

## Влияние алкоголя на организм человека

**Алкоголь** - это бесцветная спиртосодержащая жидкость, оказывающая успокаивающее и подавляющее действие на центральную нервную систему. Употребляется внутрь преимущественно в виде пива, вина или крепких напитков.

Мало кто из людей задумывается, что алкоголизм – это очень тяжелое заболевание, вызываемое систематическим принятием спиртных напитков.

### Симптомы алкоголизма

- постоянная потребность в алкоголе,
- психические, соматические и неврологические нарушения,
- уменьшение физической активности,
- снижение умственной работоспособности,
- деградация личности.

У людей, страдающих алкоголизмом, места проживания не содержатся в надлежащем порядке, как и внешний вид их самих.



В небольших дозах алкоголь оказывает действие стимулятора, который помогает снять напряжение в мышцах и расслабиться. Но проблема в том, что мало кто может удержаться на уровне малых доз потребления. Если доза алкоголя повышается, то его действие становится прямо противоположным. Алкоголь в больших дозах оказывает действие депрессанта, который угнетает психику, ослабляет волю человека, а также вызывает потерю интереса человека к своей жизни.

У женщин-алкоголиков в 2,5 раза больше, чем у здоровых непьющих женщин, различных заболеваний в области гинекологии, в основном ведущих к бесплодию.

Мозг является самым активным потребителем энергии. Отрицательное действие алкоголя на мозг связано с нарушением доступа кислорода к нейронам в результате алкогольной интоксикации. Алкогольное слабоумие, развивающееся при длительном употреблении алкоголя, является результатом гибели мозговых клеток.

**Последствия интенсивного употребления алкоголя:** повреждения мозговых функций, обусловленные поражением клеток коры больших полушарий — «думающей» области головного мозга. Вскрытие умерших даже в относительно молодом возрасте алкоголиков часто показывает существенное истощение мозга, особенно коры больших полушарий.

Вредное воздействие алкоголя сказывается на всех системах человеческого организма (нервной, кровеносной, пищеварительной). В настоящее время доказана пагубная роль алкоголизма в развитии острых и хронических заболеваний.

**Болезни сердечно-сосудистой системы** занимают ведущее место в структуре смертности населения. Под влиянием алкоголя поражается сердечная мышца, что ведет к тяжелым заболеваниям и смерти. При рентгеновском обследовании обнаруживается увеличение объема сердца, которое развивается не у всех больных, страдающих хроническим алкоголизмом, но может встречаться у больных со сравнительно небольшим алкогольным стажем. Даже у здоровых людей после большой дозы алкоголя могут проявляться нарушения сердечного ритма, но они постепенно самопроизвольно исчезают. Злоупотребление алкоголем способствует развитию и прогрессированию гипертонической болезни, ишемической болезни сердца, часто является непосредственной причиной инфарктов.

**Болезни системы внешнего дыхания.** Дыхание — синоним жизни. Это вдох и выдох, которые регулярно чередуются. Дыхательный процесс состоит из четырех этапов, и нарушение любого из них ведет к серьезному расстройству дыхания. У больных, страдающих 1-й стадией хронического алкоголизма, отмечается некоторая стимуляция функции внешнего дыхания: возрастает минутный объем дыхания, дыхание учащается. По мере развития болезни дыхание ухудшается, могут возникать различные заболевания (хронический бронхит, трахеобронхит, эмфизема легких, туберкулез). Часто алкоголь сочетается с табаком. При одновременном воздействии этих двух ядов их вредное влияние еще более возрастает. Табачный дым повреждает структуру альвеолярных макрофагов — клеток, защищающих легочную ткань от органической и минеральной пыли, обезвреживающих микробы и вирусы, уничтожающих погибшие клетки. Табак и алкоголь представляют серьезную угрозу для здоровья.

**Желудочно-кишечная патология.** Больные хроническим алкоголизмом часто жалуются на нарушения деятельности желудочно-кишечного тракта, так как слизистая желудка первой воспринимает ядовитое воздействие алкоголя. При исследовании у них выявляют гастрит, язвенные болезни желудка и двенадцатиперстной кишки. С развитием алкоголизма

нарушается функция слюнных желез. Развиваются и другие патологические изменения.

**Печень** занимает особое положение среди органов пищеварительной системы. Это главная «химическая лаборатория» организма, которая выполняет антитоксическую функцию, участвует почти во всех видах обмена веществ: белковом, жировом, углеводном, водном. Под действием алкоголя функции печени нарушаются, что может привести к циррозу (перерождению) печени.

Дети алкоголиков, особенно если мать употребляла спиртное во время зачатия и беременности, могут родиться больными, слабыми, а также иметь ряд физических и умственных отклонений.

Любопытно то, что ни один алкоголик не признает никогда себя таковым, он до конца своих дней будет внушать себе и окружающим то, что он сможет отказаться от пьянства в любой момент или станет себя оправдывать в том, что именно сегодня уникальный повод выпить, когда нельзя отказаться и так далее. Или существует глубокое заблуждение в том, что все творческие люди любили выпить и, тем не менее, добились успеха. Сказок и оправданий можно придумать массу, но все эти доводы – простой самообман.

**Белая горячка** — самая тяжелая форма алкогольной интоксикации. Она дает 1-2% смертных исходов даже при интенсивном медикаментозном лечении, а без лечения смертность может достигать 20%. Для белой горячки характерны галлюцинации, помрачение сознания и дезориентация; при этом отмечаются дрожь, возбуждение, учащенный пульс, высокое кровяное давление и лихорадка. Многие люди, имеющие алкогольную зависимость, в период детоксикации («сухой период») нуждаются в медицинской помощи. Этот период может длиться от одного-двух дней до недели.

**Продолжительность жизни.** Систематическое употребление алкоголя приводит к преждевременной старости, инвалидности; продолжительность жизни лиц, склонных к пьянству, на 15-20 лет короче средней статистической.

Человек, страдающий алкоголизмом, обманывает и себя, и других, а его жизнь является постоянной игрой с судьбой.

В гостях нет необходимости употреблять спиртные напитки, можно находиться в дружественной атмосфере и за чашечкой чая.

Осмыслив данную информацию, каждый из нас может определить, какой жизненный путь выбрать для себя. И если это трезвая жизнь — это похвала Вам и Вашему окружению.