

Alkohol schädigt im Hirn Areale für soziale Kompetenz

Beitrag von „alias“ vom 16. August 2017 21:19

Zitat

Kurz berichtet: Alkohol kann Gehirn von Jugendlichen nachhaltig schädigen

dpa 16. August 2017

Darmstadt - Torkelt ein Jugendlicher während einer Party oder hat Probleme sich zu artikulieren, ist in der Regel klar: Er hat zu viel Alkohol getrunken. Am nächsten Morgen ist der Spuk meist vorbei. Weniger offensichtlich ist, dass jeder Rausch langfristige Schäden im jugendlichen Gehirn anrichtet, erklärt die Deutsche Gesellschaft für Klinische Neurophysiologie und Funktionelle Bildgebung (DGKN). Im Jugendalter entwickeln sich im Gehirn vor allem die Areale, die für die soziale Kompetenz zuständig sind.

Eine aktuelle Übersichtsarbeit zeigt die Folgen für Jugendliche, die auf Partys regelmäßig mehr als vier Drinks in zwei Stunden zu sich nehmen: Sie haben mehr Schwierigkeiten, sich über eine längere Zeit zu konzentrieren. Sie lernen neue Vokabeln auch weniger leicht als Jugendliche, die seltener und weniger Alkohol trinken. Zwar ist ein regelmäßiger Vollrausch für jeden schädlich - vor allem Jugendliche sollten aber mit Blick auf ihre Gehirnentwicklung Alkohol nur in Maßen trinken, rät die DGKN.

Die Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen (DHS) empfiehlt erwachsenen Männern, generell nicht mehr als 24 Gramm Alkohol pro Tag zu sich zu nehmen. Das entspricht ungefähr einem großen Bier. Bei Frauen sollten es nicht mehr als 12 Gramm sein - ein kleines Bier oder circa 0,1 Liter Wein. An mindestens zwei Tagen in der Woche sollte man gar keinen Alkohol zu sich nehmen.

Schwäbische Zeitung, 16.78.2017

Zur Wiedervorlage...

Beitrag von „Schmeili“ vom 16. August 2017 21:38

kicher Na, konntest du dich etwa beim Datum nicht mehr konzentrieren?

Beitrag von „alias“ vom 16. August 2017 22:16

Typical "Teachers-rotstift-syndrom"



Slightly off-topic.

Velleicht findet trotzdem mancher (Mancher?) die Info im Unterricht verwertbar...

Beitrag von „Yummi“ vom 16. August 2017 22:28



Ich muss wahrlich " sozial inkompetent" sein, wenn ich an meine flüssige Jugendzeit zurückdenke



Beitrag von „alias“ vom 16. August 2017 22:44

Selbsterkenntnis scheint in diesem Fall nicht zielführend, weil die Auswirkungen wohl dokumentiert und nachhaltig sind - siehe <https://idw-online.de/de/news679325> oder <http://dgkn.de/die-dgkn/press...a236df6561a&L=0>

Beitrag von „wossen“ vom 17. August 2017 00:05

Nun, da stellt sich aber sehr stark die Frage nach der Henne und dem Ei.....

Das ADHS z.B oder auch emotionale Labilität. mit der (statistischen) Neigung zu Suchtmitteln aller Art (sei es Alkohol, Tabak, Kaffee) eng verbunden ist - das ist Allgemeingut.

Mein Eindruck zumindest ist übrigens, dass Jugendliche viel weniger trinken als vor 30 Jahren in meiner Schulzeit (rauchen sowieso). Solche Feststellungen passen der 'Präventionsindustrie' natürlich nicht so recht ins Konzept

Beitrag von „alias“ vom 17. August 2017 20:57

Zitat von wossen

Das ADHS z.B oder auch emotionale Labilität. mit der (statistischen) Neigung zu Suchtmitteln aller Art (sei es Alkohol, Tabak, Kaffee) eng verbunden ist - das ist Allgemeingut.

