

I. V. STRELTŠUK

*Alkoholismi*  
KAHJULIKKUSEST

EESTI RIIKLIK KIRJASTUS  
TALLINN 1955

200  
I. V. STRELTŠUK

Sündeksemplar

*Alkoholismi*  
KAHJULIKKUSEST

1955

EESTI RIIKLIK KIRJASTUS

TALLINN 1955

Originaali tiitel:  
И. В. Стрельчук  
АЛКОГОЛИЗМ И БОРЬБА С НИМ  
Издательство ЦК ВЛКСМ «Молодая Гвардия»  
1954

Tõlkinud I. Samuelson

Sisukord

|  |    |
|--|----|
| Alkoholism — ekspluataatorliku ühiskonna<br>sünnitis . . . . .   | 3  |
| Joomine — kapitalistliku ühiskonna kahjulikum<br>igand . . . . . | 8  |
| Alkoholi mõju inimese tervisele . . . . .                        | 12 |
| Võitlus alkoholismiga . . . . .                                  | 21 |

2



TARTU ÜLIKOOLI  
RAAMATUKOGU

---

## ALKOHOLISM — EKSPLUATAATORLIKU ÜHISKONNA SÜNNITIS

Ammust ajast on joomine saanud kõige karmima hukkamõistu osaliseks. Rahvas oma vanasõnades ja kõnekäändudes räägib põlgliku irooniaga joomisele andunud inimestest: «Sõbrustad viinaga, jääd paljaks», «Teed tutvust humalaga, jätad au jumalaga», «Kes palju viina joob, see varsti hulluks läheb».

Alkoholism on ekspuataatorliku ühiskonna sünnitis. Kapitalismi arenguga muutus ta sotsiaalseks viletsuseks.

Fr. Engels tõi oma töös «Töölisklassi olukord Inglismaal» esile alkoholismi levimise sotsiaalsed põhjused. Ta kirjutas: «Väsinud ja kurnatud tööline pöördub töölt koju. Ta tuleb oma ebamugavasse, niiskesse, ebeameldivasse ja musta elamusse. Talle on hädatarvilik meelelahutus, talle on vaja *midagi*, mille heaks tasuks töötada, mis pehmen-daks talle homse raske päeva perspektiivi... Tema halvast õhust ja kehvast toidust nõrgestatud keha nõuab tungivalt mingisugust väljastpoolt tulevat stiimulit... Kuid peale nende füüsilisemat laadi põhjuste, mis sunnivad töölist jooma, mõjub siin veel enamuse eeskuju, halb kasvatus, võimatus noori inimesi kiusatusest kõrvale hoida, paljudel juhtudel nende joomisele andunud vanemate otsene mõju, kes ise annavad lastele viina, veendumus, et viina-aurude mõju all unustad mõneks tunniks elu viletsuse ja raskuse, ning sadu teisi asjaolusid... Joomine on siin lakanud olemast pahe, mille pärast võib süüdistada seda, kes on temasse nakatunud: ta muutub... teatud tingimuste paratamatuks tagajärjeks, mis mõjuvad tahtetule objektile, — tahtetule vähemalt nendes tingimustes. Las vastu-tab selle eest see, kes tegi töölise selliseks objektiks.»

Kapitalistlik tootmine moonutab inimest füüsiliselt ja vaimselt. Kapitalistlike suhete arenemisega ja ekspuateerimise tugevnemisega kodanlikes maades kaasneb tööta-

jate suhtelise ja absoluutse vaesumise protsess, nende elatustaseme langus. Töötaja on täielikus sõltuvuses ettevõtjast. Alaline vallandamise ähvardus ja oht sattuda töötute hulka võtavad tööliselt kindlusetunde homse päeva suhtes.

Kapitalistlik masin kurnab tööliste jõu nii ruttu, et juba 30—40 aasta vanuselt muutub ta ettevõtjale mittetäisväärtuslikuks töötajaks ja ta heidetakse värava taha. Ajakirjanduses on korduvalt toodud fakte, mis annavad tunnistust sellest, et Ameerika Ühendriikide paljudes ettevõtetes ei võeta tööle üle 40 aasta vanuseid töölisi.

Julm ekspluateerimine ning tööliste poliitiline ja sotsiaalne õigusetus kapitalismi tingimustes sunnivad vähem vastu pidavaid töölisi otsima unustust joomisest.

Alkoholismi levimise peamisteks põhjusteks kapitalistlikes maades on sotsiaalsed tegurid. Ekspluateerimine, ühiskondlik ebavõrdsus, kurnav töö, halvad elutingimused, halb toit, raske moraalne seisukord, töötajate lootusetu viirelemine, samuti viina massilise suurtööstusliku tootmise arenemine — kõik see määrab alkoholismi laialdase levimise kapitalistlikus ühiskonnas.

Viimastel aastatel on kapitalistlikes maades märgata tunduvat alkoholismi kasvu. On iseloomulik, et alkoholismi levik toimub paralleelselt masside vaesumise kasvuga ja nende elatustaseme järsu langusega. Selle kõige eredamaks näiteks on Ameerika Ühendriigid, kus elatustase on sõjaeelsega võrreldes märgatavalt langenud. Sellel tüüpilisel monopolistliku kapitali maal on alkoholism võtnud rahvusliku õnnetuse iseloomu. Nii on Ameerika Ühendriikides New Yorgi ajakirja «New Republic» teatel 4 miljonit kroonilist alkohoolikut ja ligi 3 miljonit dipsomaania all kannatavat inimest (sealhulgas 500 000 naist).

Viidates vastavatele uurimustele, teatas Ameerika ajakirjandus 1950. aastal, et 50—70% Ameerika vanglaisse sattunud isikutest kannavad karistust tegude pärast, mis ühel või teisel määral on seotud joomisega. Ajakirjanduses märgiti, et Ameerika Ühendriikides uuritakse alkoholismi probleemi ülikoolide ja instituutide poolt juba rea aastate jooksul, kuid alkoholi kuritarvituse põhjused on «ikka veel välja selgitamata».

Alkoholismi probleemi sellise «uurimise» tagajärjetust pole raske seletada: see ignoreerib täielikult peamist — alkoholismi levimise sotsiaalseid põhjusi.

Tunduvat osa alkoholismi arenemises etendavad kapitalistlikud koondised alkohoolseid jooke tootvas tööstuses. Need koondised saavad suuri kásumeid levitades joomist ja jultunult reklaamides oma produktsiooni.

Alkohoolseid jooke kasutab kodanlus koloniaalmaade töötajate ekspluateerimise ja orjastamise intensiivistamiseks. Kolonisaatorite järel on alati sammunud alkohol kogu oma õuduste, vaesuse, haiguste ja surmaga.

Imperialistlikud suurriigid «kultuursete» valgete kolonisaatorite näol alistasid Ameerika ürgsed suguharud tule, mõõga, risti ja piirituse abil. Asjata ei nimetanud omal ajal indiaanlased ühte saarest, millel asub New York, «Manhattanasse», mis tähendab «Maa, kus me kõik purjutasime».

Toodetavate alkohoolsete jookide levitamiseks rakendavad imperialistid neist sõltuvates ja koloniaalsetes maades halastamatuid majanduslikke sanktsioone, ajades nurja kõik katsed kehtestada keelusüsteemi. Imperialistid juurutavad vägivallaga alkohoolseid jooke Alžeerias, Marokos, Madagaskaril ja teistes maades.

Prantsusmaal 1901. aastal rajatud veinitootmise trust, mille peamine eesmärk seisis prantsuse veinide levitamises Indo-Hiinas, suurendas oma dividende 20 aasta jooksul  $5\frac{1}{2}$  korda. On iseloomulik, et Indo-Hiinas tuli mõni aeg tagasi ühe kooli kohta 100 asutust alkohoolsete jookide müümiseks.

Bankettidel «veinitootmise nädalal» kinnitas Prantsuse valitsuse juht Poincaré Champagne'i veinitootjaile, et kõigis Prantsusmaa poolt sõlmitud kaubalepinguis peetakse rangelt kinni nende huvidest.

Kõik need näited kinnitavad, et alkoholism on mitte ainult ekspluataatorliku ühiskonna sünnitiseks, vaid ka selle paratamatuks iseärasuseks.

