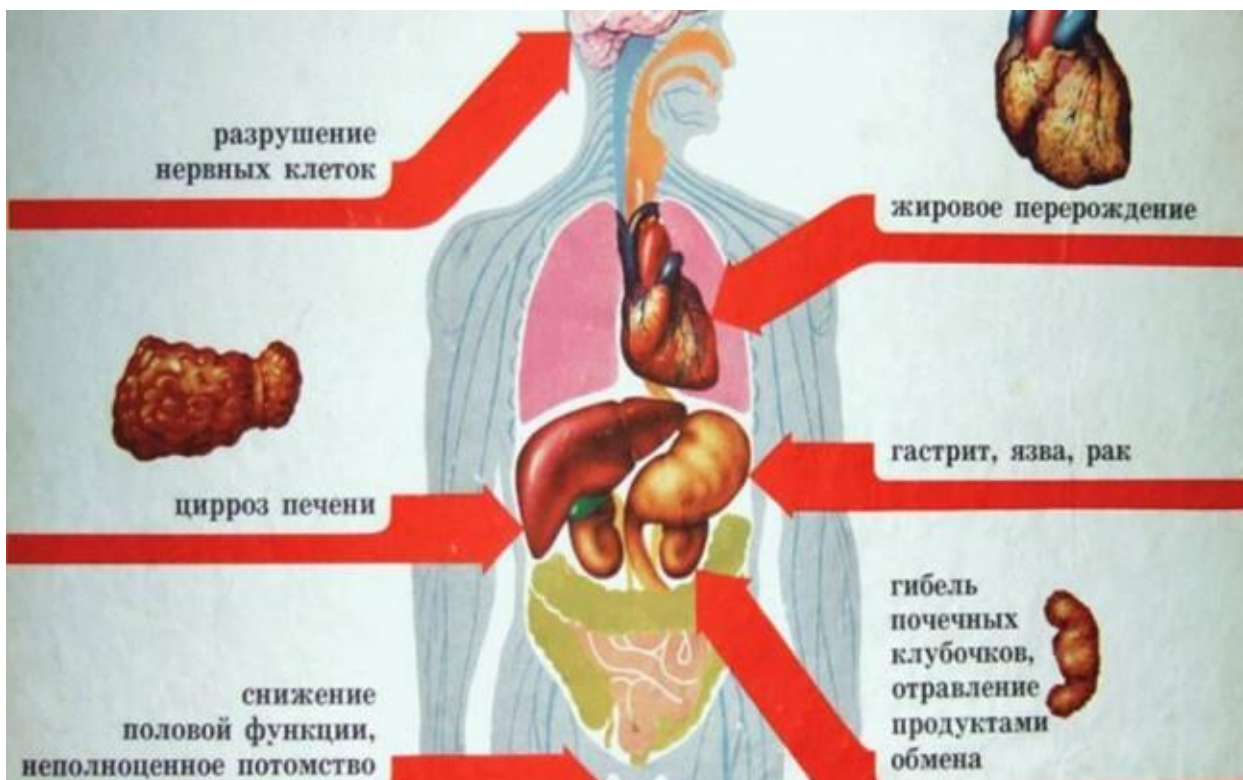


## Какой вред здоровью причиняет употребление спиртных напитков?



Этанол в невысокой пропорции присутствует в крови человека и является естественным метаболитом. Чтоб понять, как алкоголь влияет на организм человека, необходимо представить процесс его переработки. При попадании этанола в организм с пищей происходит его окисление в ацетальдегид, который в 30 раз токсичнее спиртов. Процессы расщепления происходят в печени. Переизбыток этанола неизбежно влечет за собой скопление ацетальдегида, который в этом случае не успевает переработаться в ацетат. Наступает интоксикация, отравление организма, что приводит к резкому ухудшению самочувствия, потере сознания, существует вероятность наступления смерти.

### Содержание статьи

- На какие органы влияет алкоголь
- Как алкоголь влияет на мозг
- Как алкоголь влияет на кровь
- Насколько сложно избавиться от алкоголизма

### На какие органы влияет алкоголь

Теперь постараемся более тщательно изучить, как алкоголь действует на организм, на какие органы влияет. Этанол быстро всасывается в кровь и разносится по всем узлам. Максимальный эффект от действия спиртов наступает спустя 50 – 70 минут после приема внутрь. За это время этанол впитывается в кровь через тонкий кишечник и слизистую оболочку желудка. Наступает поражение центральной нервной системы, оболочка которой разрушается.

