



PERSBERICHT

Binge drinken verstoort vermogen tot concentreren en geheugen

Bekende Amerikaanse hersenonderzoeker Tapert presenteert nieuw onderzoek aan Nederlandse onderzoekers en preventiewerkers



Volgens de bekende Amerikaanse prof. Susan Tapert verstoort regelmatig in korte tijd drinken van enkele glazen alcohol aantoonbaar de hersenontwikkeling. Ze presenteerde haar wetenschappelijk onderzoek tijdens een expertmeeting in Utrecht. Longitudinaal hersenonderzoek toont aan dat jongeren die gedurende langere tijd regelmatig 'binge drinken' significant slechter scoren op verschillende cognitieve testen. Van 'binge drinken' spreken we bij meisjes als ze 4 of meer glazen binnen 2 uur drinken en bij jongens als ze 5 of meer glazen in 2 uur drinken.

Hersenen ontwikkelen zich door tot het 30ste levensjaar

De Hersenstichting en het Nederlands Instituut voor Alcoholbeleid STAP organiseerden vorige week een tweetal expertmeetings over alcohol en hersenen voor respectievelijk onderzoekers en preventiewerkers. Belangrijkste gast was prof. Susan Tapert. Ze is werkzaam aan de Universiteit van San Diego (Californië, VS) en geeft leiding aan een onderzoeksteam dat toonaangevend onderzoek doet op het terrein van alcohol en puberhersenen. In tegenstelling tot wat wel wordt beweerd ontwikkelen de hersenen zich door tot het 30^{ste} levensjaar. Haar wetenschappelijk onderbouwde conclusie is dat gedurende langere tijd regelmatig 'binge drinken' gedurende de adolescentie aantoonbaar leidt tot verstoring van die ontwikkeling.

Welke hersenfuncties kunnen door alcohol verstoord raken?

Het onderzoek van Tapert toont aan dat met name de ontwikkeling van cognitieve vermogens, zoals aandacht (je kunnen concentreren) en geheugen, verstoord kunnen raken door chronisch binge drinken. In de praktijk kan dat onder meer gevolgen hebben voor de schoolprestaties. Het goede nieuws van Tapert was dat als jongeren, nadat ze chronisch flink hebben gedronken, enige weken geheel stoppen met alcoholgebruik, de beschadigde hersenfuncties zich weer enigszins herstellen.

Als belangrijkste aanbeveling voor jongeren en ouders gaf Tapert de Nederlandse experts mee: adviseer het begin van alcoholgebruik zo lang mogelijk uit te stellen. Want in de praktijk is het zo dat het overgrote merendeel van de jongeren dat drinkt ook binge drinkt^[1].

Voor meisjes was haar boodschap: meer dan 12 glazen alcohol per maand kan al tot schade leiden. Ze gaf daarnaast aan dat het hebben van een kater een duidelijk signaal is van schadelijk alcoholgebruik.

Jongeren en ouders hebben recht op de juiste informatie over alcohol

De Hersenstichting en STAP vinden het van belang dat de kennis over alcohol en hersenen die uit onderzoek voortkomt te blijven bundelen en te communiceren naar gezondheidsvoorlichters, ouders en de jongeren zelf. Ze zijn van mening dat de samenleving recht heeft op goede informatie over de schadelijke gevolgen van alcoholgebruik en over hoe deze schade kan worden beperkt of voorkomen.

Foto credits: Ilco Kemmere

Voor meer informatie:

Nederlands Instituut voor Alcoholbeleid STAP Ir. Wim van Dalen, directeur

T 030-6565041 / 06-53295544

E info@stap.nl

I www.stap.nl

Hersenstichting

Marcel Vergeer, T 06-30995354

Bronnen:

Hanson, K.L., Cummins, K., Tapert, S.F., & Brown (2011). Changes in neuropsychological functioning over 10 years following adolescent substance abuse treatment (2011). Psychology of Addictive Behaviors, 25, p. 127 – 142.

Verdurmen, J., Monshouwer, K., Dorsselaer, S. van, Lokman, S., Vermeulen-Smit, E. en Vollebergh, W. Jeugd en riskant gedrag 2011; kerngegevens uit het peilstationsonderzoek scholieren. Utrecht, Trimbos, 2012.