Kapitalismi arenguga Venemaal nagu teisteski kapitalistlikes maades käis kaasas alkoholi tootmise ja tarvitamise pidev kasv. Eriti laialdane joomise levik tsaari-Venemaal oli seotud viinale riigimonopoli sisseviimisega. See monopol, mille puhul alkohoolsete jookide müügiks omas ainuõigust riik, viidi sisse järk-järgult alates 1895. aastast. Määruses monopoli kohta märkis tsaarivalitsus, et viina riiklik valmistamine ja müük võimaldab «selle julmima instrumendi, millega võib piitsutada rahva keha ja hinge,

kuid millega võib ka kaitsta rahvast inimlike nõrkuste eest, üle anda valitsuse võimu alla».

Need olid aga ainult ülespuhutud ilusad fraasid, sest tsaari kassal oli kogu aeg üks eesmärk — ammutada alkoholsete jookide müügist maksimaalset kasumit. Tsaarivalitsuse eelarvet nimetati õigusega joobnud eelarveks, sest peaaegu  $\frac{1}{3}$  kõigist riiklikest kuludest (ligikaudu 1 miljard rubla) kaeti viinaga kauplemisest saadud summadega.

Artiklis «Vaba sularaha», mis on kirjutatud 1913. aastal, näitas V. I. Lenin selgelt Vene tsaarivalitsuse majanduse üldrahvalikule laostumisele rajatud rööviseloomu. Tsaarivalitsusele oli viin peamiseks riiklike tulude allikaks.

V. I. Lenin kirjutab: «Kokku müüs kroonu 5 aasta jooksul (1908—1912) — 440 $\frac{1}{2}$  miljonit ämbrit neljakümne kraadilist puskarit. Kasumi suurenemine 42 kopikat ämbrikt andis 185 miljonit rubla.»

Viinamonopoli asutamine viis edasisele alkoholismi kasvule. Kui varem aasta jooksul joodud viina hulk ühe elaniku kohta moodustas 0,52 ämbrit, siis pärast viinamonopoli sisseviimist hakkas see suurenema ja 1913. aastal ulatus 0,66 ämbrikt.

Viinamonopol oli selleks rasvaseks pirukaks, mille ümber keerlesid aadlikud, ametnikud ja töösturid.

1901. aastal avaldas V. I. Lenin sotsiaaldemokraatlikus ajakirjas «Zarja» «Juhuslikke märkmeid», milles ta jutustas iseloomulikust episoodist, mis näitab aadli püüdlust kiskuda tükk kroonupiruka küljest, rikastuda viinamonopoli arvel. Orjoli kubermangu aadlikogus arutati projekti aadlikele kroonu viinapoodidelt raha kogujate ameti andmise kohta. V. I. Lenin märkis, et see «... Orjoli episood heidab mõningat valgust ka kurikuulsa viinamonopoli iseloomule. Misugust õnnistust meie ametlik ja poolametlik ajakirjandus sellest kõik ei oodanud: küll kroonutulude suurenemist, küll saaduse kvaliteedi paranemist ja purjutamise vähenemist! Tegelikult on aga seni tulude suurenemise asemel tulemuks ainult viinahinna kallinemine, raskused eelarvega... Purjutamise vähenemise asemel — viina salamüügikohtade arvu suurenemine, politsei tulude suurenemine nendelt müügikohtadelt, viinapoodide avamine vastu elanike tahtmist, kes esitavad vastupidiseid palveid, tänavail purjutamise suurenemine. Aga peaasi — missuguse hiiglasliku uue tegevusvälja tšinovnikute põikpäisusele ja omavolile, pugemisele ja riigivargusele avab see uue paljumiljonilise

kroonumajanduse haru asutamine, terve uute tšinovnikute armee loomine!»

Tsaarivalitsuse poolt oli näilik võitlus joomisega tehtud ülesandeks «Rahvakarskuse hoolekandele». Kubermangu- ja oblastikeskustes juhtisid neid hoolekandeaasutusi kubernerid, maakondades aga aadlipeamehed. Hoolekande liikmed värvati kõrgeima bürokraatliku ladviku hulgast, sandarmeeria, sõjaväe, vaimulikkonna ja teiste ametkondade esindajatest. On loomulik, et nende laiast avalikkusest eemal seisvate hoolekandeaasutuste töö, vaatamata tolle aja kohta võrdlemisi suurtele selleks eraldatud summadele (üle 2 miljoni rubla), osutus viljatuks. Viina tarvitamine ühe elaniku kohta suurenes aastatel 1900—1913 20 protsendi võrra. Ühtlasi suurenes ka alkohoolsete psühhooside all kannatavate haigete hulk.

---

## JOOMINE — KAPITALISTLIKU MINEVIKU KAHJULIKEM IGAND

Suur Sotsialistlik Oktoobrirevolutsioon vabastas meie maa töölised ja talupojad orjusest ning muutis nad kõigi materiaalsete ja kultuuriliste hüvede peremeesteks. Sotsialismi võit, ekspluataatorlike klasside likvideerimine, marksislik-leninliku teooria suur ümberkujundav jõud, partei hiiglaslik töö masside kommunistliku kasvatamise alal ja loov töö muutsid nõukogude inimeste elu ja moraalsel palet. Sotsialistlik revolutsioon tõi töötajate majanduslikku olukorda põhjalikke muudatusi ja kõrvaldas alatiseks alkoholismi juured.

Sotsialistlikus ühiskonnas esinevad inimeste omavahelised suhted ekspluateerimisest vabade töötajate seltsimeheliiku koostöö ja sotsialistliku vastastikuse abistamise suhetena.

Meie ühiskonna põhjalik ümberkujundamine sotsialistlikel alustel ning töötajate täielik vabastamine igasugustest ekspluateerimisvormidest hävitasid alkoholismi sotsiaalse baasi.

Vestluses Klara Zetkiniga ütles suur Lenin, et proletaariat kui tõusev klass ei tunne vajadust joobumuse järele, mis teda uimastaks või erutaks, et talle on vaja selgust, selgust ja veel kord selgust. Töötajate kommunistlik kasvatus on suunatud kõigi kapitalismi igandite, sealhulgas ka sellise kahjuliku igandi kui joomine, likvideerimisele.

See aga veel ei tähenda, et me oleme juba täielikult võitnud selle kahjulikema igandi.

Meil on veel palju inimesi, kes kannavad endas kahjulikke minevikuigandeid ja kes ei ole lahti öelnud vanast kodanlikust moraalist, mis suhtub sallivalt alkoholismi. Ka nõukogude ühiskonnas on veel elemente, kes on sattunud alkoholismi mõju alla, on inimesi, kes on haigestunud alkoholsete jookide pideva kuritarvitamise tagajärjel.

Joomine on moraalse laostumise väljendus, tal ei tohi olla kohta sotsialistlikus ühiskonnas.

Joodikud toovad suurt kahju tootmisele. On nagu reegel, et nemad on tootmise desorganisaatorid. Alkohoolikutel on töö tootlikkus alati palju väiksem kui inimestel, kes elavad karsket elu. Uimase peaga pärast joomist tööle ilmudes annavad nad madalakvaliteetset toodangut. Seal, kus täiuslik ja keerukas tehnika nõuab selget mõistust, silmamõõtu, liigutuste täpsust, toovad pohmeluses tööle tulnud inimesed kahju tootmisele ja iseenesele. Nende süü läbi riknevad sageli kallihinnalised seadmed, juhtuvad igasugused avariid ja õnnetused. Alkoholi tarvitavate töölistega juhtub õnnetusi kolm korda sagedamini kui karsketega.

Väärrib hukkamõistu see, kes unustab oma kohustused ühiskonna ees, kes hülgab sotsialistliku riigi huvid.

Arvukate vaatluste põhjal on tõestatud, et isegi neil, kes joovad mõõdukalt, langeb töö tootlikkus 4—5%. Eri-lise aparraadi — ergograafi — abil on kindlaks tehtud, et juba 200 grammi viina vähendab lihaste jõudu.

Ka vaimsele tegevusele ei avalda alkohol sugugi seda mõju, mida mõned inimesed talle omistavad, juues — nagu nad ise ütlevad — «inspiratsiooni saamiseks». Paljude teadlaste uurimised on näidanud, et ka selles suhtes mõjub alkohol ebasoodsalt. Kõrgema Närvitalitluse Instituudis teostatud katsetega on selgelt näidatud, et viin isegi võrdlemisi väikestes annustes kutsub esile inimese kõrgema närvitalitluse lühiajalise häire. Alkohoolikutel aga täheldatakse tavaliselt juba hoopis tõsisemaid kõrgema närvitalitluse häireid, mis alkoholismi rasketel juhtudel muudavad kogu inimese palge.

