

Вред алкоголя

Многим известно, что алкоголь — это вред для всего организма и психики человека. Вред от алкоголя начинается с нарушений памяти и заканчивается тяжелыми заболеваниями, которые могут не поддаваться лечению, а в некоторых случаях привести к летальному исходу. Согласно последним исследованиям даже незначительные дозы спиртного могут приводить к некоторым изменениям в мозге человека и других системах организма. Вред алкоголя наносится не только пьющему, но и окружающим его людям, всему обществу в целом.

Содержание

- 1 Вред алкоголя на организм человека
 - 1.1 Алкоголь и курение
 - 1.2 Алкоголь и наркотики
- 2 Вред алкоголя для женщин
- 3 Вред алкоголя на организм подростка
- 4 Вред алкоголя для окружающих
- 5 Вред и польза алкоголя



В 2009 году в РФ зафиксировано более 12000 ДТП из-за водителей, которые находились за рулем в состоянии алкогольного опьянения.

Вред алкоголя на организм человека

Вред алкоголя на организм может быть колоссальным. Молекула спирта быстро всасывается в кровь и разносится по всему организму. Процесс всасывания начинается в слизистой оболочке рта, слизистая желудка всасывает около 20% алкоголя, а основная часть приходится на тонкий кишечник. Спирт легко проникает в клеточные мембраны любых тканей, но его содержание зависит от количества воды в клетке. Поэтому больше всего этанола всасывается в ткани головного мозга: в 1,5 — 2 раза больше, чем в тканях других органов. В печени также наблюдается высокое содержание спирта, так как она служит фильтром организма и нейтрализует вещества, вредные для него.

Пархоменко Олег Викторович, врач нарколог

Принимать алкогольные напитки — вредно, независимо от частоты принятия и возраста. Положительно влияние невероятно мизерно по сравнению с тем, какой вред наносят организму человека напитки, содержащие этанол (этиловый спирт). Особенно заметно негативное влияние алкоголя в молодом возрасте, когда от употребления спиртного искажается внутренняя картина мира на всю жизнь.

От употребления алкоголя могут страдать другие органы и системы организма:

1. сосуды и сердце;
2. мочевыделительная система;
3. желудок и кишечник;
4. репродуктивная система;
5. нервная система.

После первого приема спиртного его молекула окисляется со скоростью 85-100 мг/кг в час. Если алкоголь употреблять часто, скорость окисления повышается, возникает устойчивость к большим дозам спиртных напитков. Первым последствием вреда от алкоголя является нарушение памяти даже после небольшого количества спиртного. Чем больше доза алкоголя, тем чаще человек страдает от провалов в памяти. Согласно фактам о вреде алкоголя один стакан спиртного напитка способен убить в мозге 1000-2000 клеток. У 95% алкоголиков и 85% умеренно пьющих людей наблюдается данная цифра.



Вред алкоголя на центральную нервную систему проявляется прежде всего тем, что молекулы спирта на начальном этапе попадают в нервные клетки. Это обусловлено высоким свойством спиртного растворять жиры, которых больше всего содержится в оболочке нервной клетки и составляет более 60%. Алкоголь проникает внутрь нейрона и задерживается в нем, так как его цитоплазма содержит повышенный уровень воды. Спиртные напитки быстро возбуждают

нервную систему, из-за чего человек становится веселым и расслабляется. Со временем алкоголь накапливается в нервных клетках и начинает тормозить их функционирование.

Клетки печени значительно страдают от алкоголя, так как вынуждены перерабатывать его молекулы, хотя не приспособлены для этого. По мере развития алкоголизма печень изнашивается, а ее клетки начинают перерождаться. На месте пораженных клеток печени возникают фрагменты жировой ткани. В результате чего рабочая печень уменьшается в размере не способна перерабатывать вредные токсины. Заболевания печени могут влиять на состояние головного мозга, вызывая необратимые нарушения.

Вред от принятия алкоголя с некоторыми препаратами.