Dafür hätte ich gerne verlässliche Quellen... Bei mir ist das noch nicht als Allgemeingut angekommen.

Beitrag von „wossen“ vom 18. August 2017 08:19

Dann google einfach mal ADHS und Sucht....(ersatzweise andere psychische Problematiken). Als 'Service' beispielsweise hier ein einfach zu lesender Text:
<http://www.adhspedia.de/wiki/Sucht>

Ist zudem auch unmittelbar plausibel, wenn man 2 Sekunden nachdenkt....

Beitrag von „Trantor“ vom 18. August 2017 12:27

Da aufgrund alkoholbedingter Filmrisse in meinem Gedächtnis größere Teile der 80er und frühen 90er Jahre (Jugend im Hochhaus-Ghetto und später Bundeswehr) fehlen, müsste es ja dann ganz schlecht um meine soziale Kompetenz stehen 😊

Beitrag von „Schmeili“ vom 19. August 2017 22:45

Hmmmm, diese ganzen "aber ich hab ja früher auch...." erinnert mich immer ein wenig an "...uns hat das doch früher auch nicht geschadet..." (Schläge, das 1. Bier mit 4 für das lustige Familienalbum, mit 10 an der Zigarette ziehen und in verqualmten Autos fahren) oder auch "...wie haben wir das bloß früher überlebt..." (ohne Anschnallgurte, ohne Kindersitze, abends alleine unterwegs)...

Kann man nicht einfach Studien "hinnehmen" und sich auch denken "Mensch, da könnte ja was dran sein?". Oder prahlt ihr vor pubertierenden Teenagern in der Schule mit "uns hats doch auch nciht geschadet?

Beitrag von „alias“ vom 20. August 2017 00:19

Zitat von Trantor

Da aufgrund alkoholbedingter Filmrisse in meinem Gedächtnis größere Teile der 80er und frühen 90er Jahre (Jugend im Hochhaus-Ghetto und später Bundeswehr) fehlen, müsste es ja dann ganz schlecht um meine soziale Kompetenz stehen

Velleicht wärst du kompetenter? 😊

Beitrag von „Meerschwein Nele“ vom 20. August 2017 09:10

Erstes und wichtigstes Symptom: das verstärkte Auftreten von *lacunae baceolae*, vulgo "Deppen Leerzeichen". 😊

Beitrag von „Wollsocken80“ vom 20. August 2017 12:40

Ich versuche mal ernsthaft zu antworten: Nein, ich finde solche Artikel für mich im Unterricht nicht verwertbar.

Die Wirkung von Drogen und Giften ist im Chemieunterricht selbstverständlich ein Thema und ja, ich gehe in dem Zusammenhang auch auf das Schadens- und Abhängigkeitspotential der jeweiligen Substanz ein. Beim Alkohol ist die Liste an Erkrankungen, die man auf die Wirkung des kleinen Moleküls zurückführen kann, lang und da staunen die meisten tatsächlich mehr, dass auch diverse Krebserkrankungen dabei sind, als dass übermässiger Alkoholkonsum schädlich fürs Gehirn ist (das haben praktisch alle zu dem Zeitpunkt schon mal gehört). Ich stelle das aber mehr so als Fakten in den Raum und verweise auf die entsprechende Literatur, die man bei speziellem Interesse für Details ja gerne lesen kann.

Typischerweise komme ich so etwa im 12. Schuljahr mit diesem Thema, nämlich dann, wenn vor allem das chemische Verständnis auf Schülerseite entsprechend vorhanden ist. Bis dahin mussten unsere SuS schon mindestens zwei (eine in der Mittelstufe, eine bei uns in der Oberstufe) Veranstaltungen zum Thema "Suchtprävention" über sich ergehen lassen. Frage ich dann nach, woran sie sich in diesem Zusammenhang erinnern können, kommen Antworten wie "wir mussten da so eine Brille aufziehen die zeigt, wie das Gesichtsfeld eingeschränkt ist, wenn man besoffen ist; das war lustig". Da beschleunigt bei mir jedes mal der Puls wenn ich dran denke, wie viel Geld der Kanton für diese Veranstaltung ausgegeben hat und am Ende bleibt bestenfalls "das war lustig". Diese Veranstaltungen halten keinen einzigen Jugendlichen dieser Welt vom Trinken ab, davon bin ich felsenfest überzeugt. Es gibt auch keine Studien und Statistiken, die das belegen würden.