Inimesed, kes tegelevad joomisega, rikuvad sotsialistliku ühiselu reegleid ning mürgistavad töötajate kultuurset puhkust. Kõigile on tuntud joodikute huligaanitsev käitumine avalikes kohtades. Nii imelik kui see ka on, kuid mitte alati ei leia need häbistavad nähtused vajalikku halvaks panu leebe suhtumise tõttu joodikutesse. «No mida inimeselt nõuda — ta on ju purjus,» — nii arutlevad kahjuks mõned nõukogude inimesed, õigustades sellega huligaani tegusid. Muide, selline leplik suhtumine joomisse tugineb oma olemuselt tervenisti kodanlikule moraalile ja aitab kaasa selle kahjulikema minevikuigandi püsimisele.

Kuid millist majanduslikku kahju riigile toob õitsvate ja erksate inimeste muutumine abituteks invaliidideks joomise ja sellega seotud traumatismi tagajärjel!

Traumatoloogia ja Ortopeedia Keskinstituudi andmetel,

mis on avaldatud professor N. N. Priorovi poolt, on ligi 20 protsenti elukondliku trauma juhtudest seotud joomisega. 15,8 protsenti kõigist vigastatuist, kes toodi Moskva Kiirabi Instituuti, olid joobnud olekus.

Joomine on alaliste konfliktide ja lahkkelide allikaks perekonnas. Joobnud isa unustab oma kohustused perekonna, laste suhtes. Joodikute lapsed on tihti vanemate vahel toimuvate kakluste ja tooreste stseenide tunnistajateks. Lõpuks kujunevad sellistel lastel närvisüsteemi häired, nad haigestuvad tihti neuroosi.

Sageli õpivad joodikute lapsed koolis halvasti, sest neil ei ole normaalseid tingimusi tundide ettevalmistamiseks. Näiteks kodanik Š. kahelapseline perekond. Kodanik Š. on 36-aastane ning joob juba rea aastate vältel peaaegu iga päev viina. Ükski õhtu ei möödu selles perekonnas rahulikult. Isa kojutulekuga kaasnevad alati küüniline sõim, hüüded, kaklus. Lapsed on kinnised, ärahirmutatud, õpivad halvasti ja jäävad samasse klassi teiseks aastaks. Nad kasvavad kiduratenä, nõrkadena, on sageli haiged. Perekonna materiaalne olukord on halb, sest isa joob maha kogu oma tööpalga. Perekond elatub ainult kodanik Š. naise töötasust, kuna kodanik Š. ise on muutunud täielikuks armuleivasööjaks. Selles alkohooliku perekonnas on juba alanud lahkkelid ja perekond on kokku varisemas.

Joomisega on samuti seoses tõsised kuriteod. On teada, et rahvavaenlased ja vaenlase salaluure kasutavad alkoholisti oma alatuteks eesmärkideks. Nad värbavad spioone ja äraandjaid moraalselt laostunud inimeste hulgast. Real juhtudel imbusid rahvavaenlased meie ridadesse joomise ning olustikulise ja moraalse roiskumise levitamise teel, kasutades alkohoolseid jooke kuritarvitavaid inimesi. Sellest järeldub, et alkoholism kahjustab riigi elulisi huve ja et joomine ei ole ainult purjutada soovivate isikute «erasjaks».

Olukorra traagilisus seisab veel selles, et igal sobival juhul pummeldada armastav inimene satub kroonilistest alkohoolikutest mitte väiksemasse ohtu sooritada kuritööd, sest ta kaotab kergesti enesevalitsemise ja vajaliku kontrolli oma tegude üle.

Alkoholismi all kannatavate haigete hulgas võib sageli kohata inimesi, kes kunagi ei aimanud, et võivad kiinduda alkoholi. Nad arvasid, et soovi korral võivad joomise igal ajal maha jätta. Kuid alkohol on niisugune salakaval

vahend, millega kergesti harjutakse ja mis kiiresti rikub inimese. Seda tuleb alati meeles pidada «juhuslike» joomingute harrastajatel ja neil, kes leplikult suhtuvad joomisigandesse. Nad peavad teadma, et mida tihemini korduvad joomingud, mida lühemad on vaheajad nende vahel, seda rohkem on võimalusi haigestumiseks, krooniliseks alkohoolikuks muutumiseks.

Joomisigandid on meil veel väga püsivad. On näiteks teada, et paljud joovad arvates, et viin annab jõudu, tõstab töövõimet, hoiab ära haigusi, parandab tuju jne. See sügavalt ekslik vaade on meieni säilinud keskajast, kus alkoholi loeti «eluveeks». Mõned teadlased, kes on põhjalikult uurinud joomise kahjulikke tagajärgi, peavad õigemaks nimetada alkoholi «surmaveeks».

Süstemaatiline joomine, mis sageli muutub krooniliseks alkoholismiks, toob suurt kahju inimese tervisele. Teaduslikud uurimused näitavad, et joodikute suremus on kolm korda suurem kui karsklastel samas eas. Neis uurimustes märgitakse muuseas suuremat suremust meeste hulgas, mis on seoses sellega, et nad tarvitavad alkoholi rohkem kui naised.

Nagu juba märkisime, on joomine ja teised alkoholismiga seotud negatiivsed nähtused kapitalistlikust minevikust säilinud igandite tagajärg. Need mineviku häbiväärsed jäänused ei kao iseenesest. Nende vastu tuleb pidada visa ja püsivat võitlust, kasutades selleks kõiki ühiskondlikke mõjutusvahendeid, aktiivsete abinõude tarvituselevõtmist tervishoiuorganite poolt, poliitilise ja kultuuriliskasvatusliku töö tugevdamist, alkoholismi kahjulikkuse selgitamist ja teatavaid riiklikke reglementatsioone alkohoolsete jookide müümisel. Alkoholismile tuleb vastu seada laialdane tervete eluviiside propaganda ja töötajate kultuurse puhkuse organiseerimine.

---

---

## ALKOHOLI MÕJU INIMESE TERVISELE

Tihti võib viina armastajalt kuulda, et alkohol tugevdab tervist, soojendab, «kaitseb haiguste eest», «annab jõudu juurde».

See on sügavaim eksitus.

Hästi on alkoholi mõju kirjeldanud Jack London. Ta kirjutab: «Viin sirutab meie alati käe, kui meid on tabanud ebaedu, kui me nõrkeme, kui me oleme väsinud, ja osutab ebatavaliselt kergele väljapääsule meie olukorrast. Kuid tema lubadused on valelikud: füüsiline jõud, mida ta lubab, on illusoorne, vaimne tõus — petlik; viina mõjul me kaotame tõepärase kujutluse asjade väärtusest.»

Alkoholi mõju organismile, eriti kesknärvisüsteemile, aga koos sellega ka alkoholismiga võitlemise küsimused tõmbasid endale suurte füsioloogide I. M. Setšenovi ja I. P. Pavlovi tähelepanu.

I. P. Pavlov hindas väga, kui tema õpilased, eriti M. K. Petrova, katsetades koertega, samm-sammult avastasid närvimehhanismid, mis on aluseks erinevate alkoholiannuste mõjule ja samuti koerte kroonilisele alkoholiseerumisele.

I. P. Pavlov rõhutas, et ta koos oma kaastöölistega on otsustanud uurida alkoholi mõju kõrgemale närvitalitlusele. Ta unistas ja avaldas suurt lootust, et õnnestub selgitada alkoholismi aluseks olevaid närvimehhanisme ning võib-olla ka leida kindel vahend võitluseks alkoholismiga.

I. P. Pavlov arvas, et alkohol nõrgestab algul pidurdusprotsessi, seejärel aga mõjub erutusprotsessile. Tõepoolest, alkohoolse joobe algfaasis muutuvad inimesed elavaks, jutukamaks, lakkavad ennast ohjeldamast ja käituvad üha vabamalt. I. P. Pavlov seletas seda seesmise aktiivse pidurduse nõrgenemisega ja teiste häiretega kõrgemas närvisüsteemis.

Ainult sellega saab seletada meid tihti üllatavat inimeste

kahepaikset käitumist: kaines olekus on nad suurepäraseid inimesed, joobnuna aga kujutavad endast ainult haledat ja inetut karikatuuri, oma kaine «teisiku» paroodiat.

Nagu teada, kutsub joobumuse esile ühe või teise alkohoolse joogi tarvitamine. Joobumuse määr sõltub joodud alkoholi hulgast ja kvaliteedist, aga ka individuaalsest reageerimisest alkoholile. Joobnuks tuleb lugeda igaüht, kes on tarvitanud alkoholi määral, mis mürgitab kesknärvisüsteemi niivõrd, et ajutiselt kaob tema normaalne võime ümbrusele reageerida ja joobnu muutub koormaks enesele või kujuneb ohtlikuks ümbritsevatele inimestele.

