



Finca Alavida

Die 5 Typen von Alkoholikern

(nach dem amerikanischen Physiologen **Elvin Morton Jellinek**)

Jellinek war einer der ersten Forscher, der den Krankheitscharakter des Alkoholismus erkannte. Auf ihn geht die heute noch bekannte Klassifikation von Personen mit Alkoholproblemen nach fünf Kategorien von Alpha bis Epsilon zurück. Das Trinkverhalten sogenannter Alpha- und Beta-Trinker bezeichnete er als Vorstufe der Alkoholkrankheit, Gamma-, Delta- und Epsilon-Trinker bezeichnete er als alkoholkrank. Außerdem entwickelte Jellinek den nach ihm benannten Fragebogen, bei welchem man durch Selbsteinschätzung beurteilen kann, ob man alkoholkrank ist und wie weit die Krankheit schon fortgeschritten ist.

1938 wurde Jellinek in die American Academy of Arts and Sciences gewählt.

Zu seinen Ehren wird seit 1968 der *Jellinek Memorial Award* für herausragende Forschungen zur Alkoholkrankheit verliehen.

Quelle: [Wikipedia](#)

1) Der Alpha-Typ (Erleichterungstrinker)

Er trinkt, um innere Spannungen und Konflikte (etwa Verzweiflung) zu beseitigen (‚Kummertrinker‘). Die Menge hängt ab von der jeweiligen Stress-Situation. Hier besteht vor allem die Gefahr psychischer Abhängigkeit. Alphatrinker sind nicht alkoholkrank, aber gefährdet.

2) Der Beta-Typ (Gelegenheitstrinker)

Er trinkt bei sozialen Anlässen grössere Mengen, bleibt aber sozial und psychisch unauffällig. Betrinker haben einen alkoholnahen Lebensstil. Negative gesundheitliche Folgen entstehen durch häufigen Alkoholkonsum. Sie sind weder körperlich noch psychisch abhängig, aber gefährdet.

3) Der Gamma-Typ (Rauschtrinker, Alkoholiker)

Er hat längere abstinente Phasen, die sich mit Phasen starker Berausung abwechseln. Typisch ist der Kontrollverlust. Er kann nicht aufhören zu trinken, auch wenn er bereits das Gefühl hat, genug zu haben. Obschon er sich wegen der Fähigkeit zu längeren Abstinenzphasen sicher fühlt, ist er alkoholkrank.

4) Der Delta-Typ (Spiegeltrinker, Alkoholiker)

Er ist bestrebt, seinen Alkoholkonsum im Tagesverlauf (auch nachts) möglichst gleichbleibend zu halten; konstante Blutalkoholkonzentration=Spiegel. Dabei kann es sich um vergleichbar geringe Konzentrationen handeln, diese steigen jedoch im Verlauf der fortschreitenden Krankheit und der damit sich erhöhenden Alkoholtoleranz stetig an. Der Abhängige bleibt lange sozial unauffällig („funktionierender Alkoholiker“), weil er selten erkennbar betrunken ist. Dennoch besteht starke körperliche Abhängigkeit. Er muss ständig Alkohol trinken, um Entzugssymptome zu vermeiden. Durch das ständige Trinken entstehen u.a massiv überhöhte Leberwerte. Deltatrinker sind nicht abstinentfähig und alkoholkrank.

5) Der Epsilon-Typ (Quartalstrinker, Alkoholiker)

Er erlebt in unregelmäßigen Intervallen Phasen exzessiven Alkoholkonsums mit Kontrollverlust, die Tage oder Wochen andauern können. Dazwischen kann er länger abstinent bleiben. Epsylontrinker sind alkoholkrank.

Von Jellinek stammt auch die Zusammenstellung des Verlaufs der Alkoholkrankheit