

## **WAAROM JE MISSCHIEN NIET MEER KAN STOPPEN EN/OF STEEDS HERVALT.!!!**

Alcoholafhankelijkheid is een hersenziekte. Wat zijn de meetbare effecten!

**1/ GABA stijgt** ( er zijn 3 types : A,B en C) en wordt extra actief tot supra-fysiologische hoeveelheden. : een neurotransmitter die de andere zenuwcellen remt in haar activiteit , waardoor je je ontspannen en rustig voelt. De neurotransmitter werkt over de ganse hersendelen. Ook in het cerebellum . Door de remmende werking hier gaat de motoriek en het evenwicht achteruit. Ook de reactietijd gaat hiermee achteruit.Na langdurig alcoholgebruik vinden er compensatoire veranderingen plaats die een hypofunctie van de GABA neurotransmissie meebrengen, waardoor tolerantie bestaat ( is meer drinken om hetzelfde gevoel te krijgen)

**2/ Glutamaat daalt** ( er zijn 2 groepen ) want alcohol bindt aan de receptor voor glutamaat zodat deze niet meer kan binden en geen stimulerende effect kan geven : glutamaat activeert juist de hersenen. Het stimulerende effect neemt dus af. Het geheugen en leren zit in de hippocampus. Bij veel drinken kan dit zelfs lijden tot een black out, geheugenstoornissen voor recente dingen , er is geen zelfkritiek meer. Toch worden er meer glutamaat receptoren gemaakt na verloop van tijd, waardoor je meer moet drinken om deze te onderdrukken . ( en dus het kalmerende effect van GABA te behouden) . Bij plots stoppen gaat dan het overactieve glutaminaatsysteem zeer belangrijk zijn in het ontwikkelen van verslaving. Je wilt dit zo vlug mogelijk terug onderdrukken door meer te drinken.

**3/ Dopamine stijgt** ( vergeleken met natuurlijke cocaine, er zijn 5 receptoren ) : is beloningshormoon in het mesolimbische systeem . Je krijgt die ook op natuurlijke wijze vrij bij : goed eten, sportieve prestaties, seks...enz. ) Je wilt hiervan meer en de gewoonte tot drinken stijgt. Verslavende produkten ( ook andere drugs ) verhogen de intracellulaire dosissen in het limbisch systeem. Alcohol stuurt de dopaminegevoelige cellen wat een rappel van het beloningssysteem stimuleert. Hierdoor krijg je suprafysiologische toename van dopamine. Maar na een tijd door adaptatie wordt een hypofunctie waargenomen waar door men steeds gemotiveerder wordt om meer te drinken.

**4/ Serotonine stijgt** : bekend als gemoedsverbeteraar, met neiging tot meer praten, optimistisch zijn... Bij sterk verslaafden kan het serotonine sterk dalen na het stoppen met drinken, wat soms resulteert in een depressie weken erna. Deze beantwoordt aan de SSRI's en verdwijnt redelijk gemakkelijk.

**5/ Endorfine stijgt** ( er zijn er 3 :B endorfine, enkefalines, dynorfines : hebben een opoid effect , verminderen pijn, geven neiging tot euforie en wat sedatie. Na langdurig gebruik wordt door adaptatie het breinstress systeem geactiveerd waardoor de dynorfines K opoid systeem voor betrokken lijkt, en de mindere werking voor stress gerelateerde craving zorgt

**6/ Noradrenaline stijgt** : je wordt heviger, drukker. Bij binge drinking kan impulsiviteit hier het gevolg van zijn.

**Resultaat:** Voor al die ' goed doen voelen hormonen ' moet steeds meer gedronken worden voor hetzelfde effect te krijgen gezien om dat de hersenen door het moduleren van de receptoren minder gevoelig worden voor goede effecten die bij het drinken ervaren worden.