Algul joobnud tunnevad, et neis toimub mingi muudatus: nad tunnevad ebaloomulikku lõbusust, neile näib, et nad on muutunud tugevamaks. Kõik nende mured, kõik elamused leevenduvad, nad tunnevad rõõmu. Joobnud lakkavad kontrollimast oma käitumist, hakkavad laulma, tantsima, jõudu ja osavust proovima, julgelt ohtlikke trikke sooritama. Nii hüppavad vahel mitte ujuda oskavad joobnud jõkke või tiiki, püüdes näidata oma nooruslikkust, ja tihti upuvad, kui neid õigel ajal ei päästeta. Asjata ei öelda, et joobnule on meri põlvini, kuid unustatakse lisamast, et lomp on kõrvuni.

Isegi kerges joobeseisundis alahindab inimene kõige reaalsemaid ohte. Selles suhtes eriti ohtlik on purjusolek veokijuhtidel, kes isegi kergeastmelises joobeseisundis ilmuvad uljust, mis viib tihti inimohvritega seotud avariideni.

Vähehaaval muutuvad joobnud liiga vabadeks, taktituteks, häbematuteks. Esimeses joobestaadiumis nad siiski annavad veel täielikult aru oma tegudest. Osal inimestest kutsub alkohol esile kurbuse. Joobnut valdavad raskeid mõtisklused, mõtted ebaedust, reetmisest, haigustest, õnnetustest jne. Kõik puudutab teda, kõik hirmutab teda. Julge ja külmavereline inimene võib joobnuna muutuda argpüksiks ning ägada ja nutta nagu väike laps.

Mõnedel inimestel kerkib joobnuna esile riikus ja okkalisus. Sellised joobnud muutuvad kergesti ärrituvaks, ei kannata mingisugust vasturääkimist, otsivad ja isegi mõtleavad välja põhjuse tüliks ja kakluseks. Sellistel inimestel lõpeb jooming harva skandaalita, mingisuguse huligaanse tembuta.

Tähelepanematult ja vähehaaval, kuid kõrvalekaldumata hakkab alkohol laostama joodiku organismi.

Alkohol mõjub kõigile elundeile, kuid eelkõige kannab

tab tema toimel kesknärvisüsteem: häirub peaju tegevus, eriti tema tähtsaimas osas — suurte poolkerade kooses.

Juba joobe algperioodil, mis algab tähelepanematult, häirub kõrgem närvitalitus. Kõne muutub seosetuks, lälutavaks, arusaamatuks. Joobnud kordavad kangekaelselt ühte ja sedasama sõna või fraasi nagu automaadid. Neil ei ole enam arukat arvamust. Vähehaaval ilmub joobnul tuim apaatus ning unisus ja ta uinub.

I. P. Pavlov oma töös «Füsioloogi katseline ekskursioon psühhiaatria valdkonda», selgitades napakuse ja ülemeelikuse, samuti erutuse sümptome ja agressiivseid puhanguid, mida täheldatakse raskekujulise vaimuhaiguse skisofreenia juures, kriipsutas alla, et need nähud meenutavad alkohoolse joobe algfaasi. Ta pidas seda peaju suurte poolkerade koore algava üldise pidurduse tulemuseks, mille tagajärjel lähim koorealune osa «mitte ainult vabaneb suurte poolkerade kontrolli ja pidurduse alt virgeseisundis», vaid ühtlasi viiakse erutatud, kaootilisse seisundisse.

Rasketel juhtudel, mille puhul öeldakse, et «inimene on purujoobnud», on alkoholi tarvitaja otsekui narkoosi all. Ta ei reageeri üldse välistele heli-, valu- ega teistele ärritustele. Tema silmaterad laienevad ega ahene valguse mõjul. Pulss on nõrk ja aeglane. Hingamine aeglustub, kuulduvad ebaühtlased kähinad. Keha temperatuur, eriti külma käes, langeb mõnikord 24°C-ni. Kui sellistele joobnutele ei anta arstiabi, siis võivad nad hukkuda südame ja hingamise halvatuse tagajärjel. Mõne tunni järel uinuvad joobnud tavaliselt sügavasse unne, mis rasketel juhtudel võib kesta kuni 2 ööpäeva. Ärkamisel ilmneb peavalu, paha maitse suus, janu, pööritus, vahel oksendamine koos sapiga. Kõrvuti sellega täheldatakse üldist nõrkust ja töövõime vähenemist.

Mõningatel alkohoolikutel ilmnevad pärast alkohoolsete jookide tarvitamist lühiajalised psüühilised häired, mida ebaõigelt nimetatakse patoloogiliseks joobeks, sest oma olemuselt on iga joove patoloogiline. Need häired kestavad mõnikord mitu tundi ja nendega kaasneb teadvuse tuhmumine. Mõnikord panevad sellised alkohoolikud toime raskeid kuritegusid, mis paistavad silma oma metsikuse ja mõttetuse poolest.

Tihti üritavad alkohoolikud hirmu mõjul enesetapmisi. Niisugune joobe vorm areneb neil äkki, kusjuures joodud alkoholi hulk ei mängi selle arenemises enam olulist osa.

Sellelaadilise joobe arenemist soodustavateks ja abistavateks teguriteks on palavas, halvasti õhutatud ruumis viibimine, nõrk tervis, üleväsimus jne.

Nõukogude ühiskond kaitseb end alkoholismi sotsiaalselt ohtlike nähtuste vastu. Mitte juhuslikult pole nõukogude kriminaalkoodeksi 11. paragrahvis, mille järgi vaimuhaigetele ei või kohaldada kohtulik-parandusliku iseloomuga sotsiaalse kaitse vahendeid, vaid ainult meditsiinilise iseloomuga sotsiaalse kaitse vahendeid, märkus, et seda paragrahvi ei kohaldata isikuile, kes on kuriteo toime pannud joobnud olekus.

Sage alkoholi tarvitamine viib selleni, et inimene harjub alkoholiga ega saa enam ilma temata läbi.

Krooniline alkoholism on eriline haigus. Mõned teadlased asetavad ta haiguse ja kuritöö piirile, sest alkohoolik hävitab oma tervist, kahjustab perekonna heaolu, toob kahju ühiskonnale. Sõltumata sellest, missugusest seisukohast lähtudes me vaatleme kroonilisi alkohoolikuid, peame eraldama need inimesed eri gruppi ja nende suhtes rakendada ranget ravivahendite süsteemi, et pöörata nad tagasi tervesse tööõhkkonda.

Krooniline alkoholism on raske haigus. Kui alkohoolik millegipärast ei joo viina, siis tunneb ta end mõne päeva jooksul väga halvasti. Käed värisevad. Tuju halveneb. Ta muutub morniks, kergesti ärrituvaks. Südame piirkonnas tekib halb tunne. Pulss kiireneb. Tekib higistamine, füüsiline nõrkus, uni muutub häirituks, esineb rahutus, kärsitus ja raskesti ületatav soov juua. Pärast järjekordset joomingut kõik need sümptoomid mööduvad. Paljud inimesed, kes on haigestunud alkoholi kuritarvituse tagajärjel, ei joo juba mitte enam lõbu pärast, vaid selleks, et vabaneda rasketest pohmeluse nähtustest.

Alkohoolikud vaatavad elule väga pinnapealselt ja kerge-meelselt, nad ei mõtle tulevikule ja mõnikord koguni ei märkagi enda moraalsel langust. Alkohoolik võib rängalt kannatada perekondlike ja ametialaste ebameeldivuste tõttu, mis tekivad tema joomise tagajärjel, võib valada pisaraid oma viletsa saatuse pärast, kuid samas, sõna otseses mõttes mõne minuti pärast napsiklaasi taga unustab kõik.

Alkohoolikute toimingud ja püüded on kaotanud igasuguse püsivuse. Kõrgendatud meeololu, mis ilmneb joobnud olekus, asendub kiiresti rusutud, nukra, rõhutud meeoluga. Mõnikord tekib neil tugev nukrus, kaob huvi elu, töö ja pere-

konna vastu. Sageli valdab alkohoolikuid armukadedus, nad arvavad, et nende naised neid petavad esimese ettejuhtuva mehega, naabritega, töökaaslastega. Naiste suhtes kasutavad nad julma vägivalda, kontrollivad neid lakka-matult, jälitavad neid, jõuavad kujuteldavate armukesteni, korraldavad metsikuid skandaale. Ühe haige naine mär-gib, et kaines olekus on tema mees suurepärase inimene, kuid joobnult muutub loomaks, peksab teda, ajab kodust ära, ähvardab tappa ja mõnitab teda igati. Alkoholismi tagajärjel areneb mõnikord selline vaimsete võimete lan-gus, et see on mõnede teadlastele andnud põhjust kõ-nelda alkohoolsest nõdrameelsusest.