Алкоголь +		Оказываемый эффект
1	аспирин	язва желудка
2	кофеин, колдакт, колдрекс, эфердин или теофедрин	гипертонический криз
3	мочегонные, гипотензивные препараты	сильное снижение артериального давления
4	панадол, парацетамол, эффералган	токсическое поражение печени
5	инсулин и другие препараты, снижающие сахар в крови	резкое падения уровня сахара в крови, кома
6	обезболивающие и противовоспалительные препараты, нейролептики, транквилизаторы, снотворное	интоксикация организма, мозговая кома
7	сульфаниламиды, антибиотики	отсутствие лечебного эффекта, непереносимость лекарств организмом
8	антигистаминные препараты, нитроглицерин	аллергическая реакция, усиление болевого синдрома

Вред алкоголя для организма проявляется в нехватке тиамина, играющего большую роль в деятельности организма. Тиамин или витамин В1 крайне важен

для многих процессов, его недостаток приводит к различным патологическим состояниям и заболеваниям. При нехватке тиамина деятельность мозга и нервных клеток снижается, что приводит к различным нарушениям со стороны нервной системы. Нехватка витамина В1 происходит из-за недостаточного питания, нарушений обменных процессов в организме, так как употребляется большое количество спиртного и человек плохо питается.

Алкоголь и курение

Спиртные напитки и сигареты сами по себе представляют вред для организма. Табакокурение в сочетании с алкоголем наносит двойной удар по организму. Молекулы спирта и никотин всасываются в кровь, взаимодействуют с эритроцитами, которые переносят кислород из легких в ткани, а углекислый газ обратно из тканей. Этанол растворяет защитный слой с внешней поверхности эритроцитов, снимая электрическое напряжение с них, из-за чего эритроциты слипаются друг с другом и образуют крупные шарики. С повышением дозы выпитого и выкуренных сигарет их размеры увеличиваются. Это приводит к образованию тромбов в сосудах, нарушается кровоснабжение некоторых участков головного мозга и других систем человека.

Вред алкоголя и курения выражается в эффекте взаимоусиления. Согласно информации о вреде алкоголя риск образования раковых опухолей в легких, гортани, у пьющих курильщиков выше в 7-9 раз, чем у тех, кто не курит; у алкоголиков — выше в 5-6 раз, чем у непьющих людей. При сочетании двух вредных привычек злокачественные опухоли могут возникать в 40% случаев. Исключая хотя бы один фактор, риск значительно снижается.

Алкоголь и наркотики

Наркотики в сочетании с алкоголем наносят колоссальный вред организму и могут приводить к частым случаям летального исхода. Наркоманы могут разводить наркотики в спиртных напитках, чтобы получить двойное удовольствие. Используются либо похожие по действию, либо противоположные, чтобы понизить действие одного из них. Чаще всего с алкоголем сочетают кокаин. После такого коктейля нервные клетки головного мгновенно поражаются, так как на организм действует два типа веществ: сдерживающие и возбуждающие, абсолютно противоположные друг другу.

Сдерживающие вещества успокаивают и расслабляют нервную систему, возбуждающие заставляют ее активно действовать. Алкоголь в данном случае является сдерживающим веществом, подавляя нервную систему, а кокаин — стимулирующим, возбуждая и активизируя нервные клетки. Такое сочетание нередко заканчивается смертью человека.



Сочетая алкоголь с наркотиками, человек подавляет в организме простейшие рефлексy и важные функции. Даже при малых дозах спиртного и наркотика могут быть нарушены дыхательные функции. В состоянии опьянения человек не способен контролировать дозу принимаемого наркотика, а спиртное усиливает эффект даже от малой дозы наркотического вещества. Поэтому вред алкоголя и наркотиков перерастает в смертельную угрозу для жизни.

Вред алкоголя для женщин

Исследователи установили, что вред влияния алкоголя на организм женщины намного выше, чем на мужской. Это объясняется строением и особенностями женского организма. Толерантность к алкоголю у женщин намного ниже, чем у мужчин, поэтому женский алкоголизм развивается быстрее и лечится намного труднее. У женщин с алкогольной зависимостью быстрее поражаются клетки печени, ослабляется сердечная мышца, разрушаются сосуды, истощается нервная система. Вред алкоголя для женщин проявляется в старении кожи, быстром увядании всего организма, изменении голоса и внешности. Женщина становится некрасивой, агрессивной и не способна себя контролировать.

О вреде алкоголя при беременности известно каждому. Употребление спиртного во время беременности приводит к негативным последствиям для мозга плода, позже они выражаются в плохом развитии органов, психики и поведении ребенка. Если мать систематически выпивала во время беременности, у ребенка развивается [фетальный алкогольный синдром](#) (алкогольный синдром плода). У детей с данным синдромом часто наблюдаются пороки развития внешних органов, руки и ноги маленькие, голова непропорциональна по сравнению с телом. Они медленно растут и развиваются по сравнению со своими сверстниками. Такие дети не способны адекватно воспринимать информацию, плохо запоминают и тяжелее адаптируются к внешнему миру.