Genauso wenig bewirke ich, wenn ich mit so einem Artikel komme und sage "passen Sie auf, wenn Sie sich jedes Wochenende untern Tisch saufen, dann werden Sie dumm". Ich unterrichte am Gym die potentiell Schlauen, die können durchaus nachvollziehen, wie man so eine wirklich fundierte wissenschaftliche Studie macht und die sehen auch ein, dass die Ergebnisse, die dabei rumkommen ganz ganz wirklich zeigen, dass Ethanol ein Zellgift ist und bäh ist fürs Gehirn. Ich schätze den Anteil derjenigen, die wirklich in schädlichen Mengen trinken, unter "meinen" Jugendlichen auch sehr gering ein. Die paar Hanseln, deren Konsumverhalten tatsächlich besorgniserregend ist, die denken sich an der Stelle aber ganz einfach "na und? ist aber lustig ... und ausserdem hab ich's eh im Griff". Vielleicht haben sie's im Griff, vielleicht aber auch nicht. Ist überhaupt nicht mein Bier (ha ha ...).

Ich sage meinen Jugendlichen immer, wenn sie sehen wollen, wie kaputt man sich mit Alkohol und fieserem Zeugs machen kann, dann sollen sie doch ins Tram einsteigen, nach Kleinbasel fahren und mal 1 - 2 Stunden lang durch die Quartiere Clara und Matthäus spazieren. Wenn sie das geil finden, dass da Leute sich in irgendwelchen Wahnvorstellungen mitten auf die Strasse stellen und nackig ausziehen, ja dann sollen sie sich doch jedes Wochenende möglichst viel von allem reinpfeifen, dann können sie das Spiel mitspielen. Das muss doch jeder für sich selbst entscheiden. Im Anschluss an diese zwei Sätze hebe ich ein einziges mal während dieser

Unterrichtsreihe den Finger des Moralapostels und weise 1. die Damen auf das Fetale Alkoholsyndrom hin und teile 2. allen mit, dass ich Leute, die betrunken Autofahren und andere Leute dabei platt machen für die allerletzten Arschlöcher halte. Das ist eine Sache von 5 min und dann geht es wieder weiter mit den biochemischen Details.

Ich habe die Unterrichtsreihe nun schon mehrfach gehalten und jedes mal die Erfahrung gemacht, dass zumindest meine Jugendlichen am Gym auch wirklich nicht daran interessiert sind zum gefühlt 1000 x zu hören, dass Alkohol und Drogen ihnen irgendwie schlecht bekommen. Die wollen wissen, was das Zeug nun genau in ihrem Körper so treibt, das finden sie faszinierend. Fast noch viel faszinierender finden sie es, dass ich ihnen relativ genau erklären kann, wie man reines Kokain gewinnt und wie man synthetische Drogen herstellt 😊 Mit Wirtschafts-Klassen ergeben sich hin und wieder auch spannenden Diskussionen über die Rechtslage im Punkt Drogenbesitz und -konsum. Warum nun ausgerechnet Alkohol in unseren Breitengraden legal, Cannabis aber illegal sein soll, das ist zumindest aus biochemischer Sicht ja nun überhaupt nicht nachvollziehbar, aus kultureller Sicht natürlich aber schon.

Beitrag von „Trantor“ vom 21. August 2017 06:41

Zitat von alias

Vielleicht wärst du kompetenter?

Noch kompetenter wäre nicht auszuhalten 😊

Beitrag von „alias“ vom 23. August 2017 22:59

Willkommen im Klub. Ich hab meinen IQ auch auf 160 runtergesoffen 😊