Perioodiliselt esinevaid joomahoogusid nimetatakse dip-somaaniaks. Inimesed joovad sel ajal väga suurel hulgal alkoholi ja muutuvad täiesti töövõimetuiks.

Tihti eelneb dipsomaaniale tugev nukrus. Dipsomaania-hoog kestab mõnest päevast ühe kuuni. Mõnikord vahe üksikute dipsomaaniahoogude vahel lüheneb ja perioodi-line dipsomaania võib muutuda krooniliseks.

Mõnikord lõpeb asi joomahullusega (*delirium tremens*) või teiste raskete vaimuhaigustega.

Joomahullus, mis tekib viina kuritarvitamise tagajärjel, on ägedalt kulgev alkohoolne psühhoos, mille ajal tuhmub mõistus ning kaob täielikult uni. Haige käed hakkavad tugevasti värisema ning tema keha temperatuur harilikult tõuseb.

Haiguspildis on keskne koht nägemishallutsinatsioonidel. Haiged näevad kuradeid, rotte, krokodille, mitme-suguseid muinasjutulisi imeelukaid, kes kiiresti liiguvad, kord ilmudes, kord kadudes, ja tungivad haigele kallale. Nägemused võivad olla nii selged, et haige aju tajub neid tegelikkusena ning haige elab luupainajate maailmas, kao-tades sideme ümbritsevaga.

Haigel kaob orienteerumisvõime, haiglat peab ta resto-raniks, haigeid ja arste oma tuttavateks. Mõnikord püüa-vad haiged hirmuhooegade ja hallutsinatsioonide mõju all läbi akna tänavale viskuda.

Tavaliselt kestab haigus kahest kuni seitsme päevani ja lõpeb nagu kriisiga — sügava unega, mille järel psühhoos tavaliselt möödub. Kuid võib esineda ka kauakestvaid joo-mahulluse juhte krooniliseks vormiks muutumise tendent-siga.

Esineb ka teisi, kauem kestvaid alkohoolseid psühhoose,

eriti alkohoolne hallutsinoos, mille puhul esikohale kerkiavad kuulmishallutsinatsioonid. Haige kuuleb häält, mis ähvardavad teda hävitada ning süüdistavad teda igasugustes kuritöödes. Ta tunneb teravat hirmu ja rahutust. See haigus kulgeb tavaliselt selge teadvuse juures ning kestab enamasti nädalast kuni mõne kuuni, kuid mõnikord ka aastaid.

Kestev alkoholi kuritarvitamine kutsub esile ka teisi tõiseid haigusi, sest häirub ainevahetus ning südame-veresoonkonna, mao-soolte trakti, maksa ja teiste elundite närviregulatsioon.

Enamik alkohoolikuid näib oma aastatest palju vanema ja see pole ka ime, sest alkohol, mis põhjustab organismis rea haiguslikke häireid, viib enneaegsele vananemisele. Paljude alkohoolikute üldine seisund kõneleb nende organismi enneaegsest kiduraks jäämisest. Neil on punakassinise värvusega, elastsuse kaotanud nahk, kustunud vaade, rabedad küüned ja sageli ka sügavad vanaduskortsud. Alkohoolikuid iseloomustavaks tunnuseks on värisevad sõrmed, eriti hommikuti, kui lõpeb alkoholi mõju. Täheledatakse südame-veresoonkonna enneaegset arterioskleroosi. Tekivad seksuaalfunktsioonide häired, mis väljenduvad ühes või teises vormis. Enneaegne vananemine eelneb siseelundite raskematele haigustele.

Alkoholismi esimestel etappidel on haigel väliselt terve, värske ilme, mis on tingitud tunduvalt rasva ladestumisest nahaalustesse kudedesse, kuid edaspidi joodiku nagu tursub ning naha veresooned ninal ja põskedel laienevad, andes neile punaka, sinkjashalli tooni. See alkoholismi staadium on tuntud ebatüseduse staadiumina.

Pikapeale hakkavad esinema raskemad ainevahetuse häired. Dipsomaaniahoogude ajal haiged kaotavad söögiisu ja nende organism omastab toitu halvasti, vitamiinid aga jäävad peaaegu omastamata. Sellest tingituna tekivad sageli vitamiinide puudusega seoses olevad haigused — alkohoolne polüneuriit (paljude närvide põletik), pellagra ja teised.

Sageli viib alkoholi kuritarvitamine hammaste kaotamisele kõige õitsvamas eas.

Alkoholismi viimastes staadiumides enamik haigeid kõhneb, nende jõud kahaneb, nad muutuvad kahvatuiks, kurnatuiks ja kurtunuiks. Järsult langeb vastupanuvõime mitmesugustele haigustele, eriti nakkushaigustele ja haigused

kulgevad raskemalt kui karsketel inimestel. Mitmeaastased vaatlused alkohoolikute eriraviasutuses näitavad, et tarvitseb ainult ühel alkohoolikuist nakatuda grippi, kui nad vaatamata kõigile profülaktilistele abinõudele peaaegu kõik haigestuvad grippi. Haigus kulgeb neil raskekujuliselt, sageli kopsutüsistustega. Väga raskelt kulgevad alkohoolikutel ka teised, juhuslikult kaasnevad haigused.

Alkoholi kuritarvitamine kutsub esile mao limaskesta haiguslikke muutusi ja seedefunktsioonide häireid. Mao limaskest muutub alkoholi mõjul, temas olevad näärmed osalt hävivad. Isu langeb järsult.

Paljud haiged kõnelevad, et joomise ajal nad peaaegu üldse ei söö. Alkohoolikute mao spetsiaalne uurimine näitas, et nad kannatavad ägeda, enamikul juhtudel aga kroonilise maokatarri all.

Mida rohkem juuakse alkoholi, seda tõsisemaid häireid täheldatakse maos. Alkohoolikute maosisaldise uurimisel ilmnes, et see koosnes ainult limast ja täielikult seedimata toidust. Limamass katab makku saabuva toidu ja on nähtavasti üheks normaalselt seedimist takistavaks teguriks.

Peaaegu kõikidel alkohoolikutel täheldatakse selliseid üldisi nähte, nagu katuga keel ning kurgu ja mandlite ärritus. Harilikult haiged kaebavad valu rindealuses piirkonnas pärast sööki, kõrvetisi ja rõhitust, isu langust ning raskustunnet mao piirkonnas. Hommikul esineb neil sageli oksendamine. Põletikulised protsessid levivad mõnikord ka soolestikule. Sel puhul esinevad kõhulahtisus, kõhukinnisus, kõhu puhitus ja kõhu valulisus. Haigetel tekib kehveresus ja üldine nõrkus. Nad näevad välja kurtunutena, kahvatutena.

Kui häired seedetraktis ei ole omandanud veel raskekujulist vormi, siis 1—2 kuu jooksul pärast alkoholi tarvitamise lõpetamist haiguslikud nähud mööduvad. Alkoholismi rasketel juhtudel on mao haiguslikud nähud juba paranematud või raskesti paranevad.

Alkoholi kuritarvitamine kutsub esile rea haiguslikke muutusi maksas. Nende muutuste aste oleneb individuaalsest vastupidavusest ja joodud alkoholi hulgast. Kirjanduses leiduvad andmed 309 alkohooliku laiba lahkamise kohta näitavad, et 11 juhul avastati selline raske haigus nagu maksa tsirroos. Kõigil ülejäänud juhtudel oli maks samuti haiguslikult muutunud.

Kõige mitmekesisemate statistiliste andmete põhjal on

suremus maksa tsirroosi tagajärjel restoranipidajatel, õllepruulijatel ja teistel alkoholiga tegelevatel isikutel 9 korda suurem kui põllutöölistel või inseneridel, kes põhiliselt ei ole kuritarvitanud alkoholi.

Hoolikad uurimused alkoholi mõjust koduloomade maksale viivad järeldusele, et alkoholsete jookide pidev organismi viimine kutsus maksas esile raskekujulisi haiguslikke muutusi. Lahkamisel levib maksast terav puskariõli lõhn. Mikroskoobi all on märgata maksarakkude hägust turset, teralisust ja rasvväärastust, kohati aga nende järsku vähenemist. Enamik uurijaid jõuab ühisele järeldusele, et alkoholi pikaajalise mõju all tekib inimese maksas rasvväärastus, millele hiljem järgneb tsirroos.

