**Влияние алкоголя на здоровье**

Опубликовано: 20.12.2024 12:00

Просмотров: 19

Алкоголь – главный фактор катастрофической убыли населения России. В современной России злоупотребление алкоголем приводит к преждевременной смерти около полумиллиона человек ежегодно. Каждая четвертая смерть в России прямо или косвенно связана с алкоголем – около 30% смертности среди мужчин и 15% среди женщин. Алкогольная смертность включает не только случайные отравления алкоголем, но и 2/3 смертей от несчастных случаев и насилия, 1/4 смертей от сердечно-сосудистых заболеваний и многое другое. Злоупотребление алкоголем – главная причина того, что продолжительность жизни среди мужчин в России ниже, чем в десятках несравненно более бедных стран, таких как Йемен, Бангладеш, Мавритания, Гондурас, Таджикистан, Сенегал. Продолжительность жизни мужчин за последние десятилетия ни разу не достигала уровня 1964 года, когда она, единственный раз за всю историю России, превысила 65 лет. При нынешнем уровне смертности лишь 42% двадцатилетних мужчин имеют шанс дожить до шестидесяти. Особенно высокая смертность у молодого поколения мужчин от 15 до 30 лет – в 3,5 раза выше, чем у женщин в этом возрасте.

Какое же влияние алкоголь оказывает на организм человека? Алкоголь является не только наркотическим веществом, но и ядом для печени. Он оказывает отрицательное влияние на различные виды обмена веществ в организме. Наряду с расстройствами обменных процессов (углеводного, жирового и др.) страдают и функции эндокринных органов (половые железы и др.). У людей, злоупотребляющих спиртными напитками, нарушается способность печени обезвреживать токсически действующие продукты, участвовать в обмене веществ, иммунологических и других защитных реакциях организма. В печени нарушается углеводный обмен, что может проявляться в заболевании, напоминающем сахарный диабет. Нарушаются другие виды обмена веществ. Снижается способность крови свертываться; повышается проницаемость мелких сосудов. Возможно появление кровоизлияний под оболочками головного мозга. Нарушается антитоксическая защитная функция печени. Алкоголь нарушает внутрисекреторную и внешнесекреторную функции поджелудочной железы. Отрицательное влияние на железу алкоголь может оказывать различными путями, изменяя нервную регуляцию ее работы, непосредственно токсически воздействуя на ткань железы. При употреблении спиртных напитков в желудке снижается содержание соляной кислоты, стимулятора деятельности поджелудочной железы, что сказывается на ее работе.

[](https://sakhgig.ru/uploads/posts/2012-07/1343358683_alcohol-consumption.jpg)Злоупотребление спиртными напитками может привести к хроническому панкреатиту. Отрицательное действие производит алкоголь на желудок и кишечник. Желудок первым воспринимает влияние концентрированной порции спиртного напитка. К чему же это приводит? Главное проявление этого воздействия — развитие так называемого алкогольного гастрита. Хронический гастрит может сопровождаться развитием язвенной болезни двенадцатиперстной кишки. Нарушается деятельность тонкого и толстого кишечника (энтероколит). При алкоголизме страдают и почки — органы, участвующие в регуляции водно-солевого обмена, в поддержании кислотно-щелочного равновесия, в выделении различных шлаков. Постоянный длительный прием алкоголя вызывает хронические заболевания почек (нефрит, почечнокаменную болезнь, пиелит и т. д.). Небольшие дозы алкоголя повышают мочеотделение, что связано с раздражающим действием спирта на почечную ткань, с влиянием его на сердечно-сосудистую систему, с повышением фильтрационной способности почек. Следует принять во внимание, что алкоголь значительно понижает сопротивляемость организма к воздействию инфекционных возбудителей и токсических веществ и тем самым способствует повышению заболеваемости пьющих. На фоне алкоголизма тяжелее протекают различные заболевания, особенно хронические (туберкулез, сифилис и др.), инфекционно-аллергические (бронхиальная астма, ревматизм) и сердечно-сосудистые. Смертность среди алкоголиков при соматических болезнях в 3—5 раз выше, чем смертность среди людей, не потребляющих спиртные напитки. Заслуживает отдельного рассмотрения действие алкоголя на половые железы и вырабатываемые ими половые клетки — мужские (сперматозоиды или спермин) и женские (яйцеклетки). Они являются носителями генетической (наследственной) информации, от их состояния зависит и здоровье будущих детей, т.е. будущих поколений.