

# עד כמה מרה השיפה המרה?



השיכרות על בד הקולנוע בסרט "כופית חתרעלה" רעל, כמו תפוחי אדמה.

בישראל כמעט ואינה קיימת בעיה של שיכורים כרוניים, המסכנים את שרם הציבור ברוב ארצות הצפון והמערב. אולם גם בישראל, הארץ הקלאסית של היות נהגים רכבות לטעום בצורה פחות או יותר קבועה מן הטיפה המרה. מה השפעת האלכוהול על גוף האדם? רוב התיאוריות על נושא זה מופרכות מיסודן. להן נותן, העולם הזה קטעים של ראיון שניתן לעתוואים על ידי מנהל המכון הראשון בעולם שהוקם כמיוחד להקירה שיטתית של השפעת האלכוהול.

## מה מספק האלכוהול? מה מחפשים בו השותים אותו?

האלכוהול — בכל צורה שמקבלים אותו — נמנה על קבוצת החמרים שהרוקחים או הרופאים נוהגים לקרוא להם בשם "משככים". פירושו, שהוא נוטה בסופו של דבר להביא את האדם לידי שינה. אולם הוא עושה זאת, בניגוד לרוב החומרים האחרים, בדרך מיוחדת, על ידי כך שהוא משחק במקצת את פעולתם של מרכזי עצבים מסויימים. למראית עין, התנהגותו של אדם ששתה אלכוהול, נראית בדיוק ההיפך מאשר מרגיעה או "משככת". הסיבה היא שמעצורים מסויימים, המופעלים גם הם על ידי מערכות העצבים, נעלמים. אך אין פירושו שאפשר למנות את האלכוהול, כפי שעשו בטעות אנשי מדע רבים, בין החמרים "המעוררים". פעולתו, אם להשוות זאת למכונות, דומה יותר להחלשת הבלמים, מאשר להגברת פמות הדלק.

## מהו בדיוק פעולתו המרדמית?

כשאדם שותה מעט, חוקף האלכוהול את מערכת העצבים רק במעט. התייה מרובה מחלישה עוד יותר את פעולתה של מערכת העצבים, עד שהיא מביאה לבסוף את האדם לשינה. אילו היה משהו מוסף להוריק כמות גדולה של אלכוהול לתוך מערכת הים של אדם שגודם משכרות, היה יכול לרצוח אותו בצורה זו, משום שגם הלב היה לבסוף "גודם".

## האם אפשר להכין מנך שאדם יכוד למותו משתייה מופרזת?

למולם של חובבי הטיפה המרה, כמעט בלתי אפשרי שאדם ישנה עד מות. האלכוהול מתחיל בפעולתו כבר דקות מספר אחרי השתייה. אפילו כשהאדם שותה במהירות הגדולה ביותר, הוא יירדם לפני שיצליח לשתות כמות כה גדולה שתספיק לגרום למותו. אך מבחינה תיאורטית, מבצע כזה הוא אפשרי.

## אם כן, האם אפשר להגדיר את האלכוהול כרעל?

אפשר, אם נכון יהיה לקרוא בשם "רעל" לכל חומר העלול להמית את מי שבוולע אותו בכמויות לא-הגיגיות. אולם הגדרה כזו תחול גם על תפוחי אדמה, למשל.

## אם כן, מדוע אנשים שותים, אם בסופו של דבר אין האלכוהול אלא מביא אותם לשינה?

בשלבם מוקדמים, גורם האלכוהול לתגובה מעין זו: אתה מרגיש את עצמך בנחת, עובד יותר לאט, או בפחות יעילות ודיוק. אם למשל חייב אתה ללמוד בעל פה לקרוא בשמותיהם של 15 סוגים שונים של פרחים, ואם עשית זאת בשעת פיכתות בציון של 95%, ירד ציונך אחרי שתיים שלוש כוסיות של משקה ל-85%.

