

Na zdrowie! Ale... czy na pewno?

Mowa tutaj o nowej drodze alkoholizmu, można powiedzieć – alkoholizmu 2.0 królującego w dobie Internetu, social mediów, samotnych sukcesów i porażek i coraz większej alienacji społecznej. Ale nie tylko, bo przecież o zakrapianą imprezę nie trudno w towarzystwie przyjaciół, rodziny, znajomych z pracy, sąsiadów. Autorka książki dosadnie odczuła powszechne zjawisko: do kiedy pijesz – wszystko jest w porządku. Ale w pewnym momencie Whitaker powiedziała stop. I o ile można myśleć, że każda kultura rządzi się swoimi prawami, o tyle opisywane przez autorkę amerykańskie realia i jej własne doświadczenia mają wiele wspólnego z polskimi. Któż nigdy nie usłyszał: „Ze mną się nie napijesz”?

Autorka krok po kroku opisuje swoją historię dojścia do trzeźwości, trzeba przyznać w dość obrazowy sposób. Opowiada niekiedy naprawdę mocne historie ze swojego życia biorąc na tapet to, jak alkohol wpływa na psychikę młodej, ambitnej i pnącej się po szczeblach kariery kobiety, ujmując w to nie tylko piątkowe imprezy, ale także relacje romantyczne i inne uzależnienia, które nierzadko idą w parze z alkoholizmem. Zakupoholizm? Nimfomania? Niestety... adaptowanie otoczenia pod swoje kompleksy i próba wynagrodzenia sobie kolejnego kaca.

W książce można znaleźć szereg statystyk oraz danych, które naprawdę mrożą krew w żyłach. Na przykład w latach 2002-2012 wskaźnik uzależnienia alkoholowego wśród kobiet wzrósł o 87 procent! Co to oznacza? Nic innego jak to, że jedna na dziesięć dorosłych kobiet w USA umrze z powodu alkoholu (a raczej skutków jego zażywania). Z kolei od 2007 do 2017 roku liczba śmierci spowodowanych alkoholem wśród kobiet wzrosła o 67 procent, a u mężczyzn „zaledwie” (w porównaniu do damskiej populacji) o 29 procent.

Skąd taka rozbieżność i dlaczego właściwie autorka w swojej książce odnosi się głównie do tego, jak w obecnych czasach kobiety radzą (a raczej nie radzą) sobie z alkoholem? Ponieważ współczesne kobiety piją więcej niż dotychczas. Odkrywają teraz swój potencjał „jednocześnie odrzucając system trzymający je w ryzach i zmuszający do uległości, milczenia, odgrywania marginalnej roli, a także pozbawiający władzy” – podkreśla Whitaker.

Autorka próbuje uświadomić czytelnikom, że obecność alkoholu oraz okazji do jego spożywania znacznie wzrosła w porównaniu do stanu sprzed paru czy parunastu lat temu. Wesela, urodziny, obroniony dyplom, awans w pracy, a nawet utrata etatu... to wszystko skłania do świętowania (lub opłakiwania) danej sytuacji. Prawda jest taka, że od urodzenia

każdy człowiek po prostu... wychowuje się w kulturze picia. I obrządkowo i kulturalnie.

Koncerny alkoholowe doskonale wiedzą, do kogo powinny kierować swoje kampanie marketingowe. Do kobiet. Stąd różowe wina i kolorowe drinki. Stąd amerykańska kampania skierowana do młodych matek: kieliszek różowego, schłodzonego wina, który już zaraz... po połogu i karmieniu poratuje ich wieczór? To z myślą o nich tworzone są produkty alkoholowe o nazwach: „Mommy’s Time Out Wine” (tłum. „wino - mamusia się bawi”). Z resztą koncerny alkoholowe, mają idealny przykład dotyczący innej używki – nikotyny. Mowa tutaj o wybitnie wykreowanej kampanii marki papierosowej Lucky Strike z 1929 roku, podczas której strajkujące o równouprawnienie kobiety na Fifth Avenue w Nowym Jorku zapaliły, tzw. „pochodnie wolności”. Było to swoiste zaproszenie do palenia papierosów, czyli atrybutu, który miał sprzeciwiać się patriarchy.

Autorka tłumaczy cykl uzależnienia (oraz jak właściwie powstała jednostka chorobowa zwana alkoholizmem) a także to, jaką rolę dla mózgu odgrywa alkohol. Pijąc napoje procentowe mózg wysyła więcej kwasu glutaminowego, żeby utrwalić to przeżycie. Dlatego zamykając oczy znacznie łatwiej jest wyobrazić sobie smak schłodzonego szampana z truskawkami spijanego podczas romantycznych chwil na upalnych wakacjach, niż smak jakiegokolwiek ciasta, choćby ulubionego. Ten proces neurobiologiczny prowadzi do tego, że mózg zaczyna rozpoznawać alkohol jako substancję, bez której nie dasz rady przeżyć.

Tego typu ciekawostek Holly Whitaker uwzględnia w swojej książce znacznie więcej. Dla nich naprawdę warto sięgnąć po tę pozycję. Przyda się ona także kobietom, które próbują skutecznie rzucić palenie, kompulsywne robienie zakupów czy objadanie się. Książka przedstawia także spojrzenie od strony medycznej na to, jak organizm radzi sobie z metabolizmem alkoholu.

Marta Chruścińska

Panaceum 11/2021