

## Tidlig druk giver senere depressioner

Som nævnt i den foregående artikel er der sandsynligvis også fysiske årsager til de stadig hyppige depressioner i vore dage. En af de vigtigste af disse "fysiske" årsager kan ifølge to nye amerikanske undersøgelser se ud til at være ren og skær alkohol.

I den første af de to amerikanske undersøgelser interviewede man 736 personer fire gange, nemlig da de var 14, 16, 22 og 27 år. I det sidste af de fire interviews undersøgte man specielt graden af depression hos de unge mennesker, og den gruppe, der "scorede" over en vis grænse for alvorlig behandlingskrævende depression, blev udskilt som en særlig gruppe deprimerede, hvis tidligere forbrug af alkohol og cigaretter blev sat i relation til depressionen i 27-årsalderen.

Der var næsten ingen sammenhæng mellem cigaretrykning og senere depression, men der var en ganske stærk sammenhæng mellem et tidligere forbrug af alkohol og senere depression. De, der allerede i 14-16-årsalderen havde

drukke alkohol ved fester og lignende, havde som 27-årige 50 % større risiko for at lide af depression end dem, der stort set aldrig havde drukket alkohol i 14-16-årsalderen. Dette resultat er vel specielt interessant i Danmark, hvor vi tilsyneladende har noget nær verdensrekorden i druk blandt 14-16-årige!

Hvis det ikke lyder så slemt med en forøgelse af depressionsrisikoen på 50 % som følge af tidlig omgang med alkohol, så bør det dog understreges, at man i denne undersøgelse medtog alle de 14-16-årige, der blot en gang imellem drak alkohol – selv om det var i relativt beskedne mængder.

Når det gælder de "tungere" brugere i de yngre årgange og deres senere depressionsrisiko, viser den anden af de to nye undersøgelser, at det står anderledes dramatisk til. Denne undersøgelse fandt nemlig, at unge, der drak så meget, at de udviste det, man kalder afhængighed af alkohol, fx således at de næsten ikke kunne deltage i en fest uden at have drukket, senere havde ikke mindre end fire gange større risiko for at få en alvorlig depression, altså en stigning på 400 % i forhold til dem, der ikke drak så meget som unge!

Den sidstnævnte undersøgelse omfattede 6000 tidligere alkoholbrugere, som stort set ikke havde drukket alkohol i det sidste års tid. Forskerne fokuserede på denne gruppe af tidligere alkoholbrugere for at undgå, at en depressiv tilstand kunne skyldes et aktuelt alkoholforbrug, hvilket er en velkendt sammenhæng, der er dokumenteret i adskillige tidligere undersøgelser. Alle 6000 personer blev interviewet om deres tidligere alkoholforbrug forud for den sidste tolv-måneders periode, og man udskilte nu specielt den gruppe, der tidligere havde haft et så stærkt alkoholforbrug, at de kunne betegnes som afhængige af alkohol.

Definitionen på afhængighed var ikke blot et relativt stort forbrug af alkohol, men også en afhængighed på den måde, at de afhængige følte, at de jævnligt måtte have en genstand – eller tre – selv om de godt kunne se, at det ikke var godt for hverken deres familie- eller arbejdsliv.

Det viste sig, at godt 800 eller ca. 13 % af de 6000 tidligere alkoholforbrugere kunne betegnes som havende været afhængige af alkohol i kortere eller længere tid tidligere i livet. Blandt disse 800 personer var der i gennemsnit mere end fire gang så mange, der inden for det sidste år havde haft en alvorlig depression, som blandt de tidligere brugere, der ikke havde været afhængige af alkohol.

I betragtning af, at depression ifølge andre undersøgelser er den af alle både psykiske og fysiske lidelser, der giver det største tab af livskvalitet, må man sige, at de mange unge, der drikker tæt nu om dage, spiller hasard med deres psykiske helbred – især hvis de drikker så tæt, at de udvikler egentlig alkoholafhængighed, om det så blot er for en kortere periode i livet.

Det bør dog tilføjes, at mens der ikke kan rokkes ved selve konklusionen, at et tidligt alkoholforbrug er forbundet med større risiko for depression senere i livet, så kan der godt være tvivl om, hvordan det går til. Når vi tidligere i denne artikel har talt om "fysiske årsager" til depression, er det ud fra den hypotese, der fremsættes af begge forskergrupper, nemlig at alkohol rent fysisk påvirker/skader hjernen så meget, at den bliver mere sårbar for senere depression.

Det kan dog også tænkes, at sammenhængen mellem tidlig druk og senere depression er af mere psykologisk art. Dels kan den tidligere druk have "skadet" kærlighedslivet, uddannelsen eller arbejdslivet, og derved medført en mere utilfredsstillende tilværelse og deraf følgende større risiko for depression. Dels kan den tidligere druk have medført et valg af omgangskreds, der er af en sådan art, at den i sig selv kan tænkes at give større risiko for senere depression.

*tn*

*Kilde:* Brook, D. W., Brook, J. S., Zhang, C., Cohen, P. & Whiteman, M. (2002). Drug Use and the Risk of Major Depressive Disorder, Alcohol Dependence, and Substance Use Disorders. *Archives of General Psychiatry*, 59, 1039-1044.

Hasin, D. S. & Grant, B. F. (2002). Major Depression in 6050 Former Drinkers. *Archives of General Psychiatry*, 59, 794-800.