

Εισαγωγή στο θέμα

Το αλκοόλ και η χαρτοπαιξία είναι δύο φαινόμενα που μαστίζουν την κοινωνία και τόσο οι ενήλικες όσο και οι νέοι πέφτουν συχνά θύματα αυτών των φαινομένων.

Τι είναι αλκοόλ;

"Αλκοολούχα ποτά" ονομάζονται όλα τα ποτά που περιέχουν αιθυλική αλκοόλη (οινόπνευμα) γεωργικής προέλευσης, σε οποιοδήποτε ποσοστό το οποίο έχει προέλθει είτε από φυσική ζύμωση, είτε από προσθήκη κατά την επεξεργασία.

Τα αλκοολούχα ποτά, όπως ορίζονται στην ελληνική νομοθεσία διακρίνονται σε τρεις κατηγορίες: Το κρασί, τη μπύρα, και τα οινόπνευματώδη ποτά γενικά.

Η ιστορία του αλκοόλ



Ο όρος αλκοόλ προέρχεται από την αραβική λέξη "al kohi". Το αλκοόλ που βρίσκεται στα αλκοολούχα ποτά ονομάζεται αιθυλική αλκοόλη ή αιθανόλη και έχει το χημικό τύπο C_2H_5OH . Ο άνθρακας, το υδρογόνο και το οξυγόνο αποτελούν τα μόνα στοιχεία της αιθυλικής αλκοόλης. Αυτή είναι το μόνο είδος αλκοόλης που είναι ασφαλές για ανθρώπινη κατανάλωση, ταξινομείται φαρμακολογικά, ως γενικό καταστατικό και μπορεί να προκαλέσει καταστολή του κεντρικού νευρικού συστήματος. Δεν έχει εξακριβωθεί πότε αρχίζει στην ανθρώπινη ιστορία, η χρήση του αλκοόλ, ούτε η εμφάνιση του μπορεί να συσχετισθεί με την ύπαρξη ορισμένων ιστορικών και κοινωνικών συνθηκών. Η παραγωγή και πώληση οινόπνευματών ποτών είναι διαδικασίες ρυθμισμένες με νόμους από τους πρώτους κίβλας πολιτισμούς.

Ο κώδικας του Χαμουραμπί περιείχε διατάξεις που ρύθμιζαν το κανονισμό λειτουργίας των "οίκων οينوποσίας". Οι Σουμέριοι και οι Αιγύπτιοι

ιατροί χρησιμοποιούσαν την μπίρα και τα κρασί σαν συστατικό στοιχείο των ιατρικών συνταγών. Το νερό, που στους πρώτους γεωργικούς πολιτισμούς ήταν από τα πολυτιμότερα αγαθά, το χρησιμοποιούσαν αρχικά και για να κάνουν σπονδές στις διάφορες λατρευτικές τελετουργίες.

Αργότερα όμως αντικαταστάθηκε από τα γάλα, το μέλι και το κρασί ή τη μπίρα. Η εισαγωγή των οινοπνευματωδών ποτών στο τυπικό πολλών θρησκειών συνδέεται με την ιδιότητα τους να φέρνουν τους ιερείς σε μια επιθυμητή κατάσταση έκστασης. Η ιδιότητα αυτή θεωρούνταν αποτέλεσμα της παρουσίας υπερφυσικών πνευμάτων και θεών. Το κόκκινο κρασί, στα πλαίσια των θρησκευτικών του χρήσεων, ταυτίστηκε από την αρχή με το σύμβολο του αίματος της ζωής και με αυτή την πνευματική σημασία πέρασε ως συστατικό στοιχείο στο χριστιανικό μυστήριο της Θείας Ευχαριστίας.

Οι μύθοι και οι μαρτυρίες που σώζονται από τον αρχαιοελληνικό και ρωμαϊκό πολιτισμό αποκαλύπτουν την κοινή σχεδόν πανομοιότητα. Έλληνες φιλόσοφοι ανέφεραν μια χονδροειδή μέθοδο απόσταξης. Ο Διόνυσος ήταν θεός του κρασιού, γιος του Δία και της Σεμέλης. Οι περιπέτειες του είναι πολλές. Έτσι σ' ένα μεγάλο του ταξίδι ως την Ινδία που συνοδεύονταν από σάτυρους, άντρες και γυναίκες και κρατούσαν κληματόβεργες χορεύοντας και τραγουδώντας, δίδασκε στους ανθρώπους, που συναντούσε και τον αγαπούσαν πως να καλλιεργούν το αμπέλι και να φτιάχνουν κρασί.

Στην αρχαία Ελλάδα ευδοκίμοιζε το σιτάρι, το αμπέλι, η ελιά. Όσοι δεν έτρωγαν ψωμί και δεν έπιναν κρασί, θεωρούνταν βάρβαροι. Ο κύκλωπας Πολύφημος, όντας άγριος, αγνοούσε το κρασί και τρεφόταν μόνο με κρέας και γαλακτοκομικά. Οι πολιτισμένοι έπιναν κρασί, όχι όμως άκρατο. Ο Ησίοδος και ο Πλούταρχος, θεωρούσαν ιδανική την αναλογία νερού και κρασιού 3 προς 1. Ποτά με υψηλή συγκέντρωση οινοπνεύματος παρήχθησαν για πρώτη φορά με τη χρήση της απόσταξης από τους Αλχημιστές. Ως ποτό η μπίρα ήταν γνωστή από τους προϊστορικούς ακόμα χρόνους. Παρασκευάζονταν από αλεύρι ή σπόρους δημητριακών, στην Ασσυρία, τη Βαβυλωνία και την Αίγυπτο [5.000 - 2.500 π.Χ.]. Στην Αίγυπτο η βιομηχανία της προστατευόταν από τους ίδιους τους Φαραώ. Οι Κινέζοι απέσταξαν ένα ποτό από μπίρα ρυζιού γύρω στα 800 π.Χ. ενώ το αράκ αποσταζόταν στις Ανατολικές Ινδίες από καλαμοσάκχαρο και ρύζι. Οι Άραβες ανέπτυξαν μια μέθοδο απόσταξης για την παραγωγή ποτού από κρασί.

Όμως, το οινόπνευμα (αιθυλική αλκοόλη ή αιθανόλη), αν και είναι το παλαιότερο και πιο διαδεδομένο νόμιμο ναρκωτικό, σε μεγάλες ποσότητες αποτελεί σοβαρό παράγοντα κινδύνου, που σχετίζεται με πολλές παθολογικές καταστάσεις (σωματικές και ψυχικές) και με σοβαρά κοινωνικά προβλήματα. Η νομιμότητα, βέβαια, του οινοπνεύματος δεν είναι δεδομένη. Η ποτοαπαγόρευση στις ΗΠΑ στη δεκαετία του 1920, ή η απαγόρευση που ισχύει για τους περισσότερους μουσουλμάνους, καθιστούν τη κατανάλωση του οινοπνεύματος αρκετά αμφιλεγόμενο θέμα. Ειδική επιτροπή του Βασιλικού Κολεγίου Ψυχιάτρων της Μ. Βρετανίας επισημαίνει ότι το οινόπνευμα, όπως και οι άλλες δραστικές ουσίες, έχουν θεωρηθεί από ορισμένες κυβερνήσεις και κοινωνίες σημαντική απειλή για τη δημόσια τάξη

και ηθική, ενώ από άλλες αβλαβής πηγή απόλαυσης.

Στο Συμπόσιο του Πλάτωνα περιγράφονται αναλυτικά οι διαδικασίες της σωστής οινοποίησης, αλλά δεν απουσιάζουν και οι αναφορές στις δυσμενείς της συνέπειες, όπως πονοκεφάλους, κ.ά.. Επίσης, η Παλαιά Διαθήκη αναφέρεται στις απολαύσεις από τη μετριοπαθή κατανάλωση οινοπνεύματος, αλλά και στις δυσάρεστες επιπτώσεις της μέθης. Ο Ξενοφών στην "Κύρου Ανάβαση" γράφει ότι, επιστρέφοντας με τους μύριους από την Περσία, είδε στην Αρμενία να πίνουν ποτό από κριθάρι. Οι Σκύθες, οι Θράκες, οι Κέλτες κ.α. έπιναν μπίρα από εκείνα τα χρόνια. Οι λαοί της Βόρειας Ευρώπης έμαθαν την τέχνη της ζυθοποίησης από τους Ρωμαίους. Η παρασκευή ποτών με απόσταξη ήταν γνωστή στη Βρετανία πριν από την ρωμαϊκή κατάκτηση. Παρόμοια ποτά κατασκευάζονταν στην Ισπανία, Γαλλία και την υπόλοιπη Δυτική Ευρώπη, κυρίως μετά τον 8ο αιώνα όπου ήλθαν σε επαφή με τους Άραβες.

Κατά το μεσαίωνα ιδρύθηκαν πολλές βιοτεχνίες μπίρας στην Ευρώπη και ιδιαίτερα στη Γερμανία, που με τον καιρό εξελίχτηκαν στις σύγχρονες τεράστιες βιομηχανίες με πλατιά κατανάλωση που πολλές φορές επιβάλλονταν κυβερνητικός έλεγχος. Στην Ελλάδα το πρώτο βιοτεχνικό εργαστήριο μπίρας ιδρύθηκε το 1864 στην Αθήνα. Αργότερα ιδρύθηκαν και άλλα.