На 10% спирт выводится с помощью почек и легких, через дыхание. Это является причиной, по которой алкотестером легко определить степень опьянения. Остальные 90% перерабатываются печенью.

По данным исследований – алкоголь является самым вредным наркотиком в мире. Британский фармаколог и психотерапевт Дэвид Натт ставит опасность спирта в один ряд с героином. По его же исследованиям – кокаин уступает в два раза, ЛСД в десять.

В некоторых случаях спирт вызывает расширение кровеносных сосудов пищевода. Вены деформируются и теряют свою эффективность, утончаются стенки. Высока вероятность внутреннего кровоизлияния. Возникает геморрагический шок, острая потеря крови. В срочном порядке необходима медицинская помощь, высока вероятность летального исхода.

Этанол активно разрушает оболочку желудочно-кишечного тракта. В первую очередь страдает микрофлора, которая в определенной степени образует иммунную систему. Слизистая кишечника покрывается многочисленными эрозиями, отмирающими тканями. Впоследствии возникают язвы и злокачественные опухоли.

Попавший в сердце этанол буквально разъедает строение мышцы, уничтожая клетки. На тканях образуются микрорубцы, значительно снижается эластичность. Сердце не успевает проталкивать кровь. Печень не успевает перерабатывать глюкозу. Моносахара остаются в организме и преобразуются в жировые ткани, которые покрывают сердце и остальные органы.

Печень принимает на себя основную дозу этанола. Отмирают здоровые клетки, гепатоциты. Замещение происходит жировыми и соединительными тканями, что приводит к гепатозу. Заболевание характеризуется серьезным нарушением обмена веществ в печени. Это является начальной стадией цирроза. Последнее входит в шестерку основных причин смерти людей в возрасте от 30 до 60 лет. В некоторых случаях цирроз приводит к раку.

Этанол стимулирует активное выделение ферментов в желудке. В результате стенки начинают переваривать самих себя. Начинается разложение внутренних тканей и пищи. Происходит сбой кислотно-щелочного баланса. Возникает гастрит, за ним язва и рак.

Алкоголь, попав в поджелудочную железу, вызывает спазм протоков. Происходит скопление ферментов, которые начинают переваривать ткани органа изнутри. Железа сильно взбухает, что характеризует начало воспалительных процессов. Начинается отмирание тканей с последующим разложением. Как итог – панкреатит, что является смертельным заболеванием.

На какие органы алкоголь влияет больше всего? – этот вопрос не вызывает споров в кругах врачей. Воздействие этанола на мозг непоправимо, когда иные повреждения можно в той или иной степени восстановить. Но, нельзя полностью или даже наполовину избавить организм от последствий.

## Как алкоголь влияет на мозг

Нервная система человека состоит в основном из рецепторов и микрокапилляров. Когда этанол попадает в кровь, слипаются эритроциты, образуя тромбы. Сгустки блокируют тончайшие кровеносные капилляры. Сосуды лопаются, образуя многочисленные микрокровоизлияния. Безвозвратно разрушаются десятки тысяч клеток головного мозга. Утром человек чувствует характерную головную боль.

Нарушение в работе кровеносных сосудов мозга приводит к его кислородному голоданию. Возникает сонливость, снижается умственная активность. Так как алкоголь влияет на мозг и микрокапилляры повышается риск развития инсульта. Внутренне кровоизлияние зачастую приводит к полному или частичному параличу, нередко к смерти.

Мертвые клетки выводятся с мочой и потом. Наблюдается покраснение глазных яблок, вздувшиеся сосуды. Чем сильнее боль – тем больший урон нанесен оболочке мозга. Влияние алкоголя на центральную нервную систему вызывает тяжелую зависимость – нейромедиаторное нарушение обмена веществ в мозге. Расстройство сопровождается синдромом дефицита удовлетворенности. В результате человек чувствует постоянную или регулярную потребность в спиртных напитках.

## Как алкоголь влияет на кровь

Этанол способствует склеиванию эритроцитов, клеток крови. В результате образуются тромбы. Сгустки крови, похожие на хлопья, моментально разносятся по всем организму. Многие сосуды и капилляры остаются закупоренными, что снижает питание тех или иных органов. Возникает резкое обезвоживание. Склейки не могут выполнять функцию переносчика кислорода.

