Zakkaart Alcoholintoxicatie

1. Wat is het?

- **Te veel alcohol in korte tijd**, vaak bij **jongeren** (comazuipen)
- Meestal **vanzelf herstel**: na **8–12 uur** minder klachten
- Gevaar: **suf worden**, **ademhaling** te traag, **stikken in braaksel**
- Lichaam breekt **1 glas** af in **± 1,5 uur**. Koffie of douche helpen **niet**
- Vaak **buiten kantoortijd**; vaak belt een vriend, ouder of omstander

2. Herkennen: licht tot ernstig

- **Licht:** praatgraag, ontremd, vrolijk, wat onhandig
- **Matig:** waggelen, dubbele tong, wisselend humeur, misselijk, braken
- **Ernstig:** slecht wekbaar, koud, bleek en klam, trage ademhaling, **coma**
- Alcohol verdooft pijn: **letsel** wordt makkelijk gemist
- Lijkt dronken? Denk ook aan **hypo, hoofdletsel, drugs, insult**

3. Uitvraag aan de telefoon

- Is de patiënt **wekbaar**? Reageert hij op **aanspreken**?
- **Ademhaling:** normaal, snurkend, traag, **blauwe lippen**?
- **Wat, hoeveel en hoe lang** gedronken?
- **Drugs** of medicijnen erbij? (GHB, slaappillen, opiaten)
- **Gevallen**, hoofd gestoten? **Braken** of verslikt?
- **Leeftijd**? Is er een **nuchtere volwassene** die blijft?

4. Alarm: direct 112

- **Niet wekbaar** of reageert nauwelijks
- Ademhaling **traag, onregelmatig** of **blauw**
- **Insult** (trekken, schokken)
- Verslikt in braaksel en **benauwd**
- **Hoofdletsel** met sufheid, of ander **ernstig letsel**
- Bij twijfel: **niet afwachten**, direct overleg met arts

5. Verwijzen naar ziekenhuis

- Leeftijd **< 15 jaar**
- **Bewustzijn** daalt
- **Shock:** RR < 90/60, trage capillaire refill
- **Ademhaling** < 15 of > 20/min, **saturatie < 95%**
- **Temperatuur < 36 °C · glucose < 3,5** mmol/l
- **(Hard)drugs** gebruikt of vermoed
- Al **1 factor** remt het spontane herstel

6. Onderzoek: ABCDE

- **A:** luchtweg vrij? Braaksel in de mond?
- **B:** ademfrequentie, ademarbeid, saturatie
- **C:** bloeddruk, pols, capillaire refill, turgor
- **D:** bewustzijn (EMV), onrust, **glucose prikken**
- **E:** temperatuur, **letsel** (hoofd!)
- **Promillage** ondersteunt alleen: het **klinisch beeld** is leidend

7. Thuis afwachten mag als:

- ≥ **15 jaar**, **geen** alarmsignaal, **geen** drugs
- Er blijft een **nuchtere volwassene** bij
- **Stabiele zijligging**, nooit op de rug
- **Warm** houden; niet laten douchen of rijden
- Woont alleen zonder toezicht? **Niet thuis laten**

8. Wekadvies voor begeleider

- Eerste **6 uur: elk uur** wekken
- Daarna **elke 2 uur**, tot **24 uur** na drinken
- Wekken = aanspreken: **reageert en praat** hij normaal?
- Niet wakker te krijgen of ademt raar: **112**
- Later **hoesten, koorts, benauwd**? Bel huisarts(post)
- Laat het advies **herhalen** en noteer in het HIS

9. Extra risico

- **Jongeren** voelen het pas laat en drinken door
- **Zoete mixdrankjes** (5–15%): smaken als limonade
- **GHB, benzo's, opiaten** + alcohol: ademhaling ↓↓
- **Diabetes:** kans op **hypo**, ook uren later
- **Ouderen:** vallen, medicijn-interacties
- Vaste drinker? Let op **onthouding**: trillen, zweten, verward

10. Nazorg

- Thuis gebleven: **binnen 1–2 dagen** bellen en **afspraak** aanbieden
- Na ziekenhuis: check of **nazorg** geregeld is
- Bespreek het **drinkpatroon**, rustig en zonder oordeel
- Dreigt herhaling? Verwijs naar **jeugd-verslavingszorg**
- Registreer met **ICPC P16**

11. Tips voor ouders

- Praat **rustig**: begrip werkt beter dan boosheid
- Advies: **NIX18**, geen alcohol onder de 18
- Maak **duidelijke regels**; ouders zijn het **voorbeeld**
- Let op **schaamte** en roddels: hoe gaat het met je kind?
- Hulp: **Alcoholinfolijn** of **preventiewerker** verslavingszorg

12. Valkuilen & onthoud

- 'Laat maar slapen' **zonder wekken** is gevaarlijk
- Dronken is **niet altijd alleen** alcohol
- Een hoog promillage zegt niet alles: **kijk naar de patiënt**
- Herhaalde intoxicatie? Denk aan **problematisch gebruik**
- **Onthoud:** wekbaar + normale ademhaling + toezicht = thuis kan

Disclaimer: Dit zakkaartje is een hulpmiddel, geen officiële richtlijn of medisch advies. Raadpleeg bij twijfel altijd de actuele bronnen, een arts of een apotheker.