## אך מהו הקשר בין ירידת כוח הזמירה לבין ההנאה שאנשים מפיקים מהאלכוהול?

גם דעותיו של אדם על עצמו, למשל, הם תוצאה של "לימוד", מסוג אחר, כמובן. אדם שואל את עצמו בלי הרף: "האם אני בחור נכון? האם רוב האנשים חושבים אותי לבייש-גדא? האם אני חלש? האם אני טיפש? האם אני אימפוטנט מבחינה מינית, ושום נערה לא תתעניין בי לעולם?" — או, אם המדובר באשה, "האם יסתכל בי אי פעם איזה שהוא גבר, או האם אוכל אי פעם להיות אם?" לימוד זה הוא בחבור מאוד. אנשים לומדים את עצמם במשך 15 עד 20 שנה, וקשה להם, לבסוף, להיות עם ידיעת התוצאות.

## יכנן הם נוהגים לשתות אלכוהול כדי לשכוח כן זאת?

זהו, בערך, מה שקורה: נקח, למשל, בחור שהוא ביישן גדול בחברה. הוא שותה שתי כוסיות וחלק מביישנותו נעלם. גם הביישנות, כמו ההתבלטות, הם תוצאה של "לימוד". לזמן מה, שכח הבחור את ה"לקח" התברתי שגורם לו לביישנות, ועתה הוא יכול לדבר בחופשיות יתר.

## האם מעצוריו נעימו?

הם לא נעלמו — הם רק הופחנו באופן ניכר.

## האם היות אומר, כתוצאה מנך, שהאלכוהול יכוד לשמש למטרה מועילה?

לא הייתי בוחר במלה "מועילה". נקח דוגמה: נניח שהאדם העומד לשמאלי הוא המנהל שלי. אני חושב שהוא מטומטם גמור והייתי רוצה לתת לו אחת בפרצוף ולהגיד לו שהוא חמור זקן. אולם למדתי לשלוט על דחפים מסוג זה ולא לתת להם להתפרץ. במקרה שאשתה כמות מספקת של משקה בעל חריפות ייעלמו מעצורי. הכוהל לא יועיל, אז.

## אך האם לא ייתכן גם ההיפך? האם האדם כוהול ונאי ישפיע לטובה על אדם שהיה ביישן מדי, ויניע אותו להצטרף וזקחת חלק פעיל בחברה, בה נמנע עד כה מלהתבטא, בגלל ביישנותו?

ובכן, הנה דוגמה קלאסית: קלע מצויין העתיק את דירתו בגרמניה, בשנת 1888, לעיר אחרת. קלוב הקלעים של העיר החדשה הציע לחבר פון-מהי-שמו להראות את כוחו. הוא הצליח לקלוע בבוול 20 פעם ב-20 יריות. אנשי המועדון העמידו אותו בראש קבוצתם, בתחרות עם המועדון מן העיר הסמוכה. אולם בתחרות זו לא הצליח הקלע המהולל לקלוע בבוול יותר מ-12 פעם. מלא אכזבה מעצמו, ערך האיש אימון קטן מחוץ למיטות הרשמי ושוב קלע 20 מתוך 20. אז הציע אחד מחברי המועדון: "הוא קצת חדש והוא מתרגש. ניתן לו לפני הסיבוב הבא לשתות משהו". התוצאה הייתה: במקום 12 מתוך 20, פגע האיש במטרה 17 פעם.

## מהו ההסבר לכך?

הכוהל הוריד את מידת הדיוק שלו, את זמן התגובה שלו, את יציבות הראייה. הוא לא יכול היה להשיג את התוצאה המצויינת של 20 מתוך 20. אך מצד שני הוריד הכוהל גם את ביישנותו, פחדו, או כל מעצור אחר שהפריע לו בשעת התחרות, כך שלא ירד עד לתוצאה הנמוכה של 12. הכוהל כאילו שפך את כושרו, אך לאמיתו של דבר הפחית אותו. האם אפשר לקרוא לכך "מועיל"? קשה לדעת. הכל תלוי באיש, בכמות ובנסיבות.

## האם רצוי ששתיית האלכוהול תיאסר? האם יכולים אנו להתקיים בלעדיו?

על השאלה "אם רצוי" ישנו מספר אינסופי של תשובות, הכל לפי ההשקפה המוסרית. בעוד שהשקפות מסויימות טוענות ל"לא", מוחלט, הרי אחרות מאשרות את השימוש באלכוהול ואפילו מקדשות אותו בטכסים דתיים.

## מהי דעתך האישית?

אין לי כל דעה בעניין זה, משום שאני סבור שהשאלה, לגבי החברה שלנו, ובמאה שלנו, היא תיאורטית בלבד.

