

Szkodliwy wpływ alkoholu na organizm człowieka



Alkohol- co każdy wiedzieć powinien...

- *Alkohol* jest głównym składnikiem znanych nam napoi wysokoprocentowych takich jak: piwo, wino, wódka, likiery.
- Zawiera substancje chemiczną tzw. Alkohol etylowy czyli „*etanol*” o wzorze C_2H_5OH .
- *Etanol* jest substancją bardzo aktywną biochemicznie, w większym stężeniu niszczy tkankę biologiczną, wpływa na pracę uczuć, sposób myślenia, upośledza koordynację ruchów oraz kontrole zachowania.

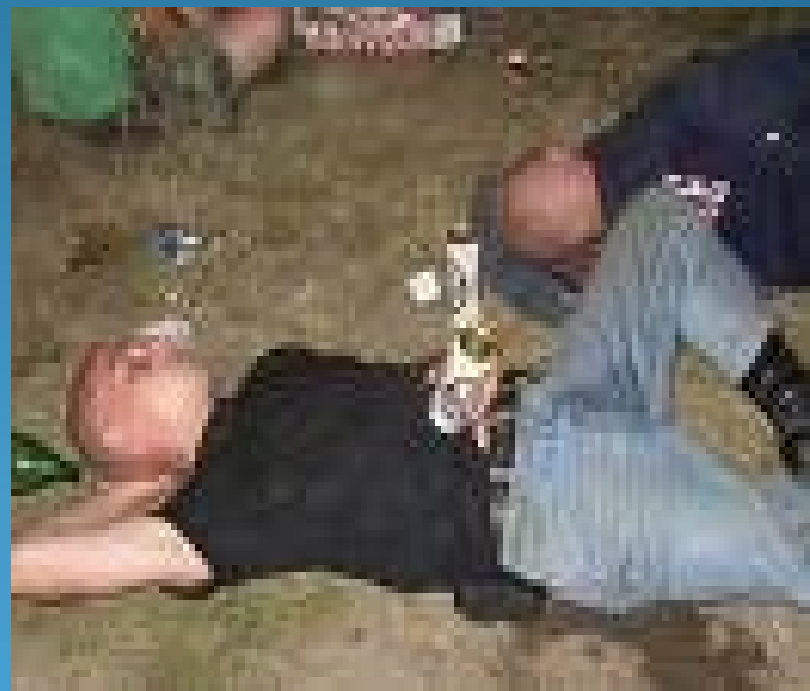
Alkohol- co każdy wiedzieć powinien...

- Alkohol etylowy należy do związków chemicznych, które bardzo szybko wchłaniają się z przewodu pokarmowego, **już w ciągu 5-10 min po spożyciu można go wykryć we krwi!!!!!!!** W ciągu 15 min wchłonięciu ulega 50% spożytej dawki.
- Alkohol produkowany jest ze zboża, owoców, warzyw (buraki cukrowe, trzcina cukrowa), które poddawane są fermentacji.
- Fermentacja jest procesem, który używa drożdży lub bakterii by zmienić cukry na alkohol.

Alkohol- co każdy wiedzieć powinien...

- Alkohol ma też inne formy i może być używany np. jako środek antyseptyczny.
- Jest środkiem uspokajającym, który spowalnia funkcję ośrodkowego układu nerwowego, blokuje część wiadomości próbujących dotrzeć do mózgu.
- Zmienia wyobrażenia o sobie, uczucia, ruchy, postrzeganie i słuch.
- W statystykach spożycie alkoholu wzrasta co roku o 1%, **szczególnie wśród dzieci i młodzieży!!!!!!**

Dlaczego ludzie młodzi pija alkohol????????



Dlaczego ludzie młodzi piją alkohol?

- Dla młodzieży alkohol wydaje się atrakcyjny, uważają, że bez niego nie ma dobrej zabawy.
- Wielu młodym brakuje wiedzy na temat skutków oddziaływania alkoholu na organizm i psychikę człowieka.
- Alkohol stwarza iluzje ciekawszego i pełniejszego życia, daje złudzenie kontaktu i więzi, jednym obietnicę luzu i relaksu innym zapomnienia.
- Stał się formą spędzania wolnego czasu.
- Duży wpływ ma jego dostępność i łatwość nabycia.

