

# **Алкоголизм – привычка или болезнь?!**

*Алкоголизм делает больше опустошения, чем три исторических бича, вместе взятые: голод, чума, и войны.*  
**У. Гладстон**

# Алкоголь: биология, анатомия



Чтобы понять, почему алкоголь умудряется поработить такое количество людей, нужно разобраться - как именно он ведет себя в организме и к каким последствиям это может привести. Как в ближайшем, так и в отдаленном будущем.

**Начнем с самого начала.**

Этиловый спирт быстро всасывается в тонком кишечнике и поступает в кровоток. Поскольку спирт поглощается быстрее, чем расщепляется и удаляется из организма, его концентрация в крови быстро повышается. Малое количество алкоголя из крови выводится в неизменном виде с мочой, потом и выдыхаемым воздухом.

Окисление алкоголя происходит главным образом в печени, что создает около 740 калорий на 100 г чистого спирта. Степень угнетения алкоголем функций головного мозга зависит от концентрации спирта в крови. Концентрация спирта может измеряться в крови или оцениваться при измерении его содержания в выдыхаемом воздухе.

В соответствующих законах большинства государств прописан уровень алкоголя в крови, который не должен быть превышен у водителя автомобиля.

## **Длительное употребление чрезмерного количества алкоголя повреждает многие органы, особенно печень, головной мозг и сердце.**

Подобно многим другим веществам, спирт может вызывать толерантность (устойчивость, привыкание), поэтому люди, которые регулярно выпивают чаще чем 2 раза в день, могут употреблять больше спиртного до опьянения, чем непьющие. У алкоголиков также возможна толерантность к другим успокаивающим препаратам, например принимающие барбитураты или бензодиазепины обычно нуждаются в повышении дозы для достижения терапевтического эффекта.

Если алкоголик внезапно прекращает пить, то вероятность развития у него синдрома отмены (абстиненции) очень высока.

Алкогольная абстиненция обычно начинается через 12—48 часов после того, как человек прекращает употреблять алкоголь. Легкие симптомы включают тремор, слабость, потоотделение и тошноту. У некоторых людей развиваются судороги (так называемая алкогольная эпилепсия). Если синдром отмены протекает тяжело, то на фоне неомраченного сознания может развиваться острый алкогольный галлюциноз.

Другие нарушения непосредственно связаны с токсическим влиянием алкоголя на головной мозг и печень. Поврежденная алкоголем печень теряет способность освобождать организм от токсических веществ, что может вызывать печеночную кому. В этом случае отмечается апатия, сонливость, ступор и спутанность сознания, часто возникает необычный, хлопающий тремор рук. Печеночная кома представляет угрозу для жизни, поэтому лечение необходимо начать немедленно.

## Основные эффекты воздействия длительного злоупотребления спиртным

- **Кровь:** низкое содержание фолиевой кислоты может вызвать анемию и врожденные пороки плода; низкое содержание никотиновой кислоты - пеллагру (повреждение кожи, понос, депрессия); низкое содержание железа - железодефицитную анемию.
- **Желудочно-кишечный тракт:** пищевод (воспаление (эзофагит), рак); желудок (воспаление (гастрит), язвенная болезнь); печень (воспаление (гепатит), цирроз, рак); поджелудочная железа (воспаление (панкреатит), снижение содержания сахара в крови, рак).

## Основные эффекты воздействия длительного злоупотребления спиртным

- **Сердечнососудистая система:** сердце (патологический ритм сердечных сокращений (аритмия), сердечная недостаточность); кровеносные сосуды (повышенное артериальное давление, атеросклероз).
- **Нервная система:** головной мозг (спутанность сознания, снижение координации, ослабление памяти (на недавние события), алкогольные психозы); периферическая нервная система (ухудшение функции нервов рук и ног, управляющих движениями, алкогольные полинейропатии, полиневриты).



## Алкоголь или потомство - выбор придется сделать



- Алкоголь и потомство – две плохо совместимые вещи. Будучи ядом, этиловый спирт оказывает влияние на все органы и системы человеческого организма. Достается и репродуктивной сфере.

