



1^η

Πανελλήνια Έρευνα Γνώσης για το Αλκοόλ

Ευρήματα, Συμπεράσματα, Σκέψεις και Προτάσεις

Σιμώνη Ξανθογιώργου

Χορηγός:



Σκοπός της Έρευνας



Διερεύνηση γνώσης για το αλκοόλ
στον ελληνικό πληθυσμό

Μεθοδολογία της Έρευνας



Τηλεφωνικές συνεντεύξεις
με τη χρήση δομημένου ερωτηματολογίου
σε πανελλαδικό δείγμα

μεγέθους **1000** ατόμων

με τη μέθοδο

της πολυσταδιακής δειγματοληψίας



- Στάθμιση ως προς φύλο και ηλικία

- Την εποπτεία για την έρευνα είχε ο **Κώστας Ζαφειρόπουλος**, *Επίκουρος Καθηγητής Τμήματος Διεθνών και Ευρωπαϊκών Σπουδών του Πανεπιστημίου Μακεδονίας* σε συνεργασία με την **Βασιλική Βράνα**, *Επίκουρο Καθηγήτρια στο τμήμα Διοίκησης Επιχειρήσεων του Τ.Ε.Ι. Σερρών*, οι οποίοι έκαναν τη στατιστική επεξεργασία της έρευνας και συνέταξαν την μελέτη
- Στη διαμόρφωση της σημερινής παρουσίασης συνέβαλε ο **Δημήτρης Παπαζυμούρης**, *M.B.A. , Διευθυντής Στρατηγικής Επικοινωνίας του Διαφημιστικού ομίλου Fortune*

Ευρήματα,
Συμπεράσματα
Σκέψεις και
Προτάσεις

Οι 6 στους 10

Έλληνες
καταναλώνουν αλκοόλ





Από όσους
πίνουν αλκοόλ,

το **58%**

πίνει από
μια φορά την
εβδομάδα
έως και
αραιότερα

Όμως, το

42%

είναι

συχνοί πότες,

πίνοντας από **2-**

3 φορές την

εβδομάδα

ως καθημερινά



800.000

Έλληνες δηλώνουν ότι πίνουν αλκοόλ
σε καθημερινή βάση!



ΕΚΠΑΛΗΞΗ:

Μόνο **3** στους **10**

αναγνωρίζουν ότι η

έλλειψη ελέγχου

στην κατανάλωση αλκοόλ

είναι **αλκοολισμός**



Είναι πολύ
ενδιαφέρον ότι

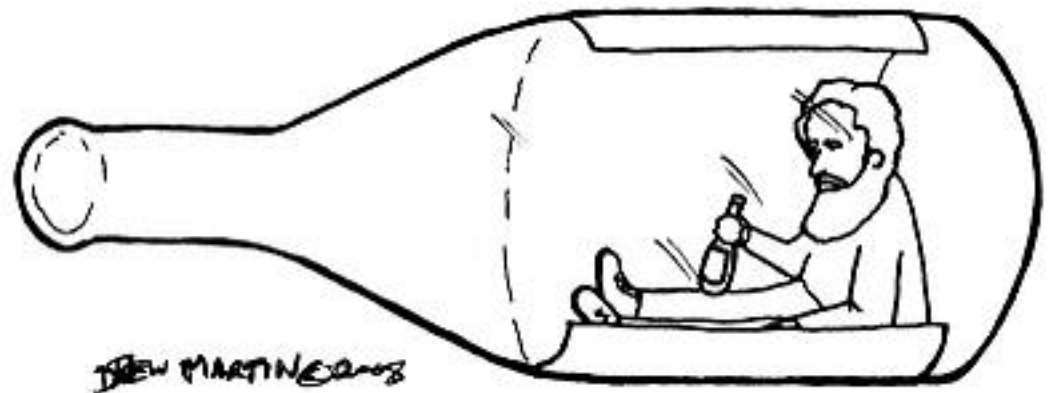
50%

αποδίδουν την
έλλειψη ελέγχου
στην κατανάλωση
αλκοόλ,

σε αδυναμία
χαρακτήρα



Είναι φανερό ότι ως κοινωνία
δεν αναγνωρίζουμε
τα σημάδια του αλκοολισμού
ως πραγματικά συμπτώματα
μιας ασθένειας