Dlaczego ludzie młodzi piją alkohol?

- Młodzi ludzie są mniej odporni na presję rówieśników i środowiska, alkohol nabiera przy tym dodatkowej wartości jako owoc zakazany.
- Młody człowiek chętniej spędza czas w pubach, barach, ponieważ po butelce czuje się lepszy od innych, zwiększa się jego pewność siebie, poczucie siły, szczęścia, łatwość prowadzenia błyskotliwej rozmowy.
- Picie przestało być czynnością typowo męską, pomnożyła się liczba okazji do picia chociażby ze względu na możliwość zaproszenia kobiety na drinka czy piwo.
- Zachęcający wpływ mają również nazwy, każdy chce spróbować drinka o nazwie np. „zachód słońca w Sydney”, „wściekły pies”, „upojna noc”.

Dlaczego ludzie młodzi piją alkohol?

- Picie jest postrzegane jako czynność społeczna, zachowanie grupowe, stwarza poczucie więzi osobowej, bezpieczeństwa i współuczestnictwa.
- Młodzież pije, ponieważ chce dopasować się do kolegów, należeć do paczki, chce czuć się dorosłym.
- Chcą pozbyć się napięcia i niepewności, swobodniej poczuć się w towarzystwie, zwłaszcza wobec osób przeciwnej płci. Alkohol sprawia, że wstyd i nieśmiałość odchodzi w niepamięć.
- Szukają ulgi w przykrych momentach.
- Tradycją stało się picie alkoholu podczas świąt i uroczystości.

Alkohol- działania niepożądane

- **Alkohol** niekorzystnie wpływa na wiele narządów. Niszczy przede wszystkim wątrobę, trzustkę, inne narządy układu pokarmowego.
- Zakłóca wchłanianie odżywczych substancji z pożywienia.
- Niekorzystnie wpływa na serce i może powodować nadciśnienie.
- Zmniejsza odporność organizmu i sprawia, że częściej chorujemy.
- Jest bardzo szkodliwy dla układu nerwowego.

Alkohol- działania niepożądane

- Picie dużych ilości alkoholu może wiązać się z występowaniem zaburzeń psychicznych.
- Sprawia, że wolniej reagujemy na to, co dzieje się dookoła oraz obniża kondycję fizyczną i seksualną.
- Alkohol sprawia, że mniej się kontrolujemy i nie stawiamy wyraźnych granic. Dlatego **po spożyciu alkoholu wzrasta przestępczość, prawdopodobieństwo spowodowania wypadku, czy nieodpowiedzialne kontakty seksualne.**

Alkohol- działania niepożądane

- U mężczyzn wypijanie już 80 g alkoholu dziennie (4-5 butelki piwa) szkodzi wątrobie do tego stopnia, że po dwudziestu latach co drugi alkoholik musi się liczyć z marskością wątroby.
- U kobiet te same skutki wywołuje już 35 do 40g alkoholu dziennie.
- Alkohol powoduje tycie naszego ciała, ponieważ zawiera stosunkowo dużo energii, która szybko się wchłania.
- Picie wysokoprocentowego alkoholu na pusty żołądek powoduje szybkie wzrastanie poziomu alkoholu we krwi i podchmielenie!!!!
- Alkohole niskoprocentowe lub rozcieńczone wodą czy lodem wchłaniają się wolniej.

Działanie alkoholu na organizm.