- Что происходит в половых органах под влиянием длительного злоупотребления спиртным? Многочисленные исследования, в том числе и на лабораторных животных, позволили ответить на этот вопрос.



## У мужчин.



У сперматозоидов возникают пороки развития. Частота подобных нарушений со стороны мужских половых желез находится в прямой зависимости от степени и длительности злоупотребления алкогольными напитками. Уже при умеренном и непродолжительном потреблении этилового спирта число сперматозоидов уменьшается в семенной жидкости примерно на 30 процентов, при длительном — на 65-70 процентов. При этом резко падает активная подвижность сперматозоидов.



## Женщины



- Впрочем, женщины от спиртного страдают не меньше. Влияние алкоголя на плод во время беременности – тема для отдельного разговора, следует лишь заметить, что современные исследователи сходятся в одном – никакое количество спиртного для будущей матери не может быть признано безопасным, так как слишком много индивидуальных особенностей могут вмешаться в процесс усвоения этанола как организмом женщины, так и развивающимся организмом ребенка.

## Женщина и алкоголизм: коллекция заблуждений

- ... женщине достаточно в среднем трех лет для развития алкогольной зависимости, в то время как у мужчины болезнь может развиваться десятилетиями
- 10 лет назад соотношение женщин и мужчин, обратившихся за наркологической помощью, составляло 1:12 - 1:10.

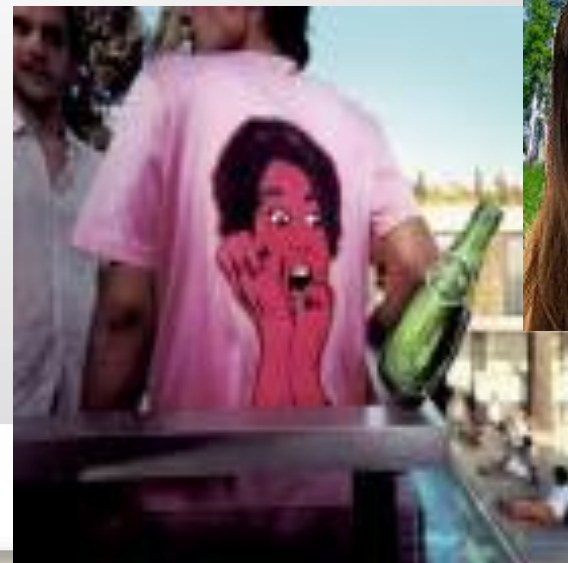


Сейчас в Москве оно увеличилось до 1:4. А в Европе и США этот показатель уже достигает 1:3 - 1:2.

## ● Пьющая женщина – опустившаяся неудачница

На самом деле, проблемы с алкоголем могут быть не только у вокзальных бомжих, но и у очень успешных женщин. Достаточно вспомнить громкие алкогольные скандалы вокруг актрисы Линдсей Лохан и певицы Бритни Спирс. Сложно назвать их несостоявшимися и безвольными. Другой вопрос, что регулярное злоупотребление алкоголем постепенно разрушает

личность, и через несколько лет крутая бизнесвумен отличается от той же вокзальной бомжихи исключительно дорогим макияжем и одеждой. Больше ничем.





- **В развитии алкоголизма у женщин определяющую роль играет генетика.**

До 76 процентов родственников пьющих женщин также пьют. У дочери пьющей женщины риск развития алкоголизма в 4 раза выше, чем у сына.

- **Женщины спиваются «благородными» напитками**

На самом деле, нет никакой разницы – с какого именно напитка начинает свой алкогольный путь человек. Это могут быть и коктейли, и сухие вина, и вермуты, и марочные коньяки. Может быть, женщины в меньшей степени злоупотребляют ПИВОМ, так как из-за генетических особенностей у них в ротовой полости гораздо больше рецепторов, отвечающих за восприятие горечи. Но в итоге любой алкоголик, независимо от пола и возраста, приходит к водке, как наиболее эффективному напитку по соотношению «доза – эффект».