Μήπως λοιπόν
υπάρχει
ένα μεγάλο κενό
ενημέρωσης
&
συνειδητοποίησης;



Είναι προφανές
ότι οι

800.000

Έλληνες
που πίνουν
καθημερινά,
βρίσκονται κοντά
σ' αυτή την
δυσδιάκριτη γραμμή
που χωρίζει τον πότη

απ' τον αλκοολικό



Μήπως λοιπόν κάποιος
θα έπρεπε να μάθει στον
κόσμο ποιά είναι
η λεπτή γραμμή
όπου κάποιος
θα πρέπει να θεωρείται



αλκοολικός;

**Γιατί είναι φανερό ότι
αν κάποιος αρχίσει να χάνει
τον έλεγχο της ποσότητας
που πίνει...**

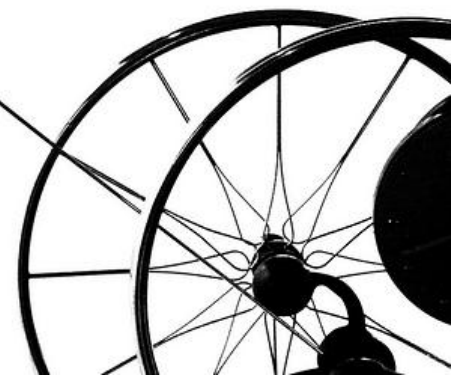




...ο κύκλος του
πιθανότερα
θα τον αντιμετωπίσει
με ψυχολογική
συμπάθεια ή ανοχή

**παρά ως ασθενή
που χρήζει
θεραπείας**

Ακριβώς εδώ είναι ο ένας απ'
τους τομείς που βλέπουμε
τους Νηφελίους
να παίζουν
ένα σημαντικό ρόλο





Αντιλαμβανόμαστε
ως έναν απ' τους ρόλους μας
την επιμόρφωση
του ελληνικού πληθυσμού
σε κάθε τι που έχει να κάνει
με τον αλκοολισμό

Έτσι έχουμε θέσει
ως πρώτο στόχο μας
την ενημέρωση
του κοινού
**για την σωστή διάγνωση
των συμπτωμάτων του
αλκοολισμού**

Είναι φανερό απ' τα στοιχεία
ότι μια τέτοια ενημέρωση είναι
χρήσιμη σε τουλάχιστον
800,000 οικογένειες
συμπολιτών μας



Το ενδιαφέρον είναι ότι

55%

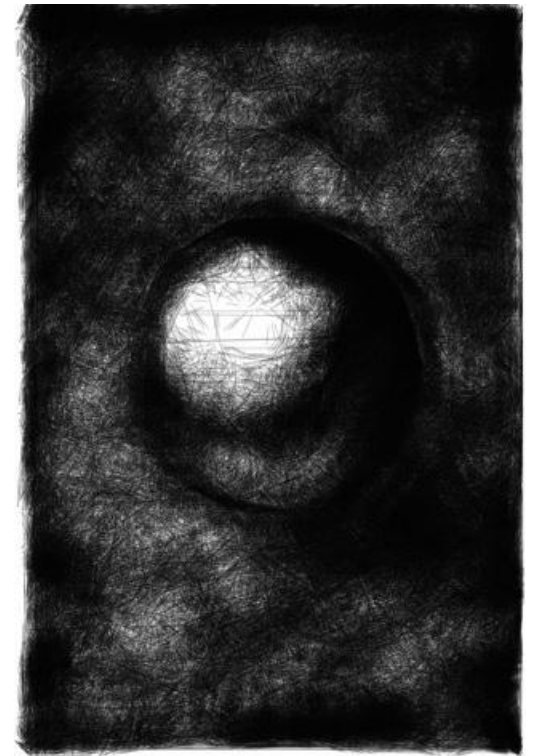
μας είπε
οτι ο αλκοολισμός
είναι θανατηφόρα ασθένεια...



...ενώ το 33%
ότι είναι πλήρως ιάσιμη!