Mózg i ośrodkowy układ nerwowy

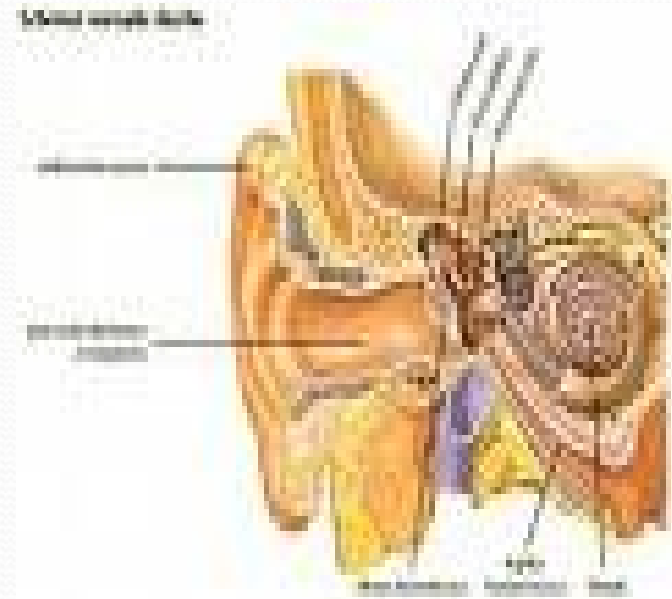
- a. Zaburzenia czucia,
- b. Bóle rąk i nóg (skurcze),
- c. Pogorszenie ostrości widzenia,
- d. Zaburzenie myślenia, szybkie męczenie się przy pracy umysłowej, zmniejszenie koncentracji,
- e. Zwiększona drażliwość,
- f. Trudności w opanowaniu agresji i zmienności nastroju,
- g. Niszczenie komórek nerwowych



Działanie alkoholu na organizm.

Układ słuchowy

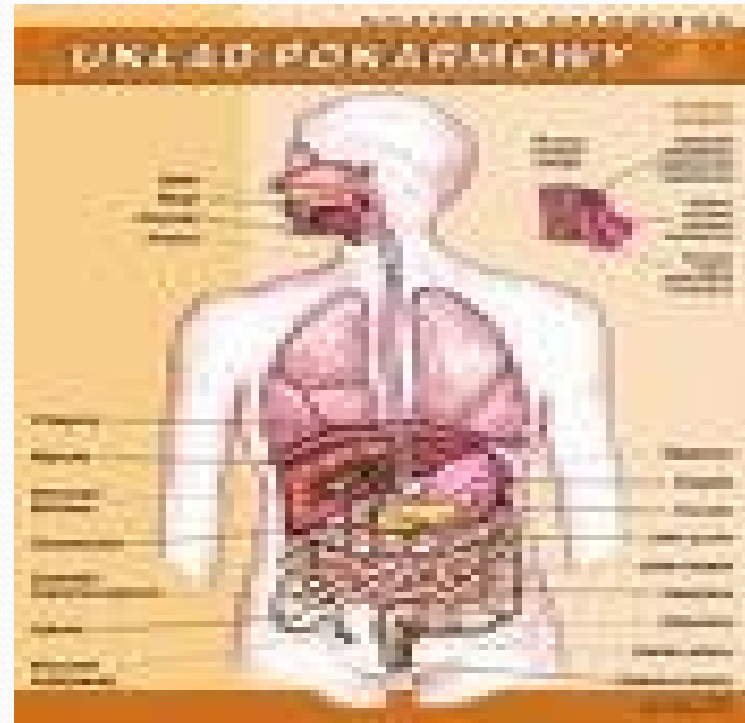
- Odpowiada za poczucie równowagi. Alkohol zmienia gęstość tkanki i płynów w uchu. Im większa ilość wypitego alkoholu, tym większe zmiany, aż do momentu, gdy zupełnie stracimy poczucie równowagi. W efekcie kołyszemy się i zataczamy, próbując zrekompensować uczucie, że znajdujemy się na wzburzonym morzu.



Skutki nadmiernego spożywania alkoholu!!

2. Układ pokarmowy

- ✓ Niedobory białka i witamin,
- ✓ Uczucie suchości,
- ✓ Pieczenie języka,
- ✓ Zgaga,
- ✓ Krwotoki z przełyku,
- ✓ Choroba wrzodowa żołądka i dwunastnicy,