## אתה מתכוון דומר שאין כד אפשרות להיפטר ממנו?

הייתי אומר שכיום לא ידועה לנו כל טכניקה יעילה שבעזרתה אפשר למנוע ברצינות את השימוש באלכוהול.

## האם כדאי, לדעתך, להזהיר את בני הנעורים מלהתחיל בשתיה?

רוצים לדעת משהו על אלכוהול, כשם שהם מתעניינים בעישון ובשאר הדברים השייכים, לפי הרגשתם, לעולמם של "הגדולים".

טעות היא, לדעתי, לתאר בפניהם את האלכוהול כהרה-אסון ולקשור אותו בדמיונם עם הפשע, הדלות והמלחמה. כל הדברים הללו מטילים אימה — אבל, עד כמה שיהיה הדבר מור, יש להם גם קסם מסויי. בכל חבורה גדולה של נוער, ימצאו אחדים שכבר ניסו את כוחם בשתיה ונוכחו שהשד אינו שחור כל כך כפי שמציירים אותו. בהשפעת תיאוריהם, יימשכו גם אחרים אחרי הפיתוי.

## מה כדאי, אם כן, דומר להם?

יש להגיש להם את העובדות כמו שהן. ישנן חברות, שהשתייה היא נוהג מקובל בתוכן. אין בכך כל רע. אדם שייכנס לחברה כזאת ויצהיר שאינו שותה — וביחוד, אם יסתכל על השותים כעל עושים מעשה פשע — עלול לסבול מ"חרם" חברתי, ממש כמו זה שעלול לחול על השיכור בחברה המחרימה את השתייה. אין הכרח להכניס את הצעיר לתוך סכנים חברתיים מסוג זה. עליו לדעת בדיוק עד איזו מידה מוזק האלכוהול — ובאיזו מידה אין כל נזק. זוהי גם ההסברה היחידה שבכוחה באמת להועיל.

## מהו, בעצם, הנזק שגורם האלכוהול לגוף?

האלכוהול, בהגיעו למערכת הדם, מתחמצן בקצב מהיר. רובו יוצא מהגוף על ידי הנשימה, חלקו דרך הזיעה או השתן. הכמות הגדולה ביותר של אלכוהול שאדם יכול לשתות תיעלם לחלוטין בגופו תוך 48 שעות.

## האם הוא מסוגל לגרום למחלות כבשות?

חוקרים רבים סבורים שהאלכוהול מעודד את מחלת הסוכר. זוהי תיאוריה שלא הוכחה. הסיבה האמיתית למחלת הסוכר עדיין אינה ידועה. ברור שהכוהל, כמו כל מזון אחר, עלול ליפך בגוף לשומן, ובדרך זו להחליש את הפולט הכבד. אך התהליך הנה תלוי בחלוטין בטיבו של האיש. אצל אנשים רבים השחיים בקביעות לא נתגלה כל סימן של מחלת סוכר אפילו אחרי שנים רבות, בעוד שאחרים קיבלו את המחלה מבלי לשתות כלל.

## ומה השפעת האלכוהול על הדב?

אינני מומחה למחלות לב, אבל המחקרים שלנו הוכיחו שלאלכוהול יש השפעה על החשת מרוץ הדם. במחלות לב מסויימות עלול דבר זה להועיל, אבל יש דרכים אחרות להחיש את מרוץ הדם, ואינני ממליץ כלל על דרך זו דווקא בדרך כלל, לא הייתי אומר שלשתיית אלכוהול בממדים רגילים ישנה השפעה כלשהי, לטובה או לרעה, על פעולת הלב. בגיל מאוחר, מעבר ל-50, הוא עלול למלא תפקיד חיובי.

## מהו, אם כן, הנזק הממשי שנובע מן ה-אלכוהול?

הייתי אומר שהנזק המוכח היחיד הוא זה הנובע מן השיכרות וכל הכרוך בה. זהו מצב חברתי ירוד, לעתים קרובות הרס כלכלי, ולא פעם גורם ישיר למעשי-פשע ולתאונות דרכים קטלניות. שכרות יש לרפא בדרכים רפואיות מקובלות, אך שתייה שאינה הופכת לשיכרות איננה גורם