

E se c'è un problema di alcol in famiglia?

- Ci sono grandi difficoltà a comunicare: il bere diventa l'argomento principale di ogni discussione.
- Si vivono continui conflitti che possono sfociare in liti anche violente.
- Si provano sentimenti di vergogna, rabbia e umiliazione che portano all'isolamento dell'intero nucleo familiare.
- Si possono avere difficoltà economiche: il bere costa e si può perdere il lavoro.

E i figli?

- Anche se sono bambini sentono e vivono il disagio familiare e possono subire violenze fisiche e psicologiche.
- Cercano di nascondere il problema all'esterno e ad isolarsi dai coetanei.
- Assumono ruoli impropri: "confidenti" del genitore che non beve, "controllori" del genitore che beve, si caricano di responsabilità da adulti.
- Provano nei confronti del genitore che beve sentimenti di paura, sfiducia, rabbia, aggressività, vergogna.
- Quando crescono, a causa degli effetti negativi della "famiglia alcolica", tendono a diventare rigidi, superefficienti o superdipendenti e sono a rischio di sviluppare anch'essi un problema di dipendenza da alcol e/o sostanze, oppure di legarsi sentimentalmente a persone con problemi di dipendenza.

Non possono vivere serenamente la loro età!

I nostri contatti

**ASST Nord Milano
Dipartimento Salute Mentale e
Dipendenze SerD**

Sede: viale Matteotti 13,
Sesto San Giovanni

Tel: **02 5799.3740**
dal lunedì al venerdì
dalle 8.00 alle 16.00

sertsesto@asst-nordmilano.it

Centralino: 02 5799.1
www.asst-nordmilano.it



#LaSaluteADuePassiDaTe

Sistema Socio Sanitario



Regione
Lombardia

ASST Nord Milano



TU COME BEVI?

Informazioni per capire che
rapporto hai con l'alcol.

Che tipo di bevitore sei?

Astemio: persona che non beve mai alcolici.

Bevitore adeguato: persona che beve prevalentemente ai pasti, assume una quantità di alcol giornaliera limitata, non presenta alterazioni del comportamento, non presenta danni fisici.

Bevitore eccessivo: persona che assume alcol in forti quantità e comunque superiore alle dosi giornaliere consigliate. Beve prevalentemente fuori pasto, può presentare patologie alcol correlate, può presentare modificazioni del comportamento.

Alcoldipendente: persona che continua ad assumere alcol malgrado il bere incida nella salute fisica e psichica, sui rapporti interpersonali e sulla realtà sociale ed economica. Presenta tolleranza (aumento delle dosi per ottenere lo stesso effetto), desiderio irrefrenabile di bere, sintomi astinenziali (tremori alle mani, palpitazioni, sudorazione, ansia).

Prova a fare questo test

1. Le mie mani recentemente hanno spesso tremato
SI NO

2. Di mattina talora ho senso di nausea
SI NO

3. Talvolta ho cercato di liberarmi dal tremore e dalla nausea con l'alcol
SI NO

4. Attualmente mi sento triste per i miei problemi e le mie difficoltà
SI NO

5. Non è raro che io beva alcol prima di pranzo
SI NO

6. Dopo un bicchiere o due sento il desiderio di bere di più
SI NO

7. Penso molto all'alcol
SI NO

8. Talvolta ho bevuto alcol anche contro il parere del medico
SI NO

9. Quando bevo molto alcol tendo a mangiare poco
SI NO

10. Al lavoro sono stato criticato a causa del mio bere
SI NO

11. Preferisco bere da solo
SI NO

12. Da quando ho cominciato a bere sono in cattiva forma
SI NO

13. Mi sono spesso sentito in colpa per il bere
SI NO

14. Ho cercato di limitare il bere in alcune occasioni o alcune ore della giornata
SI NO

15. Penso che dovrei bere meno
SI NO

16. Senza alcol avrei meno problemi
SI NO

17. Quando sono turbato bevo alcol per calmarmi
SI NO

18. Penso che l'alcol stia distruggendo la mia vita
SI NO

19. Talvolta voglio smettere di bere, talvolta no
SI NO

20. Gli altri non capiscono perché io bevo
SI NO

21. Andrei più d'accordo col mio coniuge se non bevessi
SI NO

22. Talvolta ho cercato di andare avanti senza alcol
SI NO

23. Sarei contento se non bevessi
SI NO

24. Spesso delle persone mi hanno detto che il mio alito aveva odore di alcol
SI NO

Totale numero risposte SI: _____

Un punteggio di **11** deve considerarsi diagnostico di alcoldipendenza.

Un punteggio **da 6 a 10** deve considerarsi altamente sospetto per alcoldipendenza.

Se ritieni di aver un problema con l'alcol o se ritieni che un familiare o un amico abbia un problema con l'alcol chiamaci per una consulenza.