Maksa alkoholise tsirroosi kulus esineb tingimata ägeda maksapõletiku staadium, millele järgneb rasvväärastus. Kergete maksakahjustuste korral kaebavad haiged isu täieliku puudumise, iivelduse, oksendamise ja valu üle maksa piirkonnas. Keel on neil katuga, maks suurenenud ja komplemiseril valuline, silma kõvakest kergelt kollaseks värvunud. Pärast spetsiaalset ravi ja täielikku alkoholist loobumist kõik need nähud harilikult mööduvad, olgugi et maks püsib veel pikemat aega suurenenuna. Maksa tsirroosi puhul esinevad järsk kõhnumine, kollatõbi, vesitõbi ja maksa muutused. Haigetel on halb maitse suus, nad kannatavad isu puuduse, kõhulahtisuse ja kõhukinnisuse, suure nõrkuse, naha sügelemise ja kanapimeduse all. Haigus kestab keskmiselt 1—2 aastat ja lõpeb surmaga.

Pikaajaline alkoholi kuritarvitamine kutsus esile terve rea haiguslikke muutusi südame-veresoonkonnas. Need muutused kannavad algul funktsionaalset iseloomu ning on paranevad, kuid neile järgnevad juba raskekujulisemad muutused südamelihases, mis lõpuks viivad selle rasvväärastusele. Vene teadlased Laudenbach ja Zivert demonstreerisid juba 1906. aastal kassi isoleeritud südamel alkoholi mõjul tekkivaid südametegevuse muutusi. Alkoholi pideva mõju all südame rütm sagenes ja lõpuks jäi süda seisma. Südame uhtmisel normaalse toitevedelikuga tema tegevus taastus kiiresti.

Silmapaistev farmakoloog N. P. Kravkov tegi kindlaks, et alkohol pärsib südame-veresoonkonda. Looma isoleeritud süda peatus 15 minutit pärast temast 25-protsendilise alkoholilahuse läbijuhtimist.

Mõned patoloogilise anatoomia eriteadlased, eriti prant-

suse omad, kalduvad alahindama alkoholi kahjulikku mõju südame-veresoonkonnale ja eriti alkoholi osa arterioskleroosi enneaegses arenemises, kuid nende väited lükatakse ümber nii eksperimentaalsete uurimistega loomade juures kui ka igapäevaste kliiniliste tähelepanekutega, mis kõnelevad sellest, et arteriosklerosis ja enneaegne vanadus on alkoholismi harilikeks kaaslasteks.

Rasketel alkoholismi vormidega haiged kaebavad harilikult füüsilise nõrkuse ja hingelduse üle ning suruva iseloomuga valude üle südame piirkonnas, mis alkoholismi komplikatsioonil südame arterioskleroosiga kanduvad selga, abaluudesse ning rinna piirkonda.

Kõik südame haiguslikud muutused alkoholi kuritarvitamise puhul tekivad peamiselt südamelihases, mis mõõtmetelt tunduvalt suureneb. Südame õõned laienevad, toonid muutuvad tuhmiks.

Teatud aja vältel tuleb süda oma tööga toime, kuigi suurte raskustega, kuid igal ülepingutusel on oma piirid. Tulemuseks on vereringe häired, üldise nõrkuse suurendamine, südameklõppimise, hingelduse, tursete ilmumine, mis lõpuks viivad inimese enneaegsele hukkumisele. Alkoholilisel esineb sageli isegi õitsvas eas niinimetatud äkiline surm, mis enamasti on tingitud südame halvatusel.

Alkohol ei säästa isegi väga terve inimese südant. Näiteks üks juhtum. Noor, füüsiliselt tugev, hästi arenenud muskulatuuri ja südamega noormees jõi rõõmust õnneliku kojujõudmise üle kaks nädalat järjest. Lühikestel selgimise minutitel veenas ema teda joomist lõpetama, kuid tema, kiideldes, et on tugev nagu härg, jätkas joomist.

Süda ei kannatanud niisugust koormust välja. Lahkamine näitas, et noormees suri äkilise südamehalvatuse tagajärjel.

## VÖITLUS ALKOHOLISMIGA

Paljud alkohoolikud saavad aru, et nad rikuvad oma tervist, kuid jätkavad joomist, arvates, et alkoholism on ravimatu. See ei ole õige. Alkoholismi saab ja tuleb ravida. Ta on ravitav. Seda kinnitab nõukogude arstide paljude aastate praktika.

Meenub üks juhtum. Kakskümmend aastat tagasi tuli haiglasse, kus ma töötasin, täiesti langenud inimene naiselaks ja räbalates, mis vaevalt katsid ta paljaid jalgu. Ta rääkis lühidalt oma visiidi põhjusest. Ta jõi koos naise ja naabriga. Tuli sellepärast, et oli vaja kas ravida või panna silmus kaela.

Teda raviti kaks kuud ja ta sai terveks. Naine ei tahtnud end ravida, jõi edasi ja suri. Suri ka naaber.

Paljude aastate pärast ma kohtasin oma patsienti. Ta ei joo. Lõpetas tehnikumi, siis instituudi, sai tehases juhtivaks inseneriks.

Niisuguseid näiteid võiks tuua palju.

Alkoholismi mitte ainult tuleb ravida, vaid tema vastu tuleb ka võidelda. Kuid alkoholismi vastu ei saa võidelda ainult keelu abil, nagu näitavad Ameerika Ühendriikide kogemused, kus 1917. aastal Kongress võttis vastu keeluseaduse, nn. «kuiva seaduse».

«Kuiv seadus» võeti vastu laialdase alkoholivastase liikumise tulemusel. Paljudele näis, et keeluseadus lõpetab jäädavalt need õudused, mida rahvale toob alkoholism. Kuid juba paari aasta möödumisel, kohe pärast kõigile maa-dele ühiste sõjaaja kitsenduste äralangemist, ilmnisid kõik «kuiva seaduse» negatiivsed küljed. Varsti pärast keeluseaduse vastuvõtmist tekkis Ameerika Ühendriikides terve salakaubalaevastik, mis naabermaadest alkohoolseid jooke sisse vedas. Algul tunduvalt vähenenud suremus alkoholismi tagajärjel ja joomise pärast arreteeritute arv hakkas kiiresti kasvama.

Nii registreeriti New Yorgis 1920. aastal 13 alkoholis-  
mist tingitud surmajuhtumit 100 000 elaniku kohta. See-  
järel aga toimus järsk hüpe: 1921. aastal oli surmajuhtu-  
meid 17, 1925. aastal 86. Samadel aastatel kasvas ka joo-  
mise pärast arreteerimiste arv Ameerika Ühendriikide lin-  
nades.

Alkoholi salajase tootmise kolossaalse leviku, alkohool-  
sete jookide salakaubana sissevedamise ja müügi tulemusel  
kukkus «kuiv seadus» Ameerika Ühendriikides läbi. 1932.  
aastal pidi Kongress selle tühistama.

Keelusüsteemi sisseviimise kogemus Ameerika Ühendrii-  
kides on vägagi näitlik.

Ka Belgia seadusandlus püüdis piirata alkoholi tarvita-  
mist. 1919. aastal anti välja seadus, mis keelas kangemate  
kui 18-kraadiste alkohoolsete jookide tarvitamise avalikes  
kohtades, ning neidki lubati müüa mitte rohkem kui kaks  
liitrit inimese kohta. Milleni viis see seadus? Selle raken-  
damine suurendas tunduvalt alkoholi tarvitamist perekon-  
dades ja tõstis naiste alkoholismi.

Sveitsis kehtestati kaardisüsteem alkohoolsetele jookidele  
koos nende maksustamisega kõrgete riigimaksudega, kuid  
ka see abinõu viis ainult selleni, et jooma hakkasid ka  
need, kes varem ei joonud. Krooniliste alkohoolikute arv  
maal suurenes 31 300-lt 1938. aastal 43 800-ni 1943. aastal.

Keelud ja piiramised viivad sageli aseainete, võltsitud  
alkohoolsete jookide valmistamisele ja kasutamisele, mis  
veelgi rohkem suurendab alkoholi kahjulikkust.

Alkoholismi vastu võitlemise rahvusvaheline büroo aval-  
das kokkuvõtte keskmisest alkoholi tarvitamisest inimese  
kohta aastatel 1928—1932. Nende andmete järgi tarvitati  
Prantsusmaal iga elaniku kohta aastas 20,64 liitrit abso-  
luutset alkoholi, Hispaanias 15,83, Itaalias 11,80, Suurbri-  
tannias 5,12, Ameerika Ühendriikides 4,09, Nõukogude Li-  
idus 1,04.