**Η αλήθεια είναι
ότι ο ακοολισμός είναι μεν μια
θανατηφόρος ασθένεια,
αλλά ευτυχώς
είναι αναστρέψιμη**



Είναι λοιπόν αυτές οι ανακριβείς
απαντήσεις απλά αποτέλεσμα
άγνοιας;



Μήπως ταυτόχρονα εκφράζουν ένα
φόβο;

Μήπως υποκρύπτουν
μια ψυχολογική
αδυναμία αντιμετώπισης;



Μήπως η «δαιμονοποίηση» του
αλκοολισμού μας εμποδίζει
να τον αναγνωρίσουμε
στο περιβάλλον μας;



Είναι πάντως βέβαιο ότι
η εξοικείωση των ανθρώπων
με το γεγονός ότι
ο αλκοολισμός είναι μια
αναστρέψιμη ασθένεια

θα συμβάλει
στην ευκολότερη διάγνωσή της
από τον κύκλο κάθε ασθενούς





Άλλωστε 3 στους 4

αναγνωρίζουν ότι η μεγαλύτερη
δυσκολία στην έναρξη θεραπείας
για έναν αλκοολικό είναι η
**«αποδοχή του πάσχοντα
ότι είναι αλκοολικός»**

Έτσι η συμβολή του
στενού κύκλου
στην δύσκολη αυτή
συνειδητοποίηση
έχει μεγάλη σημασία



Γι' αυτό και
η διάχυση της ενημέρωσης
για τα
συμπτώματα του αλκοολισμού
είναι πολύ σημαντική



Το καίριο σημείο διάκρισης μεταξύ
αλκοολικού και απλού ποτή είναι ότι...

ο αλκοολικός

ΧΡΕΙΑΖΕΤΑΙ

να πεί, για να ...

...κοινωνικοποιηθεί

...χαλαρώσει

...κάνει έρωτα

... κ.λπ.



Ερωματολόγιο αυτοεξέτασης

(σε σχέση με κατανάλωση αλκοόλ στην τελευταία χρονιά)

1. *Μήπως κάποιος σας διηγήθηκε πράγματα που είπατε ή κάνατε, ενώ είχατε μεθύσει και που εσείς δεν τα θυμόσαστε;*



Ερωματολόγιο αυτοεξέτασης

(σε σχέση με κατανάλωση αλκοόλ στην τελευταία χρονιά)

2. *Μήπως ήπιατε τόσο πολύ ώστε να νοιώσετε ενοχές και να το έχετε μετανοιώσει;*



Ερωματολόγιο αυτοεξέτασης

(σε σχέση με κατανάλωση αλκοόλ στην τελευταία χρονιά)

3. *Μήπως ήπιατε τόσο πολύ που δεν μπορέσατε να ανταποκριθείτε σε κάτι που περίμεναν οι άλλοι από σας (οτιδήποτε κι' αν ήταν αυτό)*



Ερωματολόγιο αυτοεξέτασης

(σε σχέση με κατανάλωση αλκοόλ στην τελευταία χρονιά)

4. *Μήπως σας εγκατέλειψαν
φίλοι ή ερωτικοί σύντροφοι
εξαιτίας της σχέσης σας με το ποτό;*



Ερωματολόγιο αυτοεξέτασης

(σε σχέση με κατανάλωση αλκοόλ στην τελευταία χρονιά)

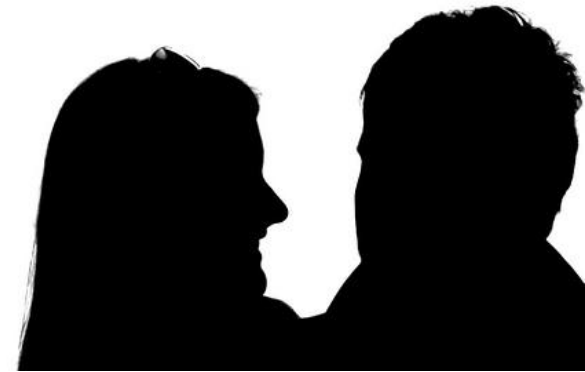
5. *Μήπως καμιά φορά πίνετε ένα ποτηράκι μόλις σηκωθείτε απ' το κρεβάτι;*



