



“Praat erover, telkens weer”

Jongeren en alcohol: een ongelukkige combinatie. Al vinden ze dat zelf natuurlijk helemaal niet. Ze zijn zich vaak niet bewust van de gevaren van alcohol, met alle gevolgen van dien. Vorig jaar moesten twaalf jongeren met een alcoholvergiftiging op de kinderafdeling van het WZA opgenomen worden tijdens de TT-week. Twaalf te veel, vindt kinderarts Gieneke Gonera. Dat moet dit jaar minder.

Het heeft enorm veel impact wanneer een jongere met een alcoholvergiftiging opgenomen moet worden. Op de jongere zelf, maar ook op de ouders en vrienden van de jongere. Gieneke Gonera: “De jongere is een stuk kwijt, kan het hele verhaal niet meer navertellen. Vaak is hij of zij onderkoeld binnengebracht, heeft flink moeten braken en heeft z'n plas en ontlasting niet kunnen ophouden. En dan zet iemand er misschien ook nog filmpjes van op social media, die er tot in lengte van dagen op blijven staan. Dat is natuurlijk heel ontluisterend. Ouders krijgen laat in de avond of midden in de nacht ineens dat telefoontje: je zoon of dochter ligt in het ziekenhuis. Daar schrik je enorm van. Veel ouders hebben het niet zien aankomen: hun kind doet zoiets niet. Hun vertrouwen krijgt een enorme deuk. Daarbij is het niet zonder risico, een jongere kan heel

soms zelfs komen te overlijden aan een alcoholvergiftiging”.

Drank in rugzak

Mixdrankjes vormen een groot risico. Jongeren worden niet langzaam dronken, maar kunnen van het ene op het andere moment *out* gaan. Gonera: “Op tijd stoppen is lastig, ze hebben niet snel genoeg in de gaten dat ze te veel hebben gedronken. We proberen achteraf altijd na te gaan waar het is misgegaan. Vaak hebben jongeren thuis ingedronken. Bijna alle jongeren die wij zien, hadden in hun rugzak lege flessen sterke drank. Die hadden ze vol van huis meegenomen. Of ze hebben de drank via oudere vrienden geregeld”.

Thuis leren drinken?

Hoe kun je dit nu voorkomen? Nienke Olthof is als psycholoog aan de alcoholpoli verbonden. Zij vertelt

over de gesprekken die gevoerd worden met de jongeren en hun ouders op de alcoholpoli. In die gesprekken wordt de ouders op het hart gedrukt het gesprek aan te gaan met hun kinderen. “Pubers luisteren niet, maar ze horen je echt wel. Erover praten heeft effect, en dan niet één keer, maar telkens weer. Daardoor gaan kinderen toch minder snel te veel drinken.” Sommige ouders denken dat het beter is om hun kind thuis te ‘leren’ drinken. Een misverstand, zegt Gonera. “Als je dat beslist wilt, doe het dan ná hun achttiende. Bij gezinnen die de regel hebben ‘tot achttien geen alcohol’, zie je minder alcoholvergiftiging.” Uit de nagesprekken en de door ouders, jongere en school ingevulde

vragenlijsten, blijkt soms dat er heel veel aan de hand is. Met school, met thuis, met de jongere zelf. Olthof: “Bij ons komen de dingen samen en als we dan alles op een rijtje zetten, zien we soms dat er veel meer meespeelt dan ‘alleen maar’ drinken. Soms moeten ouders leren grenzen te stellen, soms verwijzen we jongeren door naar psychiatrie, soms is het voldoende meer informatie te geven over omgaan met alcohol en groepsdruk.” Soms pakken ouders het zelf heel goed op. Ze nodigen alle vrienden van hun kind uit en gaan met elkaar praten over wat er gebeurt is. Olthof: “Dat is ontzettend positief, je betreft dan de hele *peer group* van het kind erbij.”

Vier tips voor ouders

Ouders, ga het gesprek aan met je kind over alcohol! Maar hoe? Vier tips van kinderarts Gieneke Gonera en psycholoog Nienke Olthof om het gemakkelijker te maken.