Seega joodi meil ühe elaniku kohta kõige vähem alko-  
holi ja kõige vähem esineb meil ka alkoholismist tingitud  
haigestumisi.

See asjaolu on ümberlülkkamatuks tõenduseks selle kohta,  
et edukas võitlus alkoholismiga, tema kui sotsiaalse pahe  
hävitamine, saab võimalikuks ainult kapitalistliku korra  
likvideerimisega.

See, et Nõukogude Liidus on alkohoolsete jookide tarvi-  
tamine ühe isiku kohta märgatavalt väiksem kui mistahes

kapitalistlikus riigis, on sotsialistliku süsteemi otsene tulemus ja on üheks tõenduseks tema üleoleku kohta kapitalistlikust süsteemist.

Kapitalistliku korra hävitamine ja sotsialismi ülesehitamine meie maal, sotsialistliku ideoloogia jagamatu valitsemine ning kommunistliku partei poolt teostatud ja teostatav hiiglaslik kasvatustöö muutsid põhjalikult nõukogude inimese moraalse palge. Nõukogude inimese uus moraalne pale väljendub tema kultuuriliste, elukondlike ja vaimsete nõuete kõrges tasemes.

Nõukogude inimese moraalset palet iseloomustavad tema materialistlik maailmavaade, piiritu armastus oma sotsialistliku kodumaa vastu, ustavus kommunismi ülesehitamise suurele üritusele, internatsionalistlik ideoloogia, kollektiivsus, aktiivne, loov ellusuhtumine, tööarmastus, suur kodanikuväärikuse tunne, teadlikkus oma ühiskondlikest kohustustest ja sotsialistliku ühiselu normide järjekindel täitmine. Need suurepärased omadused on määratud kogu meie nõukoguliku elukorraldusega.

Meil on isiksuse ja kogu inimühiskonna arendamiseks sellised võimalused, mida veel ei tunne ajalugu.

V. I. Lenin kirjutab, et sotsialism esmakordselt loob võimaluse tõmmata töötajate enamiku niisuguse töö areenile, kus nad saavad end avaldada, arendada oma võimeid, avastada talente, keda rahva hulgas on ammendamatu ja keda kapitalism surus, rõhus, kägistas tuhandete ja miljonitena. Ja tõesti, me kõik näeme ja rõõmustame selle üle, et sotsialistlik kord äratas rahva jõud, avas miljonitele nõukogude inimestele piiritud võimalused loominguliseks tööks, õppimiseks ja töötamiseks kõigil teaduse, tehnika, kunsti ja kultuuri aladel.

Seoses sellega on väga kujukad andmed nõukogude inimeste kultuurilise taseme tõusust, nende tungist teadmiste poole, millel on otsene seos alkoholismivastase võitluse küsimustega. On teada, et mida kõrgem on inimeste kultuuriline tase, mida paremini rahuldatakse nende vaimseid nõudeid, seda vähem esineb huligaansust, joomist ja teisi häbistavaid nähtusi.

Kõigepealt tuleb märkida, et NSV Liit, olles saavutanud sotsialistliku kultuuri kõrge taseme, on üldise kirjaoskusega maa, kus praegu toimub üleminek üldisele keskharidusele. Kogu meie noorsugu ja miljonid täiskasvanud inimesed õpivad koolides, kõrgemates õppeasutustes, ettevõtetes ja kol-

hoosides. Kolomna Kuibõševi-nimelises veduritehases õpib iga teine tööline. Selles tehases on õhtu-tehnikum, töölisnoorte kool ja laiaulatuslik kursuste võrk. Üksnes sõjajärgseil aastail õppis kursustel rohkem kui kolmkümmend tuhat selle tehase töolist ja teenistujat. Moskva tehases «Krasnõi Proletari» said viimastel aastatel spetsiaalse tootmisalase ettevalmistuse 90% põhiliste tsehhide töolistest.

Sellised näited on tüüpilised enamikule nõukogude ettevõtetele. On arvatud, et Nõukogude Liidus õpib ainuüksi mitmesugustes kvalifikatsiooni tõstmise süsteemi lüli des igal aastal üheksa miljonit töolist, teenistujat ja kolhoosnikut.

Iseloomulik on ka nõukogude inimeste tung osa võtta mitmesugustest kunstilise isetegevuse ringidest. Ainuüksi ametiühingute klubides ja punanurkades töötab praegu 123 000 kunstilise isetegevuse ringi, millede tööst võtab osa rohkem kui kaks miljonit inimest. Kokku aga loendatakse NSV Liidus umbes 350 000 sellist ringi ja neist võtab osa rohkem kui viis miljonit inimest.

Kõik see näitab nõukogude inimeste kultuurilise taseme kolossaalset tõusu, töö- ja elutingimuste ning töötajate materiaalse olukorra paranemist ja annab võitluses alkoholismiga positiivseid tulemusi.

Vastandlikult kapitalistlikele maadele on NSV Liidus järe sult vähenenud alkoholismiga seotud haiguste hulk. Kui revolutsiooniaelses Venemaal praeguse Vene NFSV piirides oli 1913. aastal vaimuhaiglates ravil 19,7% (kõikidest haigetest) haigeid, kes kannatasid alkoholpsühhoosi ja narkomaania all, siis Vene NFSV-s oli see protsent 1939. aastal 13,6 ja 1947. aastal 7,2.

Moskva närvi- ja vaimuhaiguste dispanseritesse pöördu b ikka vähem esmakordselt alkoholpsühhoosidesse haigestu nud. 1930. aastal tuli selliseid juhtumeid 100 000 elaniku kohta 18, 1934. aastal 11, 1938. aastal 8, 1940. aastal 6 ja 1947. aastal 2.

See ei pea meid siiski rahustama, sest olustikuliste eel arvamuste ja visade kapitalistlike igandite tõttu on meil veel joodikuid, on isikuid, kes haigestuvad alkoholi kuri tarvitamise tagajärjel. Nõukogude avalikkus ei lepi sellega, et kultuuri ja tervishoiu küsimustega tegelevad minis teeriumid ja ametkonnad, ilmselt rahul olles üldiste and metega alkoholismi vähenemise kohta riigis, ei ole kuni käesoleva ajani pööranud vajalikku tähelepanu alkoho-

lismi kahjulikkuse selgitamisele. Paljud kultuuri ja tervishoiu alal töötajad arvasid nähtavasti, et kuna meil on hävitatud alkoholismi kui sotsiaalse tõve juured, siis joomine kaob iseenesest ja pole vaja ennast koormata selgitustöö tegemisega ning võitlusega alkoholsete jookide kuritarvitamise vastu. Selline leplik suhtumine joomisse tekitas teatud kahju ja mõnel määral soodustas alkoholiga seotud traditsioonide püsimist.

Meie nõukogude ühiskond ei saa leppida joomisega. Nagu me juba märkisime, ei saa alkoholismi vastu võidelda ainult keeluabinõude tarvituselevõtmisega. Peamist tähtsust võitluses tervete elutingimuste loomise ja joomise likvideerimise eest omab avalikkuse tähelepanu juhtimine alkoholismi küsimustele, laiaulatusliku selgitustöö läbiviimine.

Iga meditsiinitöötaja kohuseks on näidata, selgitada nõukogude inimestele, missugust kahju toob organismile alkoholi kuritarvitamine. Loengud ja vestlused sellel teemal peavad olema näitlikud ja veenvad, neis tuleb laialdaselt kasutada näiteid kohalikust elust, mitmesuguseid statistilisi materjale, plakateid, diapositiive, kinofilme.

Meie ühiskondlikud organisatsioonid ei tohi kõrvale jääda võitlusest alkoholismiga, ei tohi rahulikult pealt vaadata, kuidas joodikud laostavad oma elu, perekonda, toovad kahju ühiskonnale ja tootmisele. Oskuslik, initsiatiivne ja seejuures mitte kampaanialik, vaid pidev ja süstemaatiline võitlus alkoholismiga on kõigi partei-, komsomoli- ja ametiühinguorganisatsioonide, kõigi kultuuri ja tervishoiu alal töötajate otseseks kohuseks.

Ühiskondlikud organisatsioonid peavad hoolitsema töötajate puhkeaja kultuurse veetmise eest. Meie klubid, lugemistoad, raamatukogud, kinod ja teatrid peavad oma töö korraldama nii, et nad tõmbaksid kaasa maksimaalse arvu töötajaid, suunaksid neid aktiivsele ühiskondlikule tööle, arendaksid ja kultiveeriks nõukogude inimeste kõrgeid moraalseid omadusi.