ΕΘΙΣΜΟΣ ΣΤΟ ΑΛΚΟΟΛ

Ο εθισμός στο αλκοόλ γίνεται αντιληπτός όταν το άτομο καταναλώνει αλκοόλ σε μεγάλες ποσότητες και αρκετά συχνά. Εθισμός σημαίνει ότι έχετε χάσει τον έλεγχο. Η λέξη εθισμός, μπορεί να σας θυμίζει άσχημες εικόνες με έναν αλκοολικό να τρικλίζει ζητιανεύοντας για να αγοράσει άλλο ένα μπουκάλι. Όμως υπάρχουν πολλά στάδια εθισμού. Κανείς δεν γίνεται αλκοολικός από τη μια στιγμή στην άλλη και παρόλα αυτά υπάρχουν μερικοί βασικοί χημικοί, ψυχολογικοί και κοινωνικοί παράγοντες. Ένας απαραίλλακτος καθοριστικός παράγοντας είναι η επιμονή. Ο εθισμένος συνεχίζει την χρήση αλκοόλ παρόλα τα επιβλαβή επακόλουθα.

Ο εθισμός καθώς αλλάζει, συνήθως απορροφά όλο και περισσότερο την ζωτική ενέργεια και την δύναμη του ατόμου, σε σημείο που μπορεί να έχει καταστροφικά επακόλουθα. Ο εθισμός είναι μια σειρά εμπειριών που προκαλούν αλλαγή στον εσωτερικό κόσμο του ατόμου. Καθώς ο εθισμός εξελίσσεται γίνεται τρόπος ζωής.

Όταν αντιμετωπίζουμε πόνο, λύπη, θλίψη, και άλλες αναπόφευκτες αρνητικές εμπειρίες, τότε είμαστε πιο ευάλωτοι και είναι πιθανό να στραφούμε προς το αλκοόλ ως διέξοδο από αυτό που μας τυραννάει. Επειδή θέλουμε να ξεφύγουμε από τον πόνο, αναζητούμε εμπειρίες που μεγιστοποιούν τα θετικά συναισθήματα και ελαχιστοποιούν τα αρνητικά. Λόγω

όμως της χημικής σύνθεσης των διάφορων ποτών μερικοί άνθρωποι δημιουργούν εθισμό.

Επειδή δεν μπορούμε να ελέγξουμε τα σκαμπανεβάσματα της ζωής, οι περισσότεροι άνθρωποι προσπαθούν ή να δέχονται τα καλά και τα κακά ή να προσποιούνται ότι πάντα όλα πάνε καλά. Ο εθισμένος όμως προσπαθεί να έχει υπό τον έλεγχό του αυτά τα σκαμπανεβάσματα. Όταν είναι υπό την επήρεια του αλκοόλ νιώθει ότι μπορεί να ξεχάσει τον πόνο και να επαναφέρει την ευτυχία όποτε θέλει. Ο εθισμός είναι η εκτός ελέγχου ανίχνευση ευτυχίας ή αποφυγής του πόνου. Με τη χρήση αλκοόλ ο εθισμένος προσπαθεί να δημιουργήσει αισθήματα ηρεμίας, έξαψης, ή φαντασίας. Η αλλαγή διάθεσης που προκαλείται από τη χρήση αλκοόλ δίνει στον εθισμένο την ψευδαίσθηση ότι όλα πάνε καλά.

Η εξελικτική πορεία συνεχίζεται καθώς ο εθισμένος προσπαθεί να έχει κάποια ισορροπία στη ζωή του. Νιώθει ότι ικανοποιείται μόνο όταν κάνει χρήση αλκοόλ. Επειδή ο εθισμός τον βοηθάει να ξεφύγει από τον πόνο, τη μοναξιά, την καταπίεση και οτιδήποτε τον ενοχλεί, χαράζεται βαθύτερα μέσα του και το αλκοόλ γίνεται το στήριγμά του. Καθώς ο κύκλος του εθισμού συνεχίζεται, η χρήση αλκοόλ βοηθάει επίσης το χρήστη να ξεφύγει από τη ντροπή και τις ενοχές που νοιώθει γνωρίζοντας ότι έχει χάσει πλέον τον έλεγχο που νόμιζε ότι είχε όταν πρωτοξεκίνησε τη χρήση.

Καθώς ο εθισμένος συνεχίζει τη χρήση αλκοόλ νομίζει ότι τον βοηθά να αναπτυχθεί σαν άτομο. Ο εθισμένος προσπαθεί να αναπτυχθεί σαν άτομο με το να αποφεύγει συστηματικά την υπευθυνότητα και την πραγματικότητα. Οπωσδήποτε υπάρχει και η βιοχημική εξήγηση του εθισμού. Οι εγκεφαλίνες και οι ενδορφίνες είναι καταπραϋντικά που παράγονται φυσιολογικά στον εγκέφαλο για την καταπολέμηση του πόνου. Τα μόρια αυτά έχουν παρόμοιες επιδράσεις με τα σπιούχα ναρκωτικά. Οι χρήστες αλκοόλ αλλάζουν τη χημεία του εγκεφάλου μέσω της χρήσης τους. Πολλά φάρμακα με ιατρική συνταγή ή άνευ κάνουν το ίδιο πράγμα.

Τα στάδια του εθισμού:

Υπάρχουν τρία βασικά στάδια στην εξελικτική πορεία του εθισμού. Το πρώτο έχει να κάνει με εσωτερικές αλλαγές. Η προσωπικότητα αρχίζει να αλλάζει σαν αποτέλεσμα της εμπειρίας της χρήσης αλκοόλ. Το δεύτερο στάδιο έχει να κάνει με αλλαγές στον τρόπο ζωής. Οι τριγύρω αρχίζουν να αντιλαμβάνονται ότι κάτι συμβαίνει γιατί η συμπεριφορά του εθισμένου αλλάζει. Το τελικό στάδιο λαμβάνει χώρα όταν ο εθισμένος χάνει εντελώς τον έλεγχο. Τίποτα δεν μετράει πλέον στη ζωή του από το να κάνει όλο και περισσότερη χρήση. Η ικανοποίηση έχει εξατμιστεί και η ζωή του γίνεται ένας

αγώνας επιβίωσης.

ΑΛΚΟΟΛ

ΑΙΤΙΑ ΠΟΥ ΟΔΗΓΟΥΝ ΣΤΗΝ ΚΑΤΑΝΑΛΩΣΗ ΑΛΚΟΟΛ

Έφηβοι

Το αλκοόλ είναι ένα από τα συχνότερα φαινόμενα που κατακλύζουν την εποχή μας. Τόσο στην Ελλάδα, όσο και στις άλλες χώρες του κόσμου το πρόβλημα της κατανάλωσης του αλκοόλ δεν περνάει απαρατήρητο αφού σύμφωνα με έρευνες το 15% των εφήβων ηλικίας 11 έως 15 ετών και το 30% των ενηλίκων ηλικίας από 18 και άνω καταναλώνει αλκοόλ στο διάστημα μίας εβδομάδας.

Ο λόγος ο οποίος οδηγεί τους εφήβους στην κατανάλωση αλκοόλ είναι γιατί πιέζονται από το κοινωνικό τους περιβάλλον. Δεν πρέπει να παραληφθεί το γεγονός ότι στη φάση της εφηβείας το άτομο προσπαθεί να είναι μέρος του κοινωνικού συνόλου και παράλληλα να εξερευνήσει τα όριά του. Όταν οι έφηβοι δέχονται πιέσεις για να καταναλώσουν αλκοόλ μπορεί να αισθάνονται θυμό, άγχος, ενοχές, αίσθηση δειλίας και απογοήτευση σχετικά με τον εαυτό τους. Έτσι καταλήγουν να κάνουν πράξεις που κανονικά δε θα τις έπρατταν και οι λόγοι είναι αρκετοί: ο φόβος της απόρριψης ή ότι θα χάσουν ένα φίλο, η επιθυμία για να αρέσουν ή και να φαίνονται μεγαλύτεροι και η αποφυγή του χλευασμού. Επιπλέον, αρκετοί είναι οι νέοι οι οποίοι πέφτουν στον πειρασμό να πιούν αλκοόλ με την παρέα τους επειδή δεν είναι σίγουροι τι θέλουν ή επειδή δε γνωρίζουν πώς να χειριστούν την κατάσταση.

Συγκεκριμένα, όσον αφορά στην εφηβική ηλικία, το αλκοόλ μειώνει τη σχολική απόδοση, την ικανότητα απορρόφησης της γνώσης και τη συγκέντρωση. Η κατανάλωση αλκοόλ σε αυτές τις ηλικίες έχει δραματική επίδραση στην προσωπικότητα, προκαλεί ευερεθιστότητα, εχθρικότητα και επιθετικότητα αυξάνοντας τον κίνδυνο πειραματισμού και με άλλες εξαρτησιογόνες ουσίες.

Οι έφηβοι που πίνουν έχουν περισσότερες πιθανότητες να πεθάνουν από πνιγμό, πτώσεις ή αυτοκινητιστικά ατυχήματα. Είναι πολύ σημαντικό να υπάρχει διάλογος μέσα στην οικογένεια έτσι ώστε τα παιδιά από νεαρή ηλικία να μάθουν τις επιπτώσεις των οινοπνευματωδών ποτών. Οι γονείς θα πρέπει να μάθουν στα παιδιά τους να μη μπαίνουν ποτέ σε αμάξι του οποίου ο οδηγός έχει πιεί, πολύ δε περισσότερο αν βρίσκεται σε κατάσταση μέθης και να παρέχεται η διαβεβαίωση ότι οι γονείς θα περάσουν να πάρουν τα παιδιά τους ανεξαρτήτως ώρας.