Ερωτηματολόγιο αυτοεξέτασης

για το οικογενειακό ή φιλικό ή εργασιακό περιβάλλον

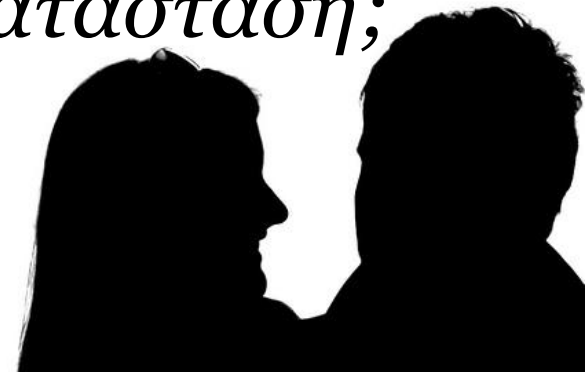
- *Είστε μελαγχολικός, μπερδεμένος ή νευρικός;*
- *Χάνετε συχνά τον ύπνο σας;*
- *Αρνείστε προσκλήσεις σε οικογενειακές ή κοινωνικές συγκεντρώσεις;*
- *Σας καταβάλλουν πολλές φορές οι φόβοι σας;*



Ερωματολόγιο αυτοεξέτασης

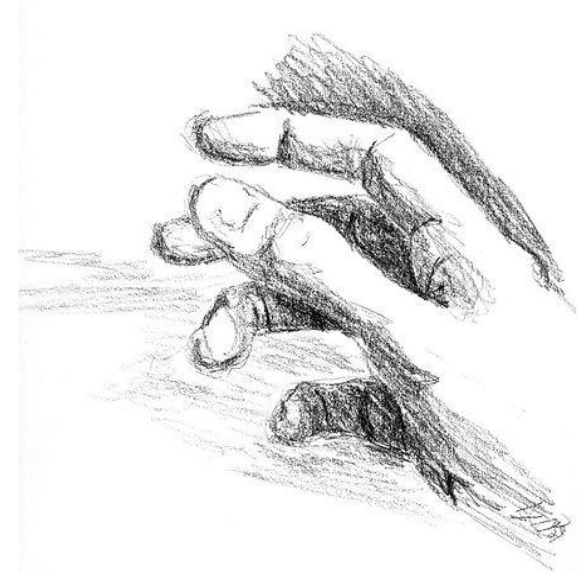
για το οικογενειακό ή φιλικό ή εργασιακό περιβάλλον

- *Ξεσπάτε στους άλλους για όσα σας απογοητεύουν;*
- *Προσπαθείτε με ψέμματα ή τεχνάσματα να καλύψετε το πρόβλημα που έχει ο άνθρωπός σας με το ποτό;*
- *Νιώθετε ενοχές για το πρόβλημά του/της;*
- *Ντρέπεστε για όλη αυτή την κατάσταση;*



ΠΡΟΣΟΧΗ:

Ακόμη και **1** θετική απάντηση στα
ερωτηματολόγια, σημαίνει
ότι υπάρχει πρόβλημα με το αλκοόλ &
πρέπει να ζητηθεί αμέσως βοήθεια...



Ποιά ανθρώπινα όργανα βλάπτει η κακή χρήση αλκοόλ;

Εγκέφαλο;

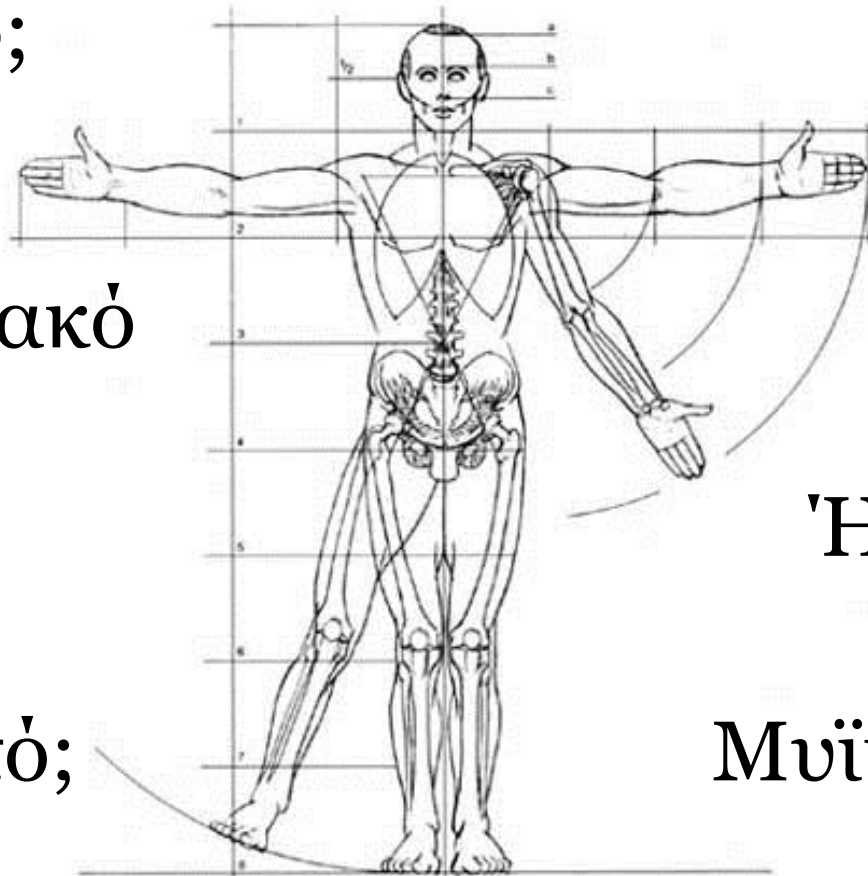
Οισοφάγο;