## ● Женщины спиваются быстрее

А вот это утверждение соответствует истине. Действительно, женщине достаточно в среднем трех лет для развития зависимости, в то время как у мужчины болезнь может развиваться десятилетиями. Связано это с особенностями устройства женского организма. Меньшее, чем у мужчин, содержание воды в организме и меньшая масса тела приводят к тому, что при прочих равных условиях в крови возникает более высокая концентрация алкоголя.

## ● Алкоголизм у женщин развивается позднее – в среднем в 26 лет, тогда как у мужчин - в 23 года.

Но заболевание у женщин прогрессирует быстрее, и они вынуждены обращаться за лечением уже через 7 лет, мужчины же «держатся» в два с лишним раза дольше – 16 лет.

## ● Женщины пьют в одиночку

Действительно, мужчина чаще всего выпивает вне дома, причем в подавляющем большинстве случаев ему обязательно нужны компания и повод (зачастую поводом становится просто наличие компании). В силу социальных и психологических табу женщина скрывает свое пьянство, поэтому пьет втихаря, дома, чтобы никто не видел. Причем сам процесс носит спонтанный характер – в мозгу происходит «короткое замыкание», женщина прикладывает к рюмке и только потом задумывается – а что же произошло.





## ● Женский алкоголизм неизлечим

На самом деле, любой алкоголизм неизлечим по определению. Этот диагноз обретается пожизненно. Можно только бросить пить, и ремиссия будет длиться ровно столько, сколько в организм не будет поступать алкоголь. Первый же глоток спиртного приведет к срыву в пучину болезни.

## ● Пьющая женщина просто не хочет отказаться от своей дурной привычки

На самом деле, в подавляющем большинстве случаев она физически не может этого сделать, потому что алкоголизм – не в обмен веществ раз и навсегда, и если возникает физическая привычка, а тяжелая болезнь. Этиловый спирт встраивается в обмен веществ, и физическая зависимость от спиртного, помочь преодолеть ее может только врач. Да и от психологической зависимости самостоятельно избавиться могут считанные единицы.

# Контролируемое потребление спиртного: миф или реальность



- Контролируемое употребление спиртного – мечта любого злоупотребляющего алкоголем. Кто-то пытается переходить на более «легкие» напитки, кто-то пытается закусывать плотнее, кто-то пробует чудо-средства из рекламы, кто-то экспериментирует на почве народной медицины, кто-то делает перерывы, пытаясь приучить себя пить, например, только по пятницам. Только попытки эти обречены на провал.

- Итак, алкоголь, как токсин, в организме обезвреживается. Как и в подавляющем большинстве других случаев, этанолом занимается печень. Каскад превращений двухступенчатый: сначала в гепатоцитах этанол под действием фермента алкогольдегидрогеназы превращается в уксусный альдегид, который под действием второго фермента, альдегидрогеназы, окисляется до уксусной кислоты.
- Уксусный альдегид в несколько раз токсичнее этилового спирта. Именно он ответственен за похмелье, которое по сути является тяжелым отравлением. Но у людей, злоупотребляющих спиртным, организму приходится защищаться и от сверхдоз алкоголя. Делает он это достаточно незатейливо – повышая активность алкогольдегидрогеназы. А вот второй фермент ускорять не получается.

- В дальнейшем прием даже небольших доз спиртного приводит к лавинообразному повышению концентрации ацетальдегида. Как следствие – потеря контроля и тяга к очередной дозе взамен моментально «сгоревшей».

■ Итак, на пьющего человека и на здорового алкоголь влияет по-разному. Причем различия и последствия столь радикальны, что можно подумать, будто речь идет о разных химических веществах:



**100 граммов сухого вина для нормального человека – это пол-литра самогона в случае с алкоголиком.**



**Перед тем, как начинать**  
**пить подумайте о себе и**  
**будущем ваших детей!!!**