Oigesti ja hästi organiseeritud puhkeaja veetmine, töötajate laialdane kaasatõmbamine kehakultuuri- ja sporditöösse ning nende suunamine kunstilise isetegevuse ringidesse aitavad loomulikult kaasa edukale võitlusele joomise vastu.

Eriti tähtis on mobiliseerida kommunistlik noorsooühing, meie noorsugu võitlusse tervete eluviiside eest.

Ei tohi leppida alkoholismiga, sest alkoholism riivab ühiskonna ja perekonna huve, viib osa meie inimeste loominguaktiivsuse ja töödistsipliini langemisele ning on paljude ebamoraalsete tegude põhjuseks, mis on nõukogude inimesele häbistavad.

Nõukogude avalikkus väljendab üksmeelselt oma põlgust nende suhtes, kes hülgavad ühiskonna ja oma perekonna huvid ning langevad alkoholismi.

Tervishoiuorganid peavad hoolitsema ka spetsiaalsete haiglate, ravi-töökolooniate ja dispanserite organiseerimise eest nende isikutele, kes alkohoolsete jookide pideva tarvitamise tagajärjel on muutunud alkohoolikuteks. Nagu näitavad kogemused, annab alkohoolikute ravimine positiivseid tulemusi.

Kõrgema närvitalitluse häirete tundmaõppimist kroonilise alkoholismi all kannatavate inimeste juures, samuti nende teaduslikult põhjendatud ravimist teostatakse käesoleval ajal laboratooriumides ja kliinikus professor A. G. Ivanov-Smolenski juhtimisel.

Kuidas organiseeritakse sellist ravimist?

Sõltuvalt alkoholismi astmest ravitakse haigeid ambulatoorselt või spetsiaalsetes haiglates. Toetudes I. P. Pavlovi õpetusele, töötasid nõukogude teadlased välja küllalt efektiivsed meetodid alkoholismi ravimiseks.

Kroonilist alkoholismi, see tähendab juhtumeid, kus inimesed on haigestunud alkohoolsete jookide kuritarvitamise tagajärjel, tuleb selgelt eraldada juhuslikust joomisest. Juhuslikud alkoholi tarvitajad ei vaja suuri jõupingutusi joomisest loobumiseks. Ainult harjumus ja olustikulised eelarvamused sunnivad neid tarvitama alkoholi. Sellistele inimestele tuleb selgitada seda kahju, mida tekitab alkohol.

Selgitus- ja kasvatustööd tuleb läbi viia nii, et joomise fakt kutsuks esile ühiskondliku hukkamõistu, et seda peetaks häbistavaks moraalse lodevuse avalduseks.

Alkohoolikute ravimise esimeseks tingimuseks on alkoholi tarvitamise viivitamatu katkestamine nende poolt, millega tõkestatakse alkoholi edasine kahjulik mõju organismile. Mingisugust nn. «tervekspõetamist», see on tarvitatava alkoholi hulga pidevat vähendamist, ei tohi lubada.

Kaitsepidurdusnähtude olemasolu alkohoolikute ajukoores on otseseks näidustuseks uneravi kasutamise vajalikkusest nende närvisüsteemi kaitsemehhanismide tugevdamise eesmärgil. Seepärast esimese 3—5 päeva jooksul

pikendatakse loomulikku und 12—15 tunnini ööpäevas ja jälgitakse, et haige veel terve kuu jooksul magaks mitte vähem kui kümme tundi ööpäevas. Kõrvuti uneraviga vabastatakse haige organism temas tsirkuleerivatest ebaõige ainevahetuse produktidest ja lõplikult hapendumata alkoholist glükoosi, askorbiinhappe ja urotropiini veenisese süstimisega. Arvestades vitamiinide puudust haigetel, määratakse neile vitamiine C ja B<sub>1</sub>, puuviljamahlu, sidruneid ja teisi puuvilju.

Alkohoolikute ravimisel ei piisa alkoholi eemaldamisest — neile tuleb selgitada haigestumise põhjust ja sisendada neisse usku paranemisse.

Pärast üldtugevdavat ravi ja uneravi asutakse põhilise ülesande juurde — alkoholi suhtes negatiivse oksereaktsiooni väljatöötamisele. Kui kroonilistel alkohoolikutel puuduvad meditsiinilised vastunäidustused selle ravimeetodi rakendamiseks, siis süstitakse neile mingit okseseajavat vahendit — apomorfiini, emetiini või muud, 2—3 minuti möödudes antakse nuusutada, vahetult enne oksendamise hakkamist aga antakse juua 25—50 grammi alkohoolset jooki sellise arvestusega, et oksendamine tekiks vahetult pärast alkoholi sissevõtmist. Ühendades alkoholi poolt esile kutsutud nägemis-haistmis-maitsmisärrituse okseseajava vahendi toimega, õnnestub pärast mitut sellist ühendamist esile kutsuda püsivat tingitud oksereaktsiooni alkoholile.

Et kujunenud tingitud negatiivne reaktsioon alkoholile aja jooksul kaob, siis on profülaktika huvides vajalik seda reaktsiooni ravikuuri lühiajaliste kordamistega kinnitada.

Analoogilist oksereaktsiooni alkoholile võib esile kutsuda ka sõnalise sisendamise (hüпноosi) teel, kusjuures see negatiivne reaktsioon on palju kindlam ja püsivam kui okseseajavate vahenditega esile kutsutud reaktsioon. Raskeid alkoholismi juhte, mida ei saa ravida teiste meetoditega, ravitakse meditsiiniliste vastunäidustuste puudumisel antabusiga. Pärast mõnepäevast antabusi tarvitamist haige poolt kutsub isegi väikese hulga (30—50 g) ükskõik millise alkohoolse joogi tarvitamine esile haiglase ja ebameeldiva enesetunde. Alkoholi tarvitamisel haige nagu hakkab teravalt punetama, pulss sageneb 120 ja rohkemagi löögini minutis, hingamine sageneb. Haige tunneb puudust hapnikust ja tal on tunne, nagu oleks ta 4000—5000 meetri kõrgusel. Tal valutab tugevalt pea, tekivad külmavärinad ja lõpuks iiveldus ning oksendamine. Iga korruga muutub

alkohol ikka ebameeldivamaks. Mida rohkem võetakse sisse alkoholi, seda tugevam on ülalkirjeldatud reaktsioon.

Sedalaadi protseduuri korratakse 2—5 korda kogu ravi-kuuri kestel. Seejuures haige veendub lõplikult, et isegi väikese alkoholihulga tarvitamine kutsub tal esile väga rusuva enesetunde. Vaatlused kinnitavad sellise ravimeetodi suurt efektiivsust.

Kõrvuti eriraviga kasutatakse psühhoteraapiat, tööravi, füüsilisi ravimeetodeid ja vitamiinirikast ravitoitlustamist.

Mida varem alustatakse ravi, seda kergemini ja täielikumalt võidetakse see raske haigus. Selles suhtes peavad haiget aitama tema sugulased ja kaaslased. Alkohoolikut tuleb kõigi võimalike vahenditega mõjutada, et teda viivitamatult sundida arsti poole pöörduma.

Ravi õigel teostamisel, kusjuures võetakse arvesse haigete individuaalseid erinevusi, väheneb üha enam «parandamatute alkohoolikute» arv.

\*

Joomise vastu tuleb suunata kõik ühiskondlikud mõjutusvahendid — trükisõna, raadio, kino, kirjandus ja tervishoiu-, haridus- ning kultuuriorganite aktiivne tegevus. Avalikkuse tähelepanu laialdane mobiliseerimine ning alkoholivastase propaganda tõeliselt massiline arendamine annab tulemusi. Me saame ja peame alaliseks lõpu tegema alkoholismile.

Стрельчук Иван Васильевич

Алкоголизм и борьба с ним

На эстонском языке

Эстонское Государственное Издательство

Таллин, Пярну маантэ 10

Toimetaja R. Toming. Tehniline toimetaja E. Ridala.

Korrektorid A. Nurmoja ja M. Pedajas.

Ladumisele antud 30. VIII 1955. Trükkimisele antud 26. IX 1955. Paber 54×84, 1/16. Trükipoognaid 1,75. Formaadile 60×92 kohaldatud trükipoognaid 1,44. Arvutuspoognaid 1,51. Trükiarv 4000. MB-15598. Tellimise nr. 2929.

Trükkikoda «Ühiselu», Tallinn, Pikk tn. 40/42.

Hind 55 kop.

55 kop.

A-20679

III

TÜ RAAMATUKOGU



1 0300 01014127 5