Περιφερειακό
Νευρικό
Σύστημα;

Πάγκρεας;

Σκελετό;

Μυϊκό Σύστημα;



Ποιά ανθρώπινα όργανα βλάπτει η κακή χρήση αλκοόλ;

Εγκέφαλο

Οισοφάγο

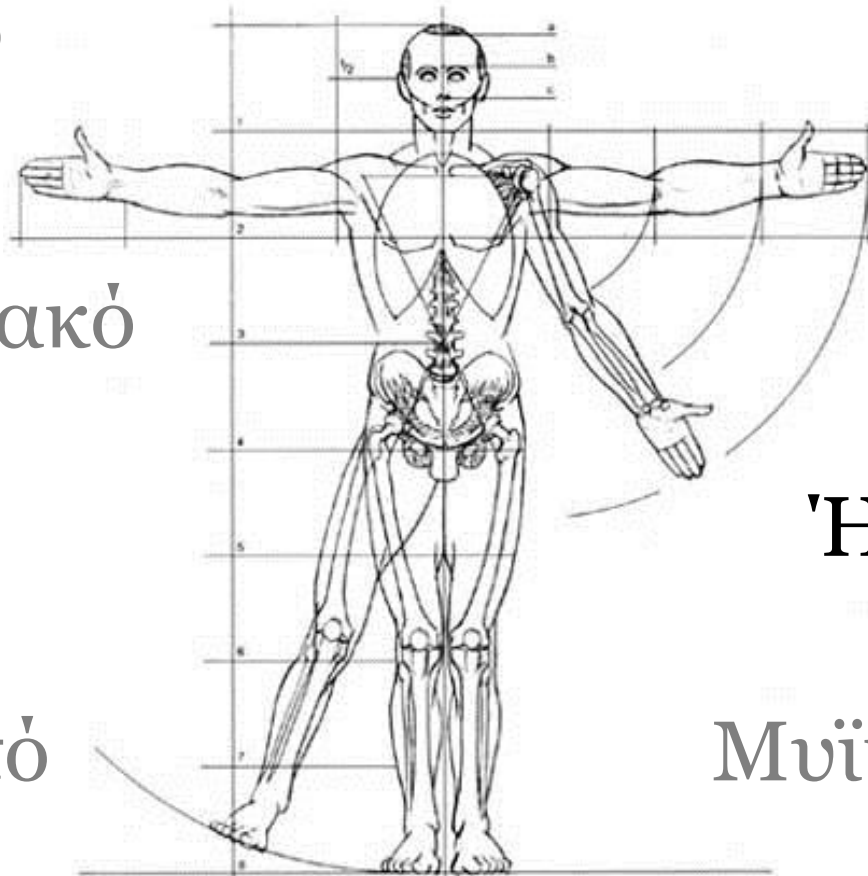
Περιφερειακό
Νευρικό
Σύστημα

Πάγκρεας

Ήπαρ **72%**

Σκελετό

Μυϊκό Σύστημα



Ποιά ανθρώπινα όργανα βλάπτει η κακή χρήση αλκοόλ;