Ενήλικες

Κοινωνικοί παράγοντες

- Για να διασκεδάσουν
- Από περιέργεια

Γενετικοί παράγοντες

- Γιατί έχουν οικογενειακό ιστορικό αλκοολισμού

Ψυχολογικοί παράγοντες

- Γιατί έχουν πολύ χαμηλή αυτοεκτίμηση και έχουν βιώσει την απόρριψη. Για να ξεφύγουν από την φορτική καθημερινότητα και από το υπερβολικό άγχος

Κοινωνικοί παράγοντες

Είναι γεγονός ότι οι περισσότεροι ενήλικες καταναλώνουν αλκοόλ διότι είναι περίεργοι να δοκιμάσουν νέα ποτά σε γεύση, σε αντίθεση με τους νέους που δοκιμάζουν συνεχώς συγκεκριμένα είδη ποτών. Ακόμη, αν και οι ενήλικες είναι ώριμοι άνθρωποι, πολλές φορές κάνουν χρήση του αλκοόλ για να διασκεδάσουν και να μιμηθούν την παρέα τους.

Γενετικοί παράγοντες

Ένας από τους πιο σημαντικούς παράγοντες κατανάλωσης αλκοόλ είναι το οικογενειακό ιστορικό αλκοολισμού. Μελέτες σε όλο τον κόσμο, εστιάζουν στη δομή της οικογένειας και στην κληρονομική προδιάθεση του αλκοολισμού από τη μια γενιά στην επόμενη. Σε αυτό το συμπέρασμα δεν συνηγορεί μόνο το γονεϊκό πρότυπο μίμησης, αλλά και ο ρόλος των γονιδίων που έχουν κληρονομήσει από τους γονείς τους.

Ψυχολογικοί παράγοντες

Είναι γεγονός ότι το αλκοόλ, όταν καταναλώνεται σε μικρές ποσότητες, μειώνει το άγχος και τις αναστολές, χαλαρώνει, δημιουργεί ευδιαθεσία και διευκολύνει τις συναναστροφές. Ενήλικες για να χαλαρώσουν και να γίνουν αποδεκτοί από την παρέα, θα δοκιμάσουν το αλκοόλ. Συχνά όμως το μέτρο χάνεται. Επίσης, η κατανάλωση αλκοόλ διότι ορισμένοι έχουν χαμηλή αυτοπεποίθηση ή έχουν απορριφθεί και παραμεληθεί από τα αγαπημένα τους πρόσωπα.

ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ

Σύμφωνα με την ψυχολογία η συχνή κατανάλωση αλκοόλ μπορεί να φτάσει σε σημείο εθισμού και αυτό συνήθως οφείλεται σε ψυχογενή αίτια. Όπως μας λέει η ψυχολογία ο εθισμός στο αλκοόλ αυξάνεται επικίνδυνα τα τελευταία χρόνια και τους κληρονομικούς παράγοντες επιβαρύνουν οι δυσμενείς οικονομικές, επαγγελματικές και κατ' επέκταση συναισθηματικές συνθήκες. Βέβαια, σχεδόν σε κάθε κανόνα στην ψυχολογία υπάρχουν και εξαιρέσεις.

Ο άνθρωπος που στην αρχή νιώθει ικανοποιημένος σύμφωνα με την ψυχολογία με ένα ποτήρι κρασί κατά το δείπνο, διαπιστώνει μετά από λίγο, ότι ζητά λίγο παραπάνω και αμέσως μετά κι άλλο, κι άλλο. Στην ψυχολογία, η αύξηση της επιθυμίας μπορεί να είναι πολύ αργή, αλλά αυτό συνεχίζεται σίγουρα μέχρι που στο τέλος, ένα μπουκάλι δεν είναι τίποτα μπροστά στα πολλά, για να καλύψει τις νέες του ανάγκες. Είναι η ίδια ακριβώς περίπτωση όπως με τη χρήση κάθε άλλης μορφής αλκοολούχου ποτού ή άλλης εξαρτησιογόνου ουσίας.

Το αλκοόλ στον οργανισμό ασκεί πολύπλευρη φαρμακολογική και τοξική δράση και επηρεάζει τη λειτουργία πολλών συστημάτων. Οι δράσεις του εξαρτώνται από την πυκνότητα του αλκοόλ στο αίμα και περιλαμβάνουν:

1. Επιδράσεις στο κεντρικό νευρικό σύστημα
2. Εξάρτηση από αλκοολισμό.
3. Επιδράσεις στο συκώτι και στο πεπτικό σύστημα.
4. Επιδράσεις στο καρδιαγγειακό και κυκλοφορικό σύστημα.

6. Αύξηση στα ατυχήματα και στις εξωτερικές αιτίες κακώσεων και τραυματισμών.

Όραση

Η υπερβολική κατανάλωση αλκοόλ διαστέλλει τα αιμοφόρα αγγεία των ματιών τα οποία δείχνουν κόκκινα και «ματωμένα».

Επηρεάζει επίσης τα σήματα που στέλνουν τα μάτια στον εγκέφαλο, η όραση θολώνει και γίνεται δυσκολότερο να κρίνει κανείς τις αποστάσεις και τις ταχύτητες. Για το λόγο αυτό, σε πολλά τροχαία εμπλέκονται οδηγοί ή πεζοί με υψηλά επίπεδα αλκοόλ στο αίμα τους.

Αίμα και έντερα

Η υπερβολική ποσότητα αλκοόλ ερεθίζει το στομάχι και μπορεί να οδηγήσει σε ναυτίες, κράμπες και κοιλιακούς πόνους .

Καρδιά

Η στεφανιαία νόσος είναι η κύρια αιτία θανάτου στην Ευρώπη, υπεύθυνη για το 30% περίπου των θανάτων.

Η κατανάλωση αλκοόλ δεν συνιστάται όμως εάν κάποιος έχει υψηλή πίεση. Αν κάποιος πάσχει από κάποια καρδιακή πάθηση μπορεί να καταναλώνει αλκοόλ συγκρατημένα μόνο αν το αλκοόλ δεν επηρεάζει τη φαρμακευτική αγωγή που λαμβάνει.

Η υπερβολική κατανάλωση αντίθετα καταπονεί την καρδιά και αυξάνει τον κίνδυνο εμφάνισης εμφραγμάτων, εγκεφαλικών και καρδιακών παθήσεων.

Το αλκοόλ μειώνει τη δημιουργία θρόμβων ή την «προσκόλληση» των ερυθρών αιμοσφαιρίων που αν δεν αντιμετωπιστεί μπορεί να δημιουργήσει θρόμβο που θα μπλοκάρει τη ροή του αίματος σε μια αρτηρία ή φλέβα προκαλώντας έμφραγμα ή εγκεφαλικό.

Συκώτι

Το συκώτι διασπά τη μεγαλύτερη ποσότητα από το αλκοόλ που καταναλώνουμε (το υπόλοιπο αποβάλλεται από το σώμα μας μέσω της αναπνοής, των ούρων και του ιδρώτα). Το συκώτι περιέχει ένζυμα που διασπούν το αλκοόλ σε νερό και διοξείδιο του άνθρακα τα οποία είναι ακίνδυνα για το σώμα μας.

Παρ' όλα αυτά, το συκώτι μπορεί να διασπά μία μονάδα αλκοόλ περίπου την ώρα στους ενήλικες, το υπόλοιπο κυκλοφορεί στο αίμα, τον εγκέφαλο και τα υπόλοιπα όργανα. Το αλκοόλ θα συνεχίσει να κυκλοφορεί μέχρι να διασπαστεί όλο από το συκώτι. Αν το σώμα δε μπορεί να αντιμετωπίσει το αλκοόλ που βρίσκεται στο σύστημά του, το άτομο θα λιποθυμήσει ή σε εξαιρετικές περιπτώσεις θα πέσει σε κώμα. Η μακροχρόνια και συστηματική κατανάλωση αλκοόλ εξουδετερώνει τα ηπατικά κύτταρα οδηγώντας σε σοβαρές ηπατικές παθήσεις.

Η μακρόχρονη κατανάλωση αλκοόλ μπορεί επίσης να οδηγήσει σε καρκίνο του ήπατος ή άλλους τύπους καρκίνου.

Εγκέφαλος

Το αλκοόλ δρα ως κατασταλτικό στον εγκέφαλο, το κέντρο ελέγχου του σώματος. Μπορεί να κάνει το άτομο που πίνει να αισθάνεται ευτυχισμένο για λίγο αλλά αυτό συνήθως ακολουθείται από κατάθλιψη.

Η μακρόχρονη κατανάλωση αλκοόλ μπορεί να καταστρέψει τα εγκεφαλικά κύτταρα και να προκαλέσει απώλεια μνήμης και διανοητικά προβλήματα.

Το αλκοόλ «κλέβει» νερό από τον εγκέφαλο. Έτσι, καθώς το σώμα ξεκινά το μεταβολισμό του αλκοόλ, το άτομο μπορεί να αισθανθεί ζαλάδα και πονοκέφαλο αν έχει καταναλώσει μεγάλη ποσότητα αλκοόλ.

