

О вреде алкоголя написаны тома и энциклопедии. Гораздо меньше сведений о пользе алкоголя. И неудивительно – вред алкоголя в размахах целой страны исчисляется миллиардами рублей, миллионами испорченных жизней и миллионами невозвратимых потерь, которые находятся сейчас в могиле. Алкоголь уничтожил не один талант, испортил не одну карьеру. Польза алкоголя на этом фоне весьма незначительна.

Но как не дойти до этой черты? Ведь каждый россиянин, умеренный потребитель спиртных напитков, знает об этой возможности скатиться в пропасть. Но ведь никто, никто из окончательно спившихся людей и никогда не мечтал и не планировал такую участь, чтобы стать рабом этой своей вредной привычки, скатиться в пропасть, а потом преждевременно умереть. Если и даже ему, «на заре туманной юности», любителю выпить, но пока не алкоголику и даже не пьянице, кто-нибудь приедет на машине времени из будущего и скажет, что его ожидает – он ни за что не поверит, но, может быть, поостережется и поубавит свой пыл...

Почти все люди не только в нашей стране, но и во всем мире употребляют спиртные напитки не только во время праздников, но и во время горестных событий (например, на поминках и похоронах). Причина здесь в традициях, которые, в свою очередь, имеют многовековую историю. Ну, а почему возникли такие традиции? – Только из-за свойства алкоголя облегчать, нейтрализовать страдания и неприятные мысли (подобно таблетке элениума или афобазола, принятой вовремя), а также вследствие его свойства поднимать настроение, создавая легкую эйфорию, что немаловажно в атмосфере праздника...

Менее известны лечебные свойства алкоголя. Натуральные красные вина (например, кагор) принимают в качестве лекарства (по 1-2 столовой ложке) перед обедом для возбуждения аппетита, малокровным и ослабленным больным. Питейные традиции очень сильны у всех народов Кавказа, где винопитие обязательный атрибут не только праздничного стола, но и стола вообще. Но на Кавказе народ не спивается. Там всегда знали меру, а в Армении, стране традиционного виноделия, даже нет вытрезвителей и наркологических диспансеров... В нашей стране люди пьют от неуспокоенности души, от неприкаянности и постоянно гнетущего фона настроения, причем это постепенно переходит в привычку, а потом и в алкогольную болезнь...

Итак, в чем основной вред спиртного, неважно в какой форме употребляемого человеком – вино, водка, спирт, пиво, самогон, суррогаты – все едино. Все зависит от частоты и количества употребляемого. Однако вред алкоголя заключается не только в нем одном, но и в веществах, которые сопровождают любой алкогольный напиток. В первую очередь речь идет о так называемых сивушных маслах, которых больше всего в самогоне. Они-то и дают ему «неповторимый» сивушный запах. Однако если человек употребляет «левую» или «паленую» водку – вред может оказаться даже больше, чем от самогона. В водке, изготавливаемой нелегально, подпольно и попадающей затем на прилавки, применяется технический спирт или денатурат, содержащий большой процент метилового спирта. Незначительное количество метилового спирта наряду с основным этиловым образуется при всяком брожении, а, следовательно, он содержится и самом качественном спиртном напитке. Метиловый спирт, которого больше всего в денатурате, вызывает параличи и потерю зрения. В советское время выпускали препарат «Нитхинол» для мытья стекол на основе метилового спирта, причем он имел вид и запах обычного спирта. Чтобы его не пили, «нитхинол» продавали подкрашенным в синий цвет, но все равно было много отравлений и случаев слепоты вследствие употребления пьяницами этого яда. В конце-концов его запретили производить. Однако все сказанное вовсе не означает, что если вы будете пить только «Абсолют» или «Смирновскую», то никогда не заболите алкоголизмом.

В моей практике был случай, когда в больницу поступил пациент с белой горячкой. Случай банальный, если не брать во внимание вот что. По выздоровлении от психоза больной ни за что не хотел поверить, что белая горячка у него возникла от неумеренного возлияния. «Я пью

не «бормотуху» и не «чернила», а только армянский коньяк «пять звездочек». А от него горячки не бывает», – говорил он...

Разумеется, если человек пьет низкокачественные спиртные напитки или вовсе алкогольные суррогаты, то у него будет гораздо больше проблем со здоровьем, что мы и наблюдаем в наш дни. Если в советское время в качестве заменителей употребляли такие суррогаты как одеколон, политуру, лаки, то в наше время на смену им пришел «Максимка» – спиртосодержащая жидкость для размораживания замков у автомобилей, содержащая кроме большого процента метилового спирта вещество диметилфталат.