- 1. Bespreek consequenties**
“Raad je kind aan om nooit alleen op stap te gaan, zorg dat het in een groepje blijft zodat ze op elkaar kunnen letten. Leg de gevaren van alcohol op jonge leeftijd uit, het plotseling ‘out’ kunnen gaan, social media enzovoorts.”
- 2. Spreek je verwachtingen uit**
“Spreek je verwachtingen uit voordat je kind op stap gaat: ‘Je bent nog geen 18, dus je weet wat de regels zijn: niet drinken’. Als je dit gezegd hebt, is de kans kleiner dat een kind helemaal over de schreef gaat.”
- 3. Herhaal, herhaal, herhaal**
“Praat er niet één keer over, maar blijf herhalen. Denk niet: ‘Mijn kind weet dat zo langzamerhand wel’. Pubers leven erg in het hier en nu en ook al lijkt het alsof ze niets met de boodschap doen: er blijft altijd iets hangen.”
- 4. Laat de rugzak thuis**
“Veel kinderen nemen sterke drank van huis mee in hun rugzak. Bespreek met je kind dat ze die niet mee mogen nemen; dan wordt het al veel lastiger om drank mee te smokkelen. Zet de sterke drank thuis niet voor het grijpen.”



Alcoholvergiftiging: en dan?

Jongeren met een vermoedelijke alcoholvergiftiging worden opgevangen op de Spoedeisende hulp. Daar worden ze eerst gecontroleerd op ‘vitale functies’, zoals ademhaling, hartslag, temperatuur en bloeddruk. Soms is een observatie op de Spoedeisende hulp van enkele uren voldoende, soms volgt een opname op de kinder- en jeugdafdeling. De ochtend erna komt een pedagogisch medewerker of verpleegkundige langs en ook staat een bezoek van de kinderarts ingepland. Die heeft een gesprek met de jongere en hun ouders. Binnen vier weken is er een nagesprek met de kinderarts en een medisch maatschappelijk werker. Binnen zes tot acht maanden vindt er een eindgesprek plaats. En de gesprekken thuis? Die blijven doorgaan.



Foto: Sake Elzinga

Agenda

Juni t/m september

- **27 juni, 19.30 uur**
Voorlichtingsavond over de bevalling
- **17 juli, 19.30 uur**
Voorlichtingsbijeenkomst Gezond Zwanger (worden)
- **11 september, 19.30 uur**
Diabetescafé
Wijkcentrum De Schulp, Buizerdstraat 10, Assen. Aanmelden bij 06-11 73 78 37 of hannedeweerdv@ziggo.nl.
- **12 september, 13.30 uur**
Voorlichtingsmiddag voor slechtiende ouderen
Telefonisch aanmelden bij het serviceloket van Hendrik Kok, 0592-24 20 20.
- **17 september, 14.00 uur**
Voorlichtingsbijeenkomst Longpunt Assen: ‘Gebruikt u meerdere medicijnen? De geriatr legt uit’.
- **19 september, 19.30**
Voorlichtingsbijeenkomst Gezond Zwanger (worden).
- **20 september, 19.00 uur**
Informatieavond cardiologie over reanimatie, AED en burgerhulpverlening.

Meer informatie vindt u op www.wza.nl/actueel/agenda/

Samenwerking, ook na de TT

Nadat er vorig jaar twaalf minderjarigen tijdens de TT-week opgenomen werden op de alcoholpoli van het WZA, hebben de gemeente Assen, Verslavingszorg Noord Nederland (VNN), GGD Drenthe en het WZA de handen ineen geslagen. Het alcoholmisbruik onder de jeugd terugdringen is het doel. Niet alleen tijdens de week van de TT, maar ook structureel daarna. De samenwerking richt zich op jongeren, hun ouders of verzorgers en de omgeving, zoals cafés en scholen. Zo zijn er activiteiten op scholen onder de naam Pauzetour om jongeren bewust te maken van de effecten van alcohol. Voorafgaand aan de TT is dit in Assen, daarna in de rest van Drenthe. Verder zijn er ouderavonden, een training voor docenten en wijkteams en alcoholadviesgesprekken voor jongeren en hun ouders. Er is ook nauw contact met de organisatie van het TT Festival.

WZA online

WilhelminaZiekenhuisAssen

WilhelminaZiekenhuis

WZA_Ziekenhuis

www.wza.nl