Εγκυμοσύνη και Γονιμότητα

Η κατανάλωση αλκοόλ από γυναίκες συχνότερα από μία ή δύο φορές την εβδομάδα ή η κατανάλωση περισσότερων από ένα ή δύο ποτών κάθε φορά μπορεί να επηρεάσει την έμμηνο ρύση τους και τα επίπεδα γονιμότητάς

τους. Σύμφωνα με έρευνες, η κατανάλωση αλκοόλ κατά τη διάρκεια της προσπάθειας σύλληψης μπορεί να επηρεάσει τις πιθανότητες μιας γυναίκας να μείνει έγκυος και να αυξήσει τον κίνδυνο αποβολής. Μια γυναίκα δε γνωρίζει τις πρώτες εβδομάδες αν είναι έγκυος. Μην καταναλώνοντας αλκοόλ ενώ προσπαθεί να συλλάβει, το έμβρυο δεν εκτίθεται στο αλκοόλ και τις πιθανές βλάβες που μπορεί να προκαλέσει κατά την πρώιμη και κριτικής σημασίας περίοδο ανάπτυξης του εμβρύου.

ΤΡΟΠΟΙ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ

Κοινωνία

Η κοινωνία είναι σημαντικό να οργανώνει πολύπλευρες υπηρεσίες αντιμετώπισης στο πρόβλημα του αλκοολισμού. Η κοινωνική παρέμβαση μπορεί να γίνει σε επίπεδο προληπτικής ιατρικής ώστε τα άτομα να αποτραπούν στο να κάνουν χρήση κατανάλωσης οινοπνεύματος, όσο και σε άλλα επίπεδα, όπως:

Το κοινό

Διανομή έντυπου υλικού και διαλέξεις. Το υλικό θα περιλαμβάνει φυλλάδια με βασικές γνώσεις του θέματος και πληροφορίες για την αιτιολογία, τις οργανικές και ψυχικές συνέπειες, τη θεραπεία καθώς και τις υπηρεσίες στις οποίες μπορεί κανείς να απευθυνθεί για βοήθεια στα διάφορα στάδια. Καμπάνιες για το κοινό, με ενημερωτικά προγράμματα, διαφημίσεις και άλλες επιμορφωτικές συζητήσεις.

Ομιλίες

Συζητήσεις με προσκεκλημένους ομιλητές, διαλέξεις, διάλογοι και διανομή εκπαιδευτικού υλικού, δεδομένου ότι οι εμπλεκόμενοι μπορεί να στερούνται ιδιαίτερης εκπαίδευσης για μεμονωμένα θέματα. Έτσι προάγεται η ενημέρωση και τροποποιείται και οριοθετείται η στάση τους απέναντι στο πρόβλημα

Εφαρμογή προγραμμάτων παρέμβασης στα σχολεία

Το σχολείο αποτελεί, μετά την οικογένεια, το σημαντικότερο θεσμό κοινωνικοποίησης του παιδιού και ασκεί σημαντική επίδραση στην ψυχική του ωρίμανση. Ασφαλώς μπορεί να διαδραματίσει σημαντικό ρόλο στην πρόληψη εμφάνισης ή στην αντιμετώπιση διαταραχών της συμπεριφοράς ή άλλων ψυχικών διαταραχών. Έτσι το σχολείο οφείλει να δημιουργήσει προγράμματα πρόληψης σε μαθητές, με στόχο την ενίσχυση ατομικών και κοινωνικών δεξιοτήτων, αποτρεπτικών της χρήσης του αλκοόλ.

Παρέμβαση σε επίπεδο οικογένειας

Θα πρέπει να γίνουν επισκέψεις ειδικών στο σπίτι για να συζητούν το πρόβλημα και υποστηρικτικές ομάδες συγγενών. Ακόμη, οι γονείς είναι καλό να συμβουλεύουν τα παιδιά τους, να συμβάλλουν στην καταπολέμηση του αλκοολισμού και να προσπαθούν να τα αποτρέψουν από τέτοιου είδους ενέργειες.

Παρέμβαση στο επίπεδο του ίδιου του αλκοολικού

Εκτός από την ειδική αντιμετώπιση μεγάλη βοήθεια δίνουν οι ομάδες αλληλοϋποστήριξης. Θεωρείται ως η πιο αποτελεσματική θεραπεία για τους αλκοολικούς και παρέχει συνεχή ομαδική υποστήριξη από άτομα που και οι ίδιοι ήταν αλκοολικοί και οι συναντήσεις χαρακτηρίζονται από αλληλοϋποστήριξη του ενός αλκοολικού με τον άλλο. Για τη λειτουργία των ομάδων αυτών χρειάζεται ειδικός ψυχίατρος-θεραπευτής για να συντονίζει την ομάδα και ενημέρωση του κοινού για τη δραστηριότητα αυτή.

Επίσκεψη σε ειδικό

Μια άλλη λύση είναι ένα θεραπευτικό πρόγραμμα. Έαν το άτομο επιλέξει να καταφύγει στη βοήθεια ειδικού, θα πρέπει η σχέση του θεράποντος μαζί του να είναι ειλικρινής και να υπάρχει μεταξύ τους εμπιστοσύνη. Δεν θα πρέπει ο θεράπων να λέει ψέματα στον θεραπευόμενο αλλά να του λέει την αλήθεια. Επίσης κάθε θεραπευτική παρέμβαση πρέπει να εμπεριέχει κατάρτιση εφικτών θεραπευτικών στόχων. Επιπλέον απαραίτητη είναι η υποστήριξη της οικογένειας του αλκοολικού.

ΦΟΡΕΙΣ - ΟΡΓΑΝΩΣΕΙΣ

ΕΣΩΤΕΡΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

Ένας σημαντικός φορέας αντιμετώπισης του αλκοολισμού είναι το **Τμήμα Καταπολέμησης Αλκοολισμού και Τοξικομανίας του Υπουργείου Υγείας Πρόνοιας**, το οποίο βρίσκεται στην **Αθήνα**. Άλλοι φορείς – οργανώσεις είναι:

Δημόσια Νοσοκομεία

Ολοκληρωμένες θεραπευτικές προσεγγίσεις δεν υπάρχουν παρά μόνο στην Αθήνα. Σε περιφερειακό επίπεδο, οι προσπάθειες είναι μεμονωμένες και αποσπασματικές.

α. Η Θεραπευτική Κοινότητα Απεξάρτησης Αλκοολικών '18 ΑΝΩ'

Πρόκειται για ένα πρόγραμμα κοινοβιακού τύπου, καθώς η οργάνωση και η φιλοσοφία του στηρίζεται στις βασικές αρχές των κοινοβίων. Η διάρκεια της θεραπείας είναι τουλάχιστον 9 μήνες.

β. Το Πρόγραμμα Βραχείας Απεξάρτησης Αλκοολικών

Σκοπός του προγράμματος είναι η ψυχική απεξάρτηση ατόμων εξαρτημένων από το αλκοόλ ή/και τα ηρεμιστικά χάπια με κύριο θεραπευτικό εργαλείο την ατομική και ομαδική ψυχοθεραπεία. Η συνολική του διάρκεια είναι 4 μήνες και γι' αυτό αποτελεί πρόγραμμα βραχείας θεραπείας.

ΕΞΩΤΕΡΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

Το Εξωτερικό Πρόγραμμα περιλαμβάνει ατομική και ομαδική ψυχοθεραπεία. Απευθύνεται σε εξαρτημένους που δεν κρίνεται αναγκαία η ένταξή τους σε κλειστό χώρο προστατευμένο από το αλκοόλ. Επίσης, παρέχεται η δυνατότητα ατομικής και ομαδικής θεραπείας σε άτομα που επιθυμούν να συνεχίσουν τη θεραπεία τους.

ΟΜΑΔΑ ΤΩΝ ΑΝΩΝΥΜΩΝ ΑΛΚΟΟΛΙΚΩΝ

Είναι μια ομάδα αυτοβοήθειας και αυτοθεραπείας. Βασίζεται στο μοίρασμα και στην ανταλλαγή προσωπικών εμπειριών.

1. Μη κυβερνητική οργάνωση «Νηφάλιοι»: ευαισθητοποίηση, επιμόρφωση και ενημέρωσή του κοινού και των επαγγελματιών για τις βλαπτικές συνέπειες του αλκοόλ, καθοδήγηση και ενδυνάμωση κινήτρου για θεραπεία.

2. Το Κέντρο Υποστήριξης Εξαρτημένων Ατόμων «ΟΑΣΙΣ»: στη Θεσσαλονίκη είναι αστική μη κερδοσκοπική εταιρία υποστήριξης εξαρτημένων ατόμων από αλκοόλ και προσφέρει υπηρεσίες για την πρόληψη της εξάρτησης, τη δημιουργία ασφαλούς περιβάλλοντος, επαγγελματικό προσανατολισμό καθώς και ψυχοκοινωνική και νομική συμβουλευτική,

ομιλίες, συζητήσεις και θεραπευτικά εργαστήρια, συναντήσεις ατομικής και ομαδικής συμβουλευτικής, υποδοχή και ενημέρωση εξαρτημένων.

3. Ο Σύλλογος Στήριξης Εξαρτημένων από το Αλκοόλ Ατόμων «Η Επιστροφή»: Βρίσκεται στο Ηράκλειο. Σκοπός του Συλλόγου είναι η παροχή βοήθειας σε εξαρτημένα άτομα από το αλκοόλ και ειδικότερα στους τομείς σωματική απεξάρτηση, ψυχολογική στήριξη και κοινωνική επανένταξη. Δραστηριοποιείται και στους τομείς της πρόληψης, ενημερώνοντας για τους κινδύνους της κατάχρησης του αλκοόλ και οργανώνοντας δράσεις ευαισθητοποίησης πολιτών.