В результате сочетания диметилфталата и метилового спирта появляется убойная смесь – такого количества слабоумия в результате [алкогольной энцефалопатии](#) и такого количества параличей я не встречал даже в советские годы у самых истовых любителей политуры... Добавим, что алкоголь поражает все органы и системы. В первую очередь, как об этом сказано выше – страдает нервная система и головной мозг. На втором месте находятся панкреатиты и цирроз печени, которые уже многих свели в могилу. На третьем – поражения сердечно-сосудистой и пищеварительной системы. Импотенция, хотя она и не смертельна, лишила многих молодых людей радости отцовства. Последнее, может быть даже и лучше поскольку не поддается учету огромное количество ущербных, слабоумных и дефективных детей, зачатых во хмелю. Природа, как говорится, сама себя защищает.

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 влияние 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.

Недостаток тиамина при алкоголизме

Неправильное питание и нарушение обмена веществ в организме алкоголика приводят к тому, что у больного возникает недостаток витамина В1 – тиамина. А он является очень важным микроэлементом для нормальной работы всех органов, и мозга в том числе.

Если человек недополучает этот микроэлемент, у него может возникнуть серьезное заболевание мозга – синдром Вернике-Корсакова. Эта болезнь имеет две стадии: первая – непродолжительные обострения, которые называют энцефалопатией Вернике; вторая – длительные периоды течения болезни под названием психоз Корсакова. Вторая стадия, несмотря на свое более спокойное течение, очень истощает организм больного.

Энцефалопатия Вернике имеет такие симптомы, как помутнение сознания, нарушение координации движений, паралич зрительного нерва. Больные часто не находят выхода из комнаты или совсем не в состоянии передвигаться. Когда болезнь переходит на вторую стадию, то есть, развивается синдром Корсакова (а это случается в 80-90% случаев заболевания), у человека наблюдаются провалы в памяти и трудности с запоминанием новой информации. Такие больные забывчивы, постоянно находятся в депрессивном состоянии, вспыльчивы, испытывают трудности при ходьбе и нарушение координации движений. Даже уже известную информацию они воспроизводят с большим трудом (ретроградная амнезия), а новую практически не усваивают (антероградная амнезия). Например, только что обсудив какое-либо событие, через 10 минут больной уже не помнит ни об этом событии, ни о разговоре.

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 при беременности

Употребление спиртных напитков беременными женщинами просто недопустимо, так как наносит огромный вред будущему ребенку. Для развивающегося плода последствия пьянства его матери в будущей жизни могут выражаться в физиологических, когнитивных и поведенческих аспектах. В наиболее тяжелых случаях может развиваться плодный алкогольный синдром (фетальный), при котором дети имеют патологии внешних органов, медленно растут и развиваются. У них может быть меньшим объем головного мозга, что носит название (микроэнцефалия), причем количество мозговых клеток при этом тоже будет меньшим, чем у здоровых детей. Нейронные клетки мозга у таких детей также не способны функционировать нормально.

Многие женщины относятся слишком легкомысленно к будущему ребенку, продолжая употреблять спиртное во время беременности. Некоторые задаются вопросом – следует вообще исключить алкоголь, или просто уменьшить его количество? Ответ таков – если вы хотите, чтобы ваш будущий ребенок использовал свои возможности на 50%, сократите употребление спиртного наполовину! И не обнадёживайте себя, что пиво – безвредный напиток для беременной.

В каком бы виде не поступал в организм алкоголь, вред от него для развивающегося плода одинаков. Пиво или вино, водка или коньяк – в них все равно присутствует этиловый спирт, и он поступает в организм растущего ребенка, вызывая нарушения кровотока и кровоизлияния. Алкоголь может вызвать недостаток поступления питательных веществ и кислорода к плоду, из-за чего в будущем малыш будет отставать в развитии. Может также произойти отслоение изуродованной плаценты, и даже гибель плода.

Алкоголь коварен тем, что не всегда сразу проявляет свое действие. Нарушения в работе органов могут проявиться спустя через несколько лет после рождения. Например, доказано, что у матери, которая пила во время беременности нормальный и сообразительный ребенок во время полового развития превращается в тупого и наглого подростка. Это происходит потому, что при созревании гормонов высвобождается вся негативная генетическая информация, изуродованная алкогольным пристрастием матери.

Очень остро стоит проблема пьяного зачатия, когда механизм созревания органов и систем плода страдает на генетическом уровне. Проблема усугубляется еще и тем, что о беременности женщины узнает лишь спустя месяц. А в это время она не перестает употреблять спиртное и курить. Если учесть, что в первые недели беременности формируется основа всех систем будущего организма, а плацента, защищающая плод, еще не сформирована, можно представить себе, каким родится будущий ребенок.

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».

Помня о вреде алкоголя, каждый должен знать, что ему грозит сделать и соответствующие выводы.