstreek.nl Voor informatie en advies over opvoeding en pubercursus

COLOFON

Samenstelling: Anja Straathof en Irma Laméris, GGD Gooi & Vechtstreek.

Met medewerking van: Carol Lasham, kinderarts Tergooiziekenhuizen, Hilversum.

GGD Gooi & Vechtstreek,
Postbus 251, 1400 AG BUSSUM

mei 2012