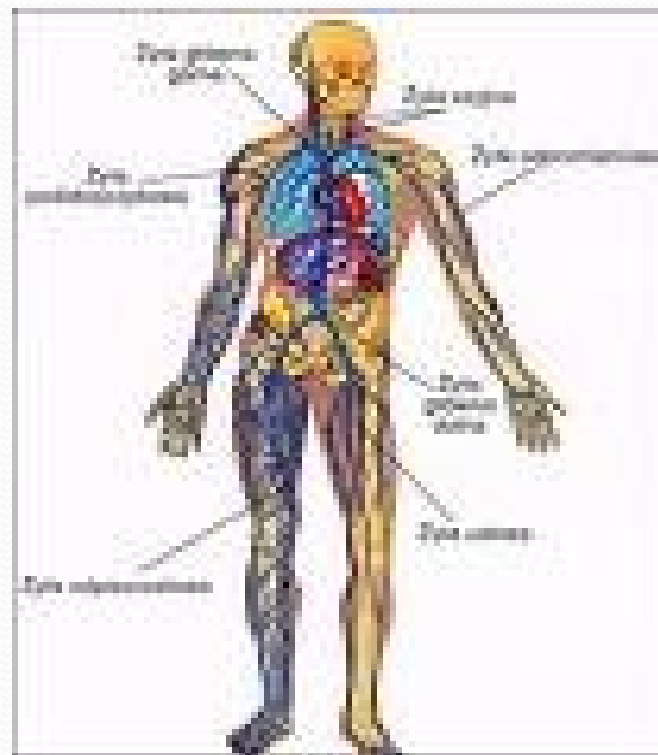
Skutki nadmiernego spożywania alkoholu!!

- ✓ Bóle głowy,
- ✓ Brak apetytu,
- ✓ Brak aktywności fizycznej i psychicznej,
- ✓ Marskość wątroby,
- ✓ Zapalenie trzustki,
- ✓ Brak wchłaniania odżywczych substancji z pożywienia

Skutki nadmiernego spożywania alkoholu!!

Układ krążenia

- ✓ Zaburzenia akcji serca,
- ✓ Gwałtowne rozszerzenie naczyń krwionośnych,
- ✓ Choroba mięśnia sercowego,
- ✓ Zmiany morfologiczne w szpiku kostnym, które uniemożliwiają prawidłowe funkcjonowanie układu krwiotwórczego
- ✓ Nadciśnienie krwi



Skutki nadmiernego spożywania alkoholu!!

4. Układ oddechowy

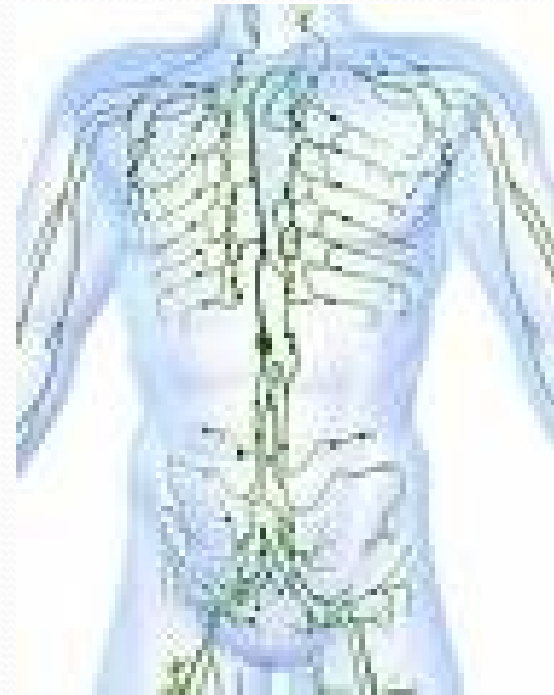
- ✓ Rozwój bakterii i wirusów powoduje przewlekłe zapalenie dróg oddechowych,
- ✓ Częściej występuje zapalenie oskrzeli i płuc,
- ✓ Zatokki oboczne nosa, które objawiają się częstymi bólami głowy, męczącym kaszlem, chrypką, ogólnym osłabieniem,
- ✓ często występują napady duszności i stany gorączkowe



Skutki nadmiernego spożywania alkoholu!!

5. Układ odpornościowy

- a. Zwiększona wrażliwość na choroby zakaźne, zapalenie płuc, gruźlicę a nawet **RAKA!!!**
- b. Alkohol upośledza m.in. zdolność limfocytów do spełniania ich funkcji (np. do produkcji przeciwciał przeciw obcym antygenom) oraz osłabia ich