4. Το Κέντρο Έρευνας Ανθρωπίνων Συμπεριφορών (ΚΕΑΣ, Μη κερδοσκοπικός οργανισμός): Παρέχει παρεμβάσεις σε ανθρώπους που υποφέρουν από την εξάρτηση του αλκοόλ και των ναρκωτικών, ώστε να ξεπεράσουν τις δυσκολίες τους και να αναπτύξουν νέες προοπτικές στη ζωή τους.

5. ΚΕ.Θ.Ε.Α.

Το ΚΕ.Θ.Ε.Α. έχει αναπτύξει το θεραπευτικό πρόγραμμα «ΑΛΦΑ», το οποίο είναι ένα πρόγραμμα εξωτερικής παρακολούθησης, βασισμένο στην ψυχολογική υποστήριξη του ατόμου, ώστε να απέχει από την κατανάλωση αλκοόλ, στη σταθεροποίηση της αποχής και στη φροντίδα μέσω ατομικών και ομαδικών ψυχοθεραπευτικών συναντήσεων. Απευθύνεται σε άτομα άνω των 15 ετών και στα συγγενικά τους πρόσωπα που αντιμετωπίζουν πρόβλημα με το αλκοόλ. Το Κέντρο Ψυχολογικής Απεξάρτησης από το Αλκοόλ παρέχει ατομική συμβουλευτική, ομαδική ψυχοθεραπεία (ομάδες ανωνύμων αλκοολικών), ψυχιατρική υποστήριξη, οικογενειακή θεραπεία ή θεραπεία ζεύγους. Διαμορφώνεται ένα εξατομικευμένο πλάνο θεραπείας ανάλογα με τις ανάγκες του ενδιαφερόμενου, χωρίς να αποκτοπεί από το περιβάλλον του και τις δραστηριότητες του. Το χρονικό διάστημα της παρακολούθησης κυμαίνεται από 4 έως 18 μήνες.

ΠΡΟΛΗΨΗ

Η πρόληψη είναι μια βασική προϋπόθεση για να μπορέσει το άτομο να ξεφύγει από την σφαίρα επιρροής του αλκοόλ. Κάποιοι τρόποι πρόληψης είναι :

- A **Διανομή έντυπου υλικού:** Μπορούν να μοιράζονται φυλλάδια και έντυπα σχετικά με την πρόληψη και αντιμετώπιση του αλκοολισμού.
- A **Διαλέξεις-Ομιλίες:** Διάφορες συζητήσεις και διάλογοι μεταξύ ειδικών και ανθρώπων που πάσχουν από το αλκοόλ μπορούν να διεξαχθούν με σκοπό να ενημερωθούν τα άτομα για τον αλκοολισμό.
- A **Προβολή ταινιών-παρακολούθηση εκπομπών ΜΜΕ** σχετικών με το αλκοόλ, τις βλαβερές συνέπειές του και την πρόληψη του.
- A **Σχολείο:** Και το σχολείο μπορεί να συντελέσει στην αντιμετώπιση του αλκοολισμού και να καταρτίσει τους μαθητές.
- A **Οικογένεια - Ατομική ή ομαδική συμβουλευτική γονέων:** Οι γονείς μπορούν με τη συμμετοχή τους σε ομάδες ή και μεμονωμένα να

βοηθήσουν τα παιδιά τους να προλάβουν τις καταστρεπτικές συνέπειες του αλκοολισμού.

- A **Ψυχιατρική - Ιατρική παρέμβαση:** Και οι γιατροί με τη σειρά τους μπορούν να δραστηριοποιηθούν και να επιστήσουν την προσοχή σε άτομα που δεν γνωρίζουν τις επιπτώσεις του αλκοόλ.
- A **Παρακολούθηση προγραμμάτων απεξάρτησης:** Τα προγράμματα απεξάρτησης είναι ιδιαίτερα χρήσιμα για όποιον επιθυμεί να ενημερωθεί ή να ξεπεράσει τη χρήση του αλκοόλ.

ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΗ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ

Συγγενείς

Στην υποστήριξη των αλκοολικών μπορούν να βάλουν το λιθαράκι τους και οι συγγενείς. Μπορούν να παρέχουν ατομική και ομαδική θεραπεία στους εξαρτημένους, συζύγους-αδέλφια-παιδιά, με στόχο τη θεραπευτική αλλαγή. Στη διαδικασία αυτή έχουν τη δυνατότητα να συμμετέχουν συγγενείς ακόμη και στις περιπτώσεις που ο εξαρτημένος δεν αναγνωρίζει τις δυσκολίες και αρνείται κάθε βοήθεια.

Συμβουλές από ψυχολόγο

Ακόμη, ένας ψυχολόγος μπορεί να προσφέρει συμβουλές στο άτομο που πάσχει, να τον στηρίξει ψυχολογικά και να τον βοηθήσει να ξεπεράσει το πρόβλημά του.

Τηλεφωνικές γραμμές υποστήριξης

Η τηλεφωνικές γραμμές για την απεξάρτηση είναι ειδικευμένες υπηρεσίες σε θέματα που αφορούν την χρήση αλκοόλ. Παρέχουν αντικειμενική πληροφόρηση, βοήθεια, κατεύθυνση και παραπομπή προς τις υπάρχουσες θεραπευτικές δομές. Είναι μέλη της Ευρωπαϊκής Ένωσης Τηλεφωνικών Γραμμών Βοήθειας και συμμετέχουν σε προγράμματα ανταλλαγής και εκπαίδευσης επιστημόνων.

ΣΥΜΒΟΛΗ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΣΤΗΝ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΑΛΚΟΟΛΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΧΑΡΤΟΠΑΙΞΙΑΣ

Μεγάλη είναι η προσφορά του αθλητισμού στην αντιμετώπιση αυτών των δύο φαινομένων. Κατ'αρχήν, όταν το άτομο επιδίδεται σε αθλητικές δραστηριότητες αφήνει στην άκρη το αλκοόλ, την χαρτοπαιξία και οποιαδήποτε άλλη έγνοια, με αποτέλεσμα να έχει πολύ καλή φυσική κατάσταση και να διατηρείται υγιής. Καταφέρνει να ξεφεύγει από την καθημερινότητα και τα προβλήματά του και με αυτόν τον τρόπο δεν χρειάζεται να καταναλώνει αλκοόλ ούτε να καταφεύγει σε χαρτοπαίγνια για να τα ξεπεράσει. Νιώθει δημιουργικός και ανανεωμένος.

Επιπλέον, ο μαζικός αθλητισμός είναι εξέχων παράγοντας, καθώς με την οργάνωση μαζικών και ομαδικών δραστηριοτήτων, όπως ποδηλατοδρομίες, πεζοπορίες, αγωνισμάτων στίβου ή αθλημάτων με μπάλα συμβάλλει στο να περιοριστεί βαθμιαία αλλά και σε μεγάλο βαθμό η χρήση του αλκοόλ και η χαρτοπαιξία, αφού το άτομο συμμετέχει ενεργά σε αυτά και δεν επιλέγει ως λύση τα δύο αυτά φαινόμενα.

Τι είναι χαρτοπαιξία :

Χαρτοπαιξία είναι το να παίζει κανείς χαρτιά (τράπουλα). Η λέξη «τράπουλα», που σημαίνει τη «δεσμίδα των παιγνιοχάρτων», προέρχεται από την ιταλική λέξη «trappola», που σημαίνει «παγίδα» και «δόλος». Η τράπουλα αποτελείται από τα τραπουλόχαρτα ή τα λεγόμενα παιγνιόχαρτα ή χαρτιά και προήλθε από το ιταλικό παιχνίδι «ταρόκ» ή «ταρόκο»,

Ιστορική εξέλιξη

Προέρχεται από τους Ασιάτες και μεταφέρθηκε στην Ευρώπη τον 14ο μ.Χ. αιώνα. Όλα τα χαρτιά μαζί, τα ονομάζουμε τράπουλα. Είναι λέξη ιταλική και σημαίνει παγίδα, δόλο. Το ίδιο νόημα έχει και η άλλη τους συνήθης ονομασία «Κοντσίνα ή κολτσίνα ή κολιτσίνα», σημαίνει παγίδα, συμπαιγνία. Η τράπουλα στην Ελλάδα είναι γνωστό πότε ακριβώς εφανίσθηκε , καθώς δεν έχει διασωθεί (ή τουλάχιστον δεν έχει ως σήμερα εντοπισθεί) καμία σχετική μαρτυρία. Πάντως πρέπει να δεχθούμε ότι στα Ιόνια νησιά η χαρτοπαιξία συνηθιζόταν ήδη από την περίοδο της Ενετοκρατίας. Πραγματικά όπως έγραψαν οι εφημερίδες (Ιανουάριος 1937) η κυβέρνηση, αφού παρά τις ομολογούμενες φιλότιμες προσπάθειές της δεν κατόρθωσε να εξαφανίσει τη χαρτοπαιξία, αποφάσισε τουλάχιστον οι Έλληνες να παίζουν με τραπουλόχαρτα, τα οποία έφεραν ελληνοπρεπείς παραστάσεις.

