

МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РЕСПУБЛИКИ БАШКОРТОСТАН
РЕСПУБЛИКАНСКАЯ КЛИНИЧЕСКАЯ БОЛЬНИЦА №2
РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ
И МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ

Вред алкоголя

(памятка для населения)



УФА 2021

Все люди в той или иной степени знают, что вред алкоголя на организм человека очень велик. Последствия длительного употребления спиртного всегда негативны, начиная вроде бы безобидными провалами памяти и заканчивая серьезными заболеваниями, и даже смертью.

Но, как показали последние исследования в этой области, даже небольшие дозы алкоголя наносят здоровью большой вред. Какой вред приносит алкоголь человеку?

Разрушительное действие алкоголя на мозг человека

Наиболее заметным проявлением разрушительного действия алкоголя на человека является его влияние на мозг. Проявлением этого являются путаная речь пьяного, провалы в памяти, заплетающиеся ноги, затуманенное зрение, замедленная реакция. Эти симптомы опьянения обычно исчезают, как только алкоголь уходит из крови. Но если человек употребляет спиртное регулярно, его влияние на мозг заметно даже после того, как алкоголь уже не окончил свое непосредственное действие на мозг. Возникновение необратимых изменений в человеческом мозге под действием алкоголя сейчас является для ученых распространенной темой исследований.

Степень влияния алкоголя на клетки мозга определяется несколькими факторами:

- Дозой алкоголя и частотой его употребления;
- Возрастом начала приема алкогольных напитков;
- Продолжительностью периода регулярного употребления спиртного;
- Возрастом человека, полом, образованием, наследственной предрасположенностью к алкоголизму, наличием алкоголиков среди ближайших родственников;
- Наличием дородового [алкогольного отравления](#), повышающего риск развития алкогольной зависимости;
- Общим состоянием здоровья человека.

Даже небольшая доза алкоголя может привести к помутнению сознания и провалам в памяти. Этот эффект наблюдается у людей в не зависимости от пола, возраста и наличия алкоголизма. Несмотря на то, что мужчины чаще женщин принимают алкоголь, у слабого пола тоже наблюдаются провалы памяти и помутнения сознания. Это говорит о том, что вред алкоголя для женщин выражен в большей степени.

Мозг женщины более восприимчив к спиртному и [последствия злоупотребления алкоголем](#) у женщин более тяжелые, чем у мужчин. Например, у женщин-алкоголичек быстрее развиваются ослабление сердечной мышцы, [цирроз печени](#) и поражение нервной системы. Исходя из этих фактов, можно сделать вывод, что вред алкоголя для женского организма намного больший, чем для мужского.

В результате длительного употребления алкоголя у человека может нарушиться деятельность головного мозга, так как при каждом опьянении

происходит разрушение мозговых клеток. Работа мозга может нарушиться как в результате самого употребления алкоголя, так и под влиянием последствий пьянства, например, при серьезном заболевании печени или общем ухудшении состоянии здоровья на почве алкоголизма.

Печёночная энцефалопатия

Известно, что алкоголизм приводит к серьезному заболеванию печени, и даже к ее разрушению. Орган, расщепляющий алкоголь в организме человека, не в силах долгое время обезвреживать большое количество спиртного, и постепенно перерождается. Печеночная энцефалопатия сама по себе опасна, так как часто приводит к летальному исходу. К тому же не многие знают, что нарушения в работе печени приводят к дисфункции головного мозга – гепатаргии. По результатам исследований ученых, занимающихся проблемами алкоголизма, было установлено, что пораженные алкоголем клетки печени начинают в большом количестве выделять вредные вещества. Последние попадают в мозг и разрушают его клетки. Выходит, что помимо прямого вреда для мозга алкоголь наносит ему дополнительный вред и посредством разрушения печени.

Печеночная энцефалопатия выражается нарушением сна больного, резкими перепадами настроения, изменением характера, появлением тревожности и депрессий, расстройств познавательных функций, нарушением концентрации внимания, ухудшением координации движений. В тяжелых случаях болезни может наступить печеночная кома, обычно заканчивающаяся смертью больного.

Вред алкоголя на организм подростка

Несмотря на то, что информация о вреде алкоголя в наше время доступна для широкого ознакомления, многие подростки начинают слишком рано знакомиться со «взрослыми напитками». Причины, побуждающие юное создание впервые испробовать алкоголь, могут быть различными. Но нельзя недооценивать пагубное действие спиртных напитков на молодой организм, будь то пиво или слабоалкогольные напитки.



Не лишней со стороны родителей будет беседа о вреде алкоголя с сыном или дочерью, достигшими подросткового возраста. Следует заострить внимание ребенка на тех негативных последствиях, к которым может привести употребление спиртного в подростковом периоде.

Во-первых, этанол, который содержится в любом спиртном напитке, очень сильно воздействует на мозг подростка, который находится на стадии структурного и функционального развития и поэтому очень уязвим для химических веществ. Как показывают исследования, даже малая доза алкоголя вызывает нарушения в химических процессах головного мозга, что приводит к

проблемам с обучением, задержке развития мышления, угасанию появившихся способностей, нарушению выработки этических норм поведения. Под действием алкоголя подросток деградирует эмоционально и интеллектуально, а еще незрелый мозг подростка легче и быстрее формирует привыкание к алкоголю.

О вреде алкоголя для подростков следует говорить как можно чаще, потому что этот вред очень велик. Спиртное пагубно влияет и на внутренние органы юных людей. Печень подростка под действием алкоголя разрушается гораздо быстрее, так как в молодом организме выше проницаемость сосудистых клеток, а выработка ферментов для нейтрализации токсинов еще в полной мере не сформирована.

Алкоголь вызывает перерождение клеток печени и нарушает синтез витаминов и ферментов. Также происходят сбои в работе желудочно-кишечного тракта, изменяются количество и свойства желудочного сока, начинает плохо функционировать поджелудочная железа. А это – прямая дорога к развитию панкреатита и сахарного диабета.

Многие подростки злоупотребляют пивом, которое вызывает сильное мочегонное действие. При регулярном употреблении этого напитка из организма вымываются минеральные и питательные вещества, вызывающие невосполнимые потери для растущего организма. Кроме того, этанол – яд, нарушающий работу сердечнососудистой системы, поэтому у выпивающих подростков появляются перепады артериального давления и тахикардия.

Настоящими убийцами молодого организма можно назвать популярные у подростков слабоалкогольные коктейли. Эта «гремучая» смесь спирта, красителя, кофеина и сахара негативно воздействует на нервную и сердечнососудистую системы подростка.

От алкоголя страдает и половая система подростка. В состоянии опьянения происходит большинство незащищенных половых контактов. Такие случайные связи приводят к болезням, распространяющимся половым путем - гепатитам С и В, ВИЧ. У девочек секс без контрацепции часто приводит к ранней, нежелательной беременности, аборту и последующим гинекологическим проблемам.

О вреде алкоголя в подростковом возрасте «трубят» и социальные службы, и педиатры, и наркологи. Только подрастающее поколение редко прислушивается к подобным «нотациям», нанося непоправимый вред своему организму. Обычно ребенок задумывается о вреде спиртного для своего здоровья лишь тогда, когда у него возникает какое-либо заболевание. Именно в этот момент подросток более всего расположен к беседе, и следует воспользоваться моментом и призвать его прислушаться к «голосу разума».

Составитель: Р.Х. Миниахметова - врач – терапевт ГКУЗ РКБ №2.



ГБУЗ РЦОЗиМП, з., т. 1000 экз., 2021 г.