У ребенка с фетальным синдромом объем головного мозга меньше нормы, при этом количество мозговых клеток и нейронов намного ниже нормы. Нейронные клетки мозга у таких детей не способны нормально действовать, что приводит к поведенческим и психологическим расстройствам. Ребенок может быть агрессивным, снижается способность к логическому и абстрактному мышлению. Ему сложнее привыкнуть к общению с другими детьми, быть социально активным. Такой ребенок нередко сам становится алкоголиком, так как зависимость передается по наследству.

Вред алкоголя на организм подростка

Вред алкоголя для подростков выше, чем у взрослого организма, так как ребенок находится на стадии формирования. Вред алкоголя для подростков проявляется в торможении роста, задержке развития психических и половых функций, мышц, влияет на внешний вид человека. Молодой организм хуже воспринимает алкоголь и не способен противостоять его влиянию. Достаточно 100 граммов вина или водки, чтобы подросток опьянел. Подростковый алкоголизм развивается в 5-10 раз быстрее, чем у взрослых людей. Особенно следует выделить вред алкогольных энергетиков, которые кажутся безобидными. Однако это не так, они содержат этанол и могут представлять угрозу для жизни ребенка.



Вред алкоголя на организм ребенка и подростка выражается в следующем:

- нарушение химических процессов в мозге и нервной системе ребенка, вызывая задержку в развитии, нарушение памяти;
- снижаются способности подростка к учебе и другим областям науки, творчества;
- снижается способность к логическому и абстрактному мышлению;
- проявление психозов и депрессий;
- дети и подростки эмоционально деградируют, снижается реальное восприятие окружающего мира.

Очень важно в семье и образовательных учреждениях рассказывать о вреде алкоголя для подростков и школьников. Регулярная профилактическая беседа о вреде алкоголя поможет оградить детей от пагубного пристрастия и дальнейшего алкоголизма.

Вред алкоголя для окружающих

Специалисты уверяют, что алкоголь является одним из наиболее опасных наркотиков, поскольку действует угнетающе на организм, вызывает у человека приступы агрессии, делает его неспособным контролировать свои поступки, склонным к насилию и даже убийству. Вред алкоголя проявляется не только для самого человека, но и для окружающих. В состоянии сильного алкогольного

опьянения человек может напасть на другого человека, затеять драку без причины.

Около 80% случаев домашнего насилия происходит под влиянием алкоголя, около 60 % всех преступлений совершается в состоянии сильного опьянения. Человек не способен контролировать свои действия и поступки. Около 50% всех дорожно-транспортных происшествий возникает по причине алкогольного воздействия на организм водителя. Пьяный человек за рулем способен нанести вред другим водителям и пешеходам.

Вред и польза алкоголя

Многие исследователи и современные ученые спорят о вреде и пользе алкоголя. Недавние исследования показали, что употребление вина несколько раз в неделю может существенно понизить риск заболеваний сердца и сосудов, уберечь от диабета. Красное вино содержит большое количество антиоксидантов, тормозящих процессы старения и убивающие раковые клетки. Снижается количество кровяных сгустков, а значит предотвращается риск образования тромбов. Но так ли это на самом деле?

Алкоголь даже в малых дозах вызывает эмоциональную зависимость. Академик Павлов установил, что рефлексy после употребления небольшой дозы спиртных напитков пропадают и приходят в норму спустя 7 — 11 дней. Постепенно количество употребляемого алкоголя может возрастать. Согласно данным у людей, умеренно употребляющих алкогольные напитки, через 4 года вероятность усыхания клеток мозга составляет 85%. Алкогольные напитки в низких дозах вредны для печени, сосудов и кожи человека. Увеличивается риск сахарного диабета, гипертонии, панкреатита и рака. Получаете ли вы вред или пользу от алкоголя, решать только вам, но лучше оградить себя от пагубной привычки.

О вреде алкоголя должен знать каждый человек, начиная с детских лет, так как последствия могут быть необратимы. Необходимо проводить регулярные беседы о влиянии спиртных напитков среди молодежи и взрослых людей, привлекать общество к здоровому образу жизни.