Η ΤΡΑΠΟΥΛΑ ΤΟΥ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ ΜΟΝΟΠΩΛΙΟΥ ΚΑΙ Η ΙΣΤΟΡΙΑ ΤΟΥ 1833-1985

Δ. ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΜΟΝΟΠΩΛΙΟ (1833-1985)



Το Ελληνικό Μονοπώλιο

Το αρχαιότερο μονοπώλιο είναι του αλατιού, το οποίο θεσπίστηκε με τρεις νόμους του 1884 του τότε πρωθυπουργού και υπουργού οικονομικών Χ. Τρικούπη με το όνομα Μονωπόλιον. Για την εξασφάλιση του δανείου, συνεστήθη η εταιρεία των μονοπωλίων με το νόμο του 1887, η ονομαζόμενη Εταιρεία Διαχείρισης Υπεγγύων Προσόδων, γνωστή ως «ΕΔΥΠ». Η εταιρεία αυτή το 1898 μετονομάστηκε σε ΕΔΕΜΕΔ (Εταιρεία Διαχείρισης Ειδών Μονοπωλίου Ελληνικού Δημοσίου). Ιδρύθηκαν και εγκαταστάθηκαν σε πολλές πόλεις και κωμοπόλεις της Ελλάδος μονοπώλια και μεταξύ αυτών στην περιοχή μας, στο Μελιγαλά. Ο διευθυντής της αποθήκης ονομαζόταν Διαχειριστής και διοριζόταν από το διοικητικό συμβούλιο της εταιρείας. Το ελληνικό μονοπώλιο καταργήθηκε την 1-1-1986.

Αρχικά το 1873, στην Κέρκυρα, ιδρύθηκε από τον Γεράσιμο Ασπιώτη το παιγνιοχαρτοποιείο «Ελπίς». Δέκα χρόνια αργότερα, το 1884, ο Γ. Ασπιώτης υπέγραψε με την κυβέρνηση Τρικούπη μονοπωλιακή σύμβαση για την κατασκευή των παιγνιοχάρτων του ελληνικού δημοσίου και το 1887 η εταιρεία ανέλαβε και την κατασκευή φυλλαδίων σιγαροχάρτου και διασκευής του σε ταινίες και σωλήνες. Το 1902 την εταιρεία ανέλαβε ο γιος του Γεράσιμου Ασπιώτη, Κωνσταντίνος. Οι εργασίες της εταιρείας επεκτάθηκαν και στην εκτύπωση ομολογιών, μετοχών, γραμματίων, λαχείων, διαφημίσεων, έντυπου χάρτου αλληλογραφίας και φακέλων, επιταγών, ετικετών, ταχυδρομικών εικονογραφημένων δελταρίων, αφισών, καταστίχων, εντύπων κ.ά. Το 1928 η

εταιρεία συγχωνεύθηκε με την Εταιρεία Λιθογραφίας και Κυτοποιίας Αθηνών.

Το 1935 τη διεύθυνση της νέας εταιρείας ανάλαβε ο Λ. Ηλιόπουλος. Το αρχαικό υλικό που περιήλθε στην κατοχή της Εθνικής Τράπεζας περιλαμβάνει εκτός από τα διοικητικά και λογιστικά έγγραφα της εταιρείας και ένα πολύ μεγάλο μέρος από τυπογραφικά δείγματα των εργασιών της. Πιο αναλυτικά τα τεκμήρια αφορούν: χαρτόσημα και κινητά επισήματα, βιβλιόσημα, ιατρόσημα,καρνέ επιταγών και άλλα έντυπα συναλλαγών τραπεζών οργανισμών και επιχειρήσεων, παιγνιόχαρτα, διάφορους χάρτες, διάφορα τυπωμένα από την Ασπιώτη-ΕΛΚΑ και τις Εκδόσεις Αθηνών, ημερολόγια, βιβλία της βιβλιοθήκης της επιχείρησης, αποχρωματισμούς-σκάλες χρωμάτων κ.α.

Η ΝΤΑΜΑ ΕΜΠΟΡΙΟΥ-ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ ΜΟΝΟΠΩΛΙΟΥ



ΠΑΝΩΤΡΑΠΟΥΛΑ ΕΜΠΟΡΙΟΥ ΚΑΙ ΚΑΤΩ ΤΡΑΠΟΥΛΑ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ

ΜΟΝΟΠΩΛΙΟΥ

Θ. ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΜΟΝΟΠΩΛΙΟ (1633-1965)



ΤΡΑΠΟΥΛΟΘΗΚΗ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ ΜΟΝΟΠΩΛΙΟΥ

Τέσσερις χώρες και λαοί ερίζουν για την πατρότητα της τράπουλας και των παιγνιοχάρτων. Δεδομένου ότι τα παιγνιοχάρτα πρέπει να είναι σύγχρονα ή σχεδόν σύγχρονα με την ανάπτυξη των γραφικών τεχνών και, βεβαίως, σε κάθε περίπτωση, σχετίζονται λογικά με αυτές, όλοι οι λαοί στους οποίους κατά καιρούς έχει αποδοθεί η επινοήση των τεχνών –τεχνικών αυτών, έχουν, αντίστοιχα, διεκδικήσει και την τράπουλα.

Ως πιο ανίσχυρη κρίνεται η άποψη περί Αράβων. Οι Αραβες πράγματι συνέβαλαν στη διάδοση κάποιων μορφών τράπουλας, πιθανόν να επέφεραν αλλαγές σ' αυτές, αλλά δεν ήταν αυτοί που εφηύραν την τράπουλα.

Πιθανότερη απ' αυτήν φαίνεται η άποψη ότι τα παιγνιοχάρτα εμφανίστηκαν για πρώτη φορά στην Αίγυπτο, σε ανύποπτο χρόνο, έχοντας επάνω τους θρησκευτικές απεικονίσεις. Την άποψη αυτή ασπάζονται περισσότερο οι αποκρυφιστές, που μάλιστα θεωρούν ότι η εφεύρεση των τραπουλόχαρτων χρονολογείται πριν από τον έντυπο λόγο, ότι η τράπουλα ήταν η πρώτη μορφή «βιβλίου» και ότι τα τραπουλόχαρτα, στη μορφή που είχαν τότε, αποτύπωναν συμβολικά την αρχέγονη γνώση, αποτελούσαν ένα μέρος της λατρείας του Αιγύπτιου θεού Ιοθ και με τη βοήθειά τους μπορούσε να προβλεφθεί η μοίρα των ανθρώπων και το μέλλον τους, να δοθούν συμβουλές προς αυτούς και να εξηγηθεί η θέληση των θεών. Οι υποστηρικτές

αυτής της άποψης θεωρούν ότι αυτά τα αρχέγονα «Φύλλα της Τύχης» ή «Τάροκ» αποτελούν τον «πνευματικό πρόγονο» όλων των τραπουλόχαρτων και ότι η πιο αυθεντική μορφή τους διασώθηκε ως «Τάροκ των Βοημών» και ήδη ως τράπουλα με την ονομασία «Ταρώ του Τοθ».

Ακόμα πιο πιθανή, πάντως, κρίνεται η άποψη ότι επινοήθηκαν μεταξύ 9ου και 10ου αιώνα στην Ινδία και είχαν πολεμικές αναπαραστάσεις. Κατά τους υποστηρικτές της άποψης αυτής, η λέξη «ναϊμπ», που εκφράζει την χαρτοπαιξία, στην ινδοστανική, σημαίνει «υπολοχαγός», κάτι που μας θυμίζει την ορολογία του σκακιού, από το οποίο, σύμφωνα με κάποιους, πιθανόν να προήλθε η τράπουλα.

Όσον αφορά την πολιτεία:

Πριν από έναν αιώνα η Πρωτοχρονιά έμοιαζε περισσότερο με επανάσταση παρά με ειρηνική γιορτή. Τόσο στην Αθήνα όσο και στην υπόλοιπη Ελλάδα. Σε πόλεις, κωμοπόλεις και χωριά, πολλές εβδομάδες πριν την Πρωτοχρονιά και αρκετές μετά, άκμαζε η χαρτοπαιξία. Σε λέσχες, καφενεία, ζαχαροπλαστεία, πανδοχεία ή ακόμη και στην ύπαιθρο οι άνδρες έπαιζαν χαρτιά αδιάκοπα. Ολόκληρη η Ελλάδα βρισκόταν σε ανησυχία, κόσμος καταστρεφόταν, το χρήμα έρρεε. Οι επαγγελματίες χαρτοπαίκτες μαζί με την τράπουλα είχαν στην τσέπη τους το πιστόλι ή το μαχαίρι. Χρειάστηκε να εφαρμοσθεί ειδική νομοθεσία, να χαθούν ζωές, να οργανωθούν ιδιαίτερες υπηρεσίες αστυνομικού χαρακτήρα για να κατασταλεί το φαινόμενο, χωρίς να εξαφανιστεί. Εξάλλου, πάντα κάποια «παραθυράκια» επέτρεπαν την χαρτοπαιξία με διάφορες μορφές. Στις μέρες μας η χαρτοπαιξία έφτασε στεγασμένη στα πολυτελή καζίνο.

Δύσκολα απεικονίζεται το φαινόμενο της πρωτοχρονιάτικης χαρτοπαιξίας στα τέλη του 19ου αιώνα, όταν είχε φτάσει στο ζενίθ της δόξας του. Όπως όλα τα αρνητικά φαινόμενα, έτσι και αυτό της χαρτοπαιξίας, είχε ως επίκεντρο την πρωτεύουσα.

Η πρωτοχρονιάτικη χαρτοπαιξία δεν διακοπτόταν, διαρκώντας επί μία και δύο εβδομάδες. Τα καφενεία δεν έκλειναν τις νύκτες και στις αίθουσές τους επικρατούσε συνωστισμός. Συνωστίζονταν εκεί, με «δημοκρατική εξίσωση» και συμμετέχοντας στις χαρτοπαικτικές ιεροτελεστίες άνθρωποι όλων των κοινωνικών τάξεων, αδιακρίτως ηλικίας και επαγγέλματος. Σε κάθε τραπέζι καφενείου, ζαχαροπλαστείου ή γαλακτοπωλείου βρισκόταν μια καρτέλα με επικολλημένα τραπουλόχαρτα, δηλαδή δέκα νούμερα και τρεις φιγούρες της τράπουλας. .

Το χαρτοπαίγνιο της Πρωτοχρονιάς εκτός από ισχυρή κοινή παράδοση, είχε σχεδόν καταστεί έθιμο. Έπρεπε να παίξουν όλοι «για το καλό της μέρας». Εξάλλου, η αντίληψη αυτή έφτασε και μέχρι την εποχή μας. Στην εξαφάνιση του φαινομένου φαίνεται πως βοήθησε και η μεγάλη οικονομική κρίση της

δεκαετίας του 1930. Πάντως, η απάλειψη του φαινομένου θεωρήθηκε «κολοσσιαία κοινωνική πρόοδος», όπως και το γεγονός ότι μειώθηκαν οι φόνοι και οι τραυματισμοί των ημερών της Πρωτοχρονιάς.

ΕΘΙΣΜΟΣ ΣΤΗ ΧΑΡΤΟΠΑΙΞΙΑ

Εθισμος στα τυχερά παιχνίδια είναι η ψυχαναγκαστική πράξη του παιχιδιού χωρίς να λαμβάνονται υπόψη οι οικονομικές, οικογενειακές ή συνέπειες που σχετίζονται με την εργασία. Σύμφωνα με το Εθνικό Συμβούλιο για Προβλήματα Τζόγου, γύρω στα 400.000 χιλιάδες Έλληνες πληρούν τα κριτήρια για παθολογικό εθισμό στο τζόγο. Διάφοροι παράγοντες συμβάλλουν στις θεωρητικές αιτίες αυτής της εξουθενωτικής ασθένειας.

Η Ψυχιατρική Ένωση κατατάσσει επισήμως την παθολογική χαρτοπαιξία ως διαταραχή ελέγχου των παρορμήσεων. Πιο συγκεκριμένα, ο εθισμός μπορεί να προκληθεί από μια ψυχική κατάσταση της υγείας γνωστή ως ψυχαναγκαστική-καταναγκαστική διαταραχή. Το καταναγκαστικό μέρος της νόσου αναφέρεται στο πρόσωπο που ενεργεί από εμμονές του, προκειμένου να ανακουφίσει την πίεση και το άγχος. Μία από τις κύριες έννοιες που αφορούν τις διαταραχές ελέγχου των παρορμήσεων, όπως τα τυχερά παιχνίδια είναι η έλλειψη της συναισθηματικής ρύθμισης. Όταν οι εξαρτημένοι που απέχουν από τα τυχερά παιχνίδια, βιώνουν ανησυχία και ευερεθιστότητα, τα οποία είναι κλασικά συμπτώματα της απόσυρσης.

ΧΑΡΤΟΠΑΙΞΙΑ

ΑΙΤΙΑ ΠΟΥ ΟΔΗΓΟΥΝ ΣΤΗΝ ΧΑΡΤΟΠΑΙΞΙΑ

Οι άνθρωποι απολαμβάνουν το παιχνίδι, την εμπειρία της αδρεναλίνης και την πληρωμή. Υπάρχουν πολλές αιτίες που ωθούν κάποιον στο να παίξει τυχερά παιχνίδια που μπορεί να είναι τόσο απλές όσο ακριβώς και η επιθυμία να κερδίσει χρήματα για την κλινική κατάθλιψη. Αυτό σημαίνει ότι μπορούν να έχουν ένα πραγματικό εθισμό στα τυχερά παιχνίδια. Συγκεκριμένα:

- συμβαίνει κυρίως λόγω της αυξημένης δραστηριότητας της ντοπαμίνης, η οποία είναι ο χημικός αγγελιοφόρος στον εγκέφαλο και θεωρείται ως ο κύριος ένοχος
- λόγω των συναισθηματικών συνθηκών
- λόγω της ανάγκης για χαλάρωση μετά από μια αγχωτική ημέρα
- εξαιτίας της πίεσης που ασκεί το κοινωνικό περιβάλλον στο άτομο
- λόγω μιας πρόσφατης απώλειας ή αλλαγής, όπως είναι το διαζύγιο, η απώλεια εργασίας, συνταξιοδότησης ή θανάτος ενός αγαπημένου προσώπου
- επειδή συχνά αισθανόμαστε μοναξιά ή βαριόμαστε
- λόγω της έλλειψης από ενδιαφέροντα ή χόμπι, υπάρχει έλλειψη

- κατεύθυνσης της προσωπικής ζωής
- ή εξαιτίας των ψυχολογικών προβλημάτων ,ιδιαίτερα η κατάθλιψη και το άγχος
- ή κακοποίησης και τραυματισμού
- η ύπαρξη ενός γονέα που επίσης έχει (ή είχε) προβλήματα με τα τυχερά παιχνίδια

Πιο αναλυτικά:

ΓΕΝΕΤΙΚΟΙ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ

Ο Εθισμος στα τυχερά παιχνίδια που μπορεί να επηρεάσει κάποιους ανθρώπους οφείλεται σε μια γενετική προδιάθεση προς εθιστικές συμπεριφορές. Το αίσθημα της νίκης και της ήττας προκαλεί την παραγωγή ντοπαμίνης στον εγκέφαλο και επιρραάζει το άτομο με τον ίδιο τρόπο όπως το φαγητό. Επιπρόσθετα, ο εθισμος στα τυχερά παιχνίδια μπορεί να κληρονομηθεί από το ένα ή και τους δύο γονείς, και ότι τα τυχερά παιχνίδια επηρεάζουν τα ίδια κέντρα υποδοχής του εγκεφάλου. Επίσης, υπάρχουν σοβαροί κληρονομικοί παράγοντες κινδύνου που ενδέχεται να προδιαθέτουν κάποιον προς τα τυχερά παιχνίδια. Έτσι , το (γενετικό) οικογενειακό ιστορικό επηρεάζει τον εθισμό στον τζόγο .

ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ “ΑΠΟΔΡΑΣΗ”

Μερικοί τοξικομανείς στα τυχερά παιχνίδια μπορεί να παίζουν απλά ως μια απόδραση από τον έξω κόσμο. Εθισμός σε γενικές γραμμές θεωρείται ο παθολογικός μηχανισμός αντιμετώπισης που χρησιμοποιείται για διαφυγή από τα τρέχοντα ή προβλήματα του παρελθόντος. Τα τυχερά παιχνίδια ήταν ο “δημοφιλέστερος” τρόπος για να διαφυγή από τα προβλήματα της ζωής και ήταν ο ισχυρότερος προγνωστικός παράγοντας εθισμού στα τυχερά παιχνίδια

ΠΑΡΕΛΘΟΝ ΚΑΙ ΤΡΑΥΜΑ

Εκτός από τη διαφυγή από την καθημερινά προβλήματα, για πολλούς τοξικομανείς ο τζόγος θεωρείται μηχανισμός αντιμετώπισης για τραύματα του παρελθόντος . Τυχερά παιχνίδια είναι μια παθολογία λόγω της ανάγκης για απόλυτο έλεγχο. Βιώνοντας παιδικό τραύμα μπορεί να προκληθεί σοβαρή ψυχική βλάβη σε ένα άτομο και μπορεί να οδηγήσει σε γνωστικές στρεβλώσεις και άλλων παθήσεων αργότερα στη ζωή τους. Τραύματα του παρελθόντος και ιδιαίτερα της παιδικής ηλικίας ήταν ένας σημαντικός προγνωστικός παράγοντας εθισμού στα τυχερά παιχνίδια. Αυτά τα τραύματα της παιδικής ηλικίας περιλαμβάνουν κακοποίηση, παραμέληση, το να είναι κάποιος μάρτυρας βίαιου συμβάντος.κ.α.

ΑΛΛΑΓΕΣ ΣΤΗΝ ΖΩΗ

Πολλοί άνθρωποι δεν έχουν συνηθίσει στις μεγάλες αλλαγές της ζωής, όπως είναι η συνταξιοδότηση, η απώλεια θέσεων εργασίας, η απώλεια ενός αγαπημένου προσώπου ή οικονομικές δυσκολίες. Αντί να μιλάνε κα να σκέφτονται τα προβλήματά τους, βρίσκουν ανακούφιση στη συγκίνηση του παιχνιδιού. Τα τυχερά παιχνίδια αλλάζουν την διάθεση και απελευθερώνουν

ενδορφίνες στον εγκέφαλο και έτσι το άτομο νιώθει ανακούφιση μέσω του τζόγου.