Εγκέφαλο

Οισοφάγο

Περιφερειακό
Νευρικό
Σύστημα

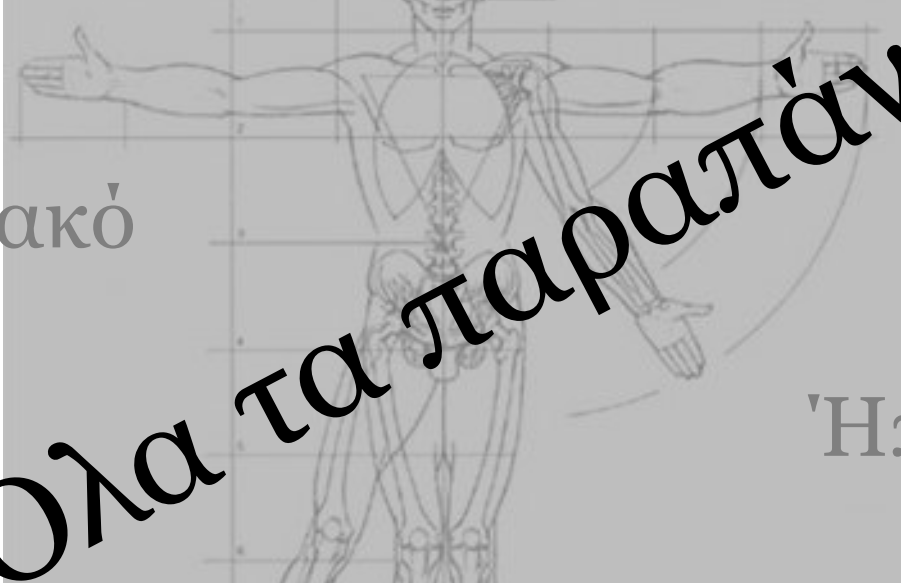
Πάγκρεας

Ήπαρ

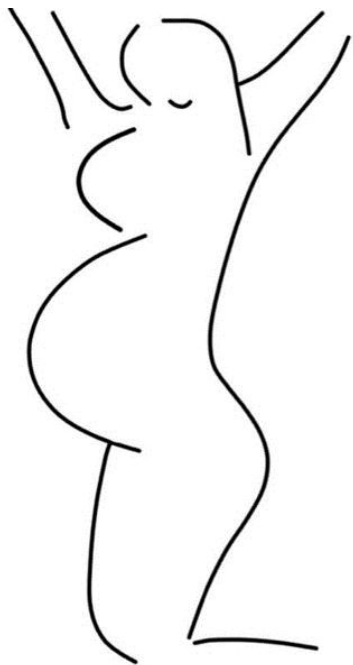
Σκελετό

Μυϊκό Σύστημα

Όλα τα παραπάνω



Ευτυχώς **90%** του κόσμου
αντιλαμβάνεται ότι κατά την
εγκυμοσύνη μια γυναίκα
δεν πρέπει να πίνει καθόλου
αλκοόλ...



Όμως μένει και ένα **10%**
που είτε δεν γνωρίζει
ή αφήνει περιθώρια για κατανάλωση

Δυστυχώς όμως μόνο **7** στους 10

7

συμφωνούν ότι
παιδιά και έφηβοι

ΑΠΑΓΟΡΕΥΕΤΑΙ

να πίνουν αλκοόλ
ανεξαρτήτως περιστασης...



3

στους 10 ανέχονται «εξαιρέσεις»!!!

Οι μισοί ερωτούμενοι πιστεύουν ότι
το αλκοόλ ευθύνεται

για πάνω από το **20%**

των νεκρών
σε τροχαία ατυχήματα

(έως και **60%**)



Υπάρχει σχετικά καλή αντίληψη
των ορίων σε πρακτικό επίπεδο

με **7** στους **10** να
αντιλαμβάνονται ότι το όριο είναι

1 ποτό



Πρέπει να σημειώσουμε όμως
ότι υπάρχει
σχετική ασάφεια & σύγχυση
όσον αφορά στην αντιστοίχιση
ενός «σκληρού» ποτού
με μπύρα ή κρασί...