Закупоренные капилляры, расположенные в носовой полости, не обеспечивают ткани должным количеством питательных веществ. Отмирающие в результате голодания ткани синеют, покрываются характерным багрянцем. В результате – у почитателей спиртного синееет нос, опухает лицо, теряет эластичность кожа.

По мере того как алкоголь влияет на кровь и мозг, вызывая зависимость, возникает необходимость в лечении. Своевременное обращение в наркологический диспансер в большинстве случаев помогает исключить онкологические заболевания, иные формы патогенеза. В самых запущенных случаях необходима полная чистка крови от токсинов и тромбов.

## Насколько сложно избавиться от алкоголизма

У большинства клиентов возникает сложность – как уговорить близкого обратиться за помощью. Это обусловлено особенностями защитного механизма человека. Необходим аккуратный подход, чтоб не нарваться на полное отрицание или агрессию. Не стоит оказывать давление. К сожалению, уговорить близкого можно только в том случае, когда он сам желает бороться с недугом. Ультимативные требования чаще приводят к распаду семей, чем к положительному результату.

Прежде всего стоит поставить себя на место человека, попавшего в беду. В большинстве случаев больной осознает вред спиртного на организм и на социальную планку. Смысла стоит объяснить, как алкоголь влияет на мозг и организм человека. Больному следует дать понять: насколько значима его важность в социуме и в семье, как крепкие напитки разрушают ту самую значимость. Важно, чтоб человек хотя бы частично оценил свое положение сторонним трезвым взглядом.

Следующим шагом необходимо доказать больному, что существуют эффективные методы выхода из алкоголизма. Донести до сведения обо всей тяжести физического и психологического состояния человека, страдающего алкогольной зависимостью. Что помощь специалистов не окажется пустой тратой времени и сил.

Программа лечение «12 шагов» предполагает признание пациентом факта необходимости обратиться за помощью. Основа концепции была заложена в 1935 году обществом

анонимных алкоголиков в США. «12 шагов» – это не панацея от всех последствий, это сложная работа над собой. Цель курса – разрушить барьер неведения и отрицания наличия алкогольной зависимости пациентом, частично ослабить симптомы нейромедиаторного расстройства. Это немедикаментозный путь, а психологический.

Основоположниками концепции «12 шагов» стали Билл Вилсон и Боб Смит. Они оба страдали алкогольной зависимостью. «Сухой закон» послужил толчком к стремлению избавиться от проблемы. Вилсон и Смит стали часто встречаться, следовать старинной программе «10 шагов». Избавившись от проблем, они повлекли за собой последователей. Вскоре к дискуссиям начали присоединяться другие люди. Так, в 1935 году было основано общество анонимных алкоголиков.

Вилсон и Смит внесли свои изменения в первоначальный вид программы. Путь предполагает обращение к Богу, его помощь в борьбе с недугом. Такой подход оказался оправданным. В начале лечения 70% пациентов напрочь отказываются произносить имя Бога. Метод работает за счет сильной связи психологии с религиозными началами человека. 7 шагов из 12 основываются на работе над пониманием проблемы и важности избавления от нее. Остальные обращают пациента к Богу.

## Как алкоголь влияет на организм человека

### Основные органы поражения

- |                        |   |
|------------------------|---|
| 1 Мозг                 | Замедляет циркуляцию крови в сосудах, что приводит к постоянному кислородному голоданию и разрушению клеток мозга. Как результат – слабая память и постепенная психическая деградация   |
| 2 Сердце               | Токсический удар приводит к гибели или дистрофии миокарда. Именно поэтому тяжелое похмелье после некачественного алкоголя часто приводит к инфарктам. Также алкоголь вызывает повышение уровня холестерина в крови и стойкую гипертонию |
| 3 Печень               | Возникает воспалительный процесс – гепатит, а затем идет процесс рубцевания – цирроз печени   |
| 4 Кожа                 | Теряет упругость и эластичность, происходит увядание, кожа становится сухой и тусклой. Ранние морщины и старение  |
| 5 Сосуды               | Стенки сосудов повреждаются и покрываются бляшками  |
| 6 Кишечник             | Постоянно воздействуя на стенку тонкого кишечника, приводит к изменению структуры клеток, они теряют способность полноценно всасывать питательные вещества.   |
| 7 Желудок              | Гастрит, язва, рак  |
| 8 Поджелудочная железа | Разрушает поджелудочную железу, нарушает обмен веществ, как следствие – диабет  |
| 9 Половая система      | Снижение половой функции и неполноценное потомство  |