ΨΥΧΑΝΑΓΚΑΣΜΟΣ

Αναφορικά με τον ψυχαναγκασμό, ο παθολογικός τζογαδόρος συνεχίζει και παίζει διατηρώντας την πεποίθηση ότι αν μείνει μέσα στο παιχνίδι, κάποια στιγμή θα του γυρίσει και θα πιάσει κάποιο καλό ποντάρισμα. Αυτή η πεποίθηση στοιχειώνει το μυαλό του παίχτη και τον εξαναγκάζει να συνεχίζει να παίζει ανελλιπώς με τον φόβο ότι αν δεν παίζει κάποια στιγμή, ή αλλιώς «χάσει» κάποιο ποντάρισμα, τότε ενδεχομένως στο συγκεκριμένο ποντάρισμα θα έπιανε κάποιο μεγάλο κέρδος. Άλλου είδους ψυχαναγκαστικές σκέψεις αποτελούν οι τελετουργίες με αριθμούς ή με τρόπους τζογαρίσματος ή με συστήματα παιξίματος, που ενώ ο εξαρτημένος βλέπει ότι δεν του βγαίνουν και εφόσον βρίσκεται στο σύνολο χαμένος, διατηρεί τα συστήματα αυτά και τα ενισχύει δικαιολογώντας τα και ρίχνοντας το φταίξιμο σε οποιοδήποτε άλλο παράγοντα.

ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ

Η παρορμητικότητα δίνει την επιθυμία στον ασθενή να ρισκάρει, να αναζητήσει έντονες συγκινήσεις, ενώ το συναίσθημα είναι ιδιαίτερα ευμετάβλητο με μεγάλες αποκλίσεις στη διακύμανσή του. Πιο συγκεκριμένα, ο παθολογικός τζογαδόρος δεν μπορεί να βιώσει σε ικανό βαθμό απλές και καθημερινές καταστάσεις, όπως την συναναστροφή του με την οικογένειά του ή διάφορες κοινωνικές δραστηριότητες. Θα μπορούσαμε να πούμε χαρακτηριστικά ότι η ικανότητά του να βιώνει καθημερινά συναισθήματα έχει «απορυθμιστεί» καθώς η ενασχόληση με τον τζόγο δίνει στον εξαρτημένο πολλαπλάσια ποσοτικά συναισθήματα, τόσο θετικά όσο αρνητικά. Σαν συνέπεια έρχεται η ανηδονία και η απάθεια αναφορικά με οποιοδήποτε συναισθηματικό ερεθισμό που αφορά την καθημερινότητα εκτός τζόγου, καθώς ο εξαρτημένος δεν μπορεί να τα νιώσει επαρκώς όλα αυτά τα συναισθήματα. Αντίθετα, ο εξαρτημένος αναγκάζεται να αναζητά την έντονη συγκίνηση είτε του κέρδους είτε της χασούρας για να προσλάβει μια στιγμιαία συναισθηματική εκφόρτιση. Οι αποφάσεις του παθολογικού τζογαδόρου παίρνονται στο λεπτό, καθώς καθετί που θα κάνει ή θα πει είναι άμεσο και δεν

συνοδεύεται από ιδιαίτερη σκέψη. Η διάθεσή του είναι οξυμένη βρίσκεται σε ένταση, σε ανησυχία και το μυαλό του τρέχει με μεγάλη ταχύτητα βρίσκοντας προσωρινές λύσεις φτιάχνοντας σενάρια για το τι θα πει σε ποιον, πως θα δικαιολογήσει τη χασούρα, την καθυστέρησή του, κ.α. Οτιδήποτε κάνει κάποιος στον τζόγο, το κάνει με πάθος, κερδίζει και χάνει με πάθος, τσακώνεται και επανασυνδέεται με τα αγαπημένα του πρόσωπα, συχνά υποτιμά και προσβάλλει τον εαυτό του ενώ άλλοτε ζει με ένα αίσθημα μεγαλείου και εξυψώνει τις ικανότητές του και την προσωπικότητά του.

Η αφθονη συγκίνηση του στοιχήματος και η διαφυγή που παρέχεται από τα τυχερά παιχνίδια μπορεί να δημιουργήσει μια αναγκαία συναισθηματική διέξοδο για λίγο, αλλά αν το βασικό πρόβλημα δεν αντιμετωπιστεί, τα τυχερά παιχνίδια μπορεί να γίνουν εξάρτηση, κανοντας τον παίκτη να μην μπορεί να σταματήσει, καταδικάζοντας τον .

ΤΡΟΠΟΙ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ

Για την Παθολογική Χαρτοπαιξία προτείνονται διάφορα είδη απεξάρτησης, τα οποία περιλαμβάνουν:

α) **Συμβουλευτική Οικονομικής Διαχείρισης**: Απευθύνεται σε παίκτες και στον περίγυρό τους με στόχο: 1) την καλύτερη διαχείριση των χρημάτων, 2. τη συνειδητοποίηση της αξίας των χρημάτων τους, και 3. την ανάκτηση του ελέγχου της οικονομικής διαχείρισης ώστε να μειωθεί το άγχος σχετικά με τη χρεοκοπία.

β) **Αυτοθεραπεία και σύντομες θεραπείες**: Πρόκειται για βιβλία εργασίας και φυλλάδια που αποσκοπούν στη μείωση της συχνότητας και των ποσών της χαρτοπαιξίας. Η αυτοθεραπεία φαίνεται να μην έχει στατιστικώς σημαντικά μικρότερη αποτελεσματικότητα σε σχέση με τις πιο επιτακτικές θεραπείες, αλλά χρήζει περαιτέρω επιστημονικής διερεύνησης.

γ) **Φαρμακοθεραπεία**: Αυτός ο τομέας προτείνει ότι βιολογικοί παράμετροι σχετίζονται με την παθολογική χαρτοπαιξία. Προγνωστικούς παράγοντες αποτελούν τα γονίδια και τα συστήματα νευροδιαβιβαστών. Ωστόσο, δεν υπάρχει συγκεκριμένο πρωτόκολλο φαρμακοθεραπείας που να έχει φανεί αποτελεσματικό.

δ) **Συμπεριφορική Θεραπεία και Γνωσιακή - Συμπεριφορική Θεραπεία**: Είναι από τις λίγες θεραπείες που έχει ελεγχθεί η αποτελεσματικότητά της και έχει αποδειχθεί η ανωτερότητά της, και βασίζεται στις κλασικές θεραπείες για τις διαταραχές εξαρτήσεων. Ως προς τη θεωρητική της βάση, αναφέρεται ότι η παθολογική χαρτοπαιξία αποτελεί μαθημένη συμπεριφορά, και κατά συνέπεια

οι αρχές της μάθησης μπορούν να χρησιμοποιηθούν στη διαδικασία της αλλαγής. Η συμπεριφορική Ανάλυση μπορεί να καταδείξει το προφίλ της διαταραχής και να καθορίσει το κοινωνικό και συναισθηματικό περιβάλλον της, και στη συνέχεια να βοηθήσει στον καθορισμό συμπεριφορών υποκατάστασης.

ε) **Συνδυασμός Φαρμακοθεραπείας και Ψυχοθεραπείας:** Η φαρμακοθεραπεία φαίνεται να βοηθάει κυρίως στο συνοδό συναίσθημα της κατάθλιψης. Δεν υπάρχουν όμως ακόμα προσεκτικά σχεδιασμένες έρευνες και φαίνεται να είναι πρώιμο να συστήνονται συγκεκριμένοι συνδυασμοί θεραπειών.

Εφαρμογή προγραμμάτων παρέμβασης στα σχολεία:

Διαδραματίζει σημαντικό ρόλο στην πρόληψη εμφάνισης ή στην αντιμετώπιση διαταραχών της συμπεριφοράς.

Συσχέτιση του αλκοολισμού με τη χαρτοπαιξίας.

Βέβαια θα πρέπει να λάβουμε υπ'όψιν και την άμεση επίδραση του ενός φαινομένου στο άλλο. Είναι γνωστό ότι υπάρχει εύλογη συσχέτιση του αλκοολισμού με τον τζόγο. Αυτό διότι ο εξαρτημένος από το αλκοόλ δεν έχει τους ηθικούς φραγμούς ώστε να αντισταθεί στη δίνη της χαρτοπαιξίας και συνεπώς τον εθισμό του και αντίστροφα. Μάλιστα, με την κρίση στην χώρα μας, πολλοί πολλοί είναι αυτοί που καταφεύγουν σε αυτές, αφού τις θεωρούν ως μέσο διαφυγής από την καταπίεση της καθημερινότητάς τους. Τέλος, συχνά οι εξαρτημένοι από τον τζόγο εθίζονται και στο αλκοόλ αφού δεν τους ολοκληρώνει και αναζητούν νέους τρόπους διαφυγής από τα προβλήματά τους

Πηγές:

<http://translate.google.gr/translate?hl=el&langpair=en%7Cel&u=http://www.enotes.com/soc/discuss/what-causes-effects-gambling-70311&ei=l2mfUIzoL8ST0QXX54GADw>

<http://translate.google.gr/translate?hl=el&langpair=en%7Cel&u=http://www.gamblin-gaddiction.org/index.php/poker/17-causes-of-gambling-addiction&ei=l2mfUIzoL8ST0QXX54GADw>

http://translate.google.gr/translate?hl=el&langpair=en%7Cel&u=http://www.helpguide.org/mental/gambling_addiction.htm&ei=l2mfUIzoL8ST0QXX54GADw

<http://translate.google.gr/translate?hl=el&langpair=en%7Cel&u=http://www.problem-gambling.ca/EN/AboutGamblingandProblemGambling/Pages/RiskFactors.aspx&ei=l2mfUIzoL8ST0QXX54GADw>

http://translate.google.gr/translate?hl=el&langpair=en%7Cel&u=http://en.wikipedia.org/wiki/Problem_gambling&ei=l2mfUIzoL8ST0QXX54GADw