...και επικίνδυνη άγνοια
όσον αφορά στο περιεχόμενο
των αλκοπόψ σε αλκοόλη
(αεριούχα αλκοολούχα ποτά σε μπουκάλι)

65% κάνουν λάθος ή δεν ξέρουν



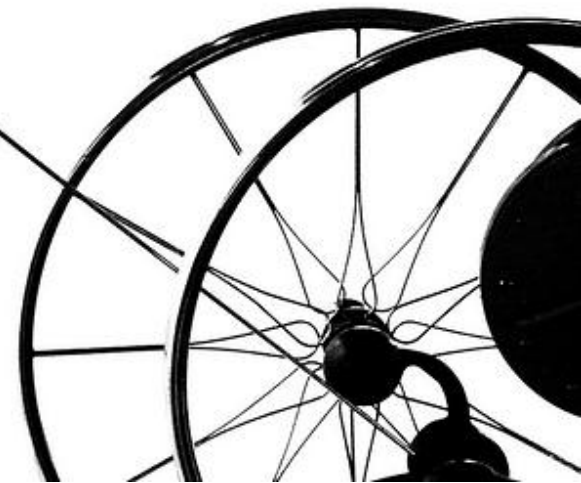
Ας δεχθούμε λοιπόν ότι απ' τη μια
υπάρχει ένα
επαρκές επίπεδο
συνειδητοποίησης
της συμβολής του αλκοόλ
στα τροχαία ατυχήματα...



Αλλά αυτό δεν μεταφράζεται
απαραίτητα
σε αλλαγή συμπεριφοράς,
όπως δυστυχώς όλοι μας
γνωρίζουμε...



Εδώ είναι το **δεύτερο σημείο**
όπου οι Νηφάλιοι παρεμβαίνουν



Θέτουμε ως δεύτερο στόχο μας
το να κάνουμε γνωστό
και κοινωνικά αποδεκτό
τον θεσμό
του «Νηφάλιου οδηγού»

Κάτι που έγινε πρακτική σε
πολλές χώρες του Δυτικού
κόσμου, ο «**Νηφάλιος Οδηγός**»
αποτελεί μια απτή λύση
για κάθε παρέα που πηγαίνει
κάπου να διασκεδάσει



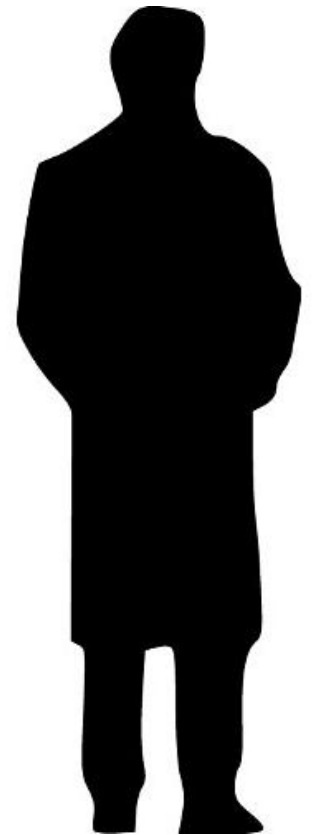
Ο «Νηφάλιος Οδηγός»
παίρνει την **πρωτοβουλία**
να πει μόνο ένα ποτήρι ή
καθόλου

αναλαμβάνοντας την ευθύνη
να οδηγήσει μετά
τους φίλους του, σπίτι τους

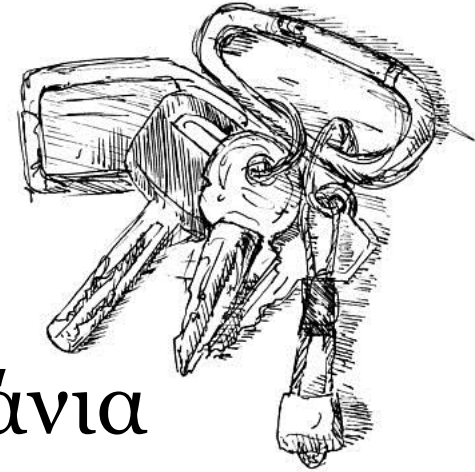


*Upside Down
Water Klass 3-18-2010*

Η ανάδειξη αυτού του ρόλου σε
«κοινωνικό πρότυπο»
και η ένταξή του
στην ελληνική κουλτούρα και
πρακτική
αναμένουμε να δώσει μια
σημαντική λύση
στο πρόβλημα του αλκοόλ &
οδήγησης,
ειδικά στους νέους



Ήδη έχουμε ξεκινήσει εκστρατεία για τον «**Νηφάλιο Οδηγό**»

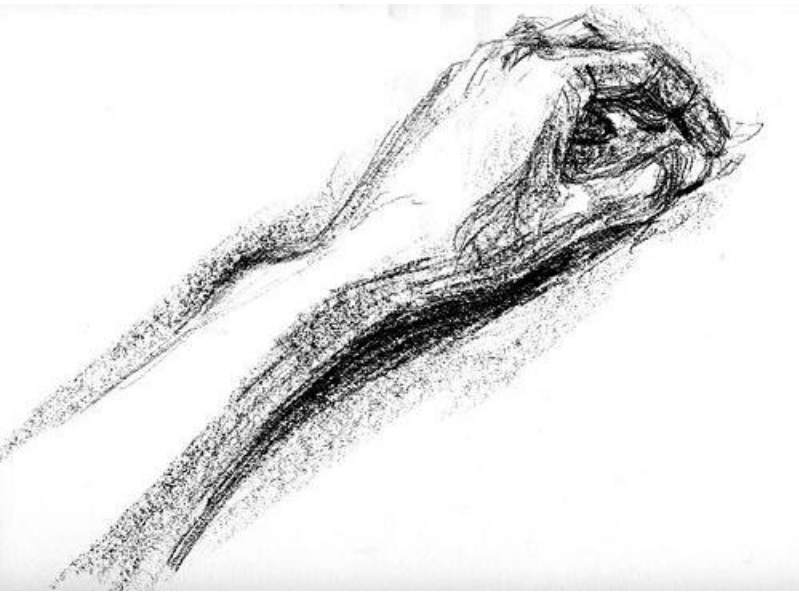


- Με τηλεοπτική και έντυπη καμπάνια
- Με εκπαίδευση & διανομή υλικού σε χώρους μπαρ / κλαμπ κ.λπ.
- Με ομιλίες ευαισθητοποίησης σημαντικών κοινών

Για να μπορέσουμε λοιπόν να
βελτιώσουμε την κατάσταση
χρειαζόμαστε ενημέρωση
σε κλίμακα που να καλύπτει
μεγάλο μέρος του πληθυσμού
και
σε διάρκεια που να
επιτρέπει την αλλαγή
συμπεριφοράς



*Πώς όμως
μπορεί να γίνει κάτι τέτοιο;*



Ας αναλογιστούμε πως κάθε
χρόνο περίπου

€40.000.000

επενδύονται σε διαφημίσεις
αλκοολούχων προϊόντων





...και λιγότερα από

€100.000

σε καμπάνιες κοινωνικής
ευαισθητοποίησης

για τον αλκοολισμό ή την οδήγηση
υπό την επήρεια αλκοόλ

Όμως κάθε χρόνο το κράτος
εισπράττει από φόρο αλκοόλ
περίπου

€500.000.000



**Εμείς θεωρούμε ότι είναι
υποχρέωση του κράτους να
επενδύει
μέρος των εισπράξεων του
από τους φόρους αλκοόλ
σε θέματα αλκοολισμού
στο πλαίσιο της κοινωνικής
ανταποδοτικότητας***



* Ευρωπαϊκός Καταστατικός Χάρτης για το Αλκοόλ

Προτείνουμε λοιπόν (έστω) το 1%
του εισπραττόμενου φόρου αλκοόλ
να επενδύεται σε...

- **καμπάνιες ευαισθητοποίησης**
(όπως αυτές που αναφέραμε)
- **συμβουλευτικούς σταθμούς**
- **κέντρα απεξάρτησης**
- **επιμόρφωση ειδικών**



Επιπλέον προτείνουμε

1. να θεσμοθετηθεί ενιαία πολιτική για το **ηλικιακό όριο** χρήσης ή αγοράς σε όλους τους χώρους κατανάλωσης
2. να θεσμοθετηθεί η άδεια πώλησης αλκοολούχων ποτών
 1. να περιοριστεί η έκθεση των συσκευασιών ώστε το αλκοόλ να μην παρουσιάζεται απολύτως αβλαβές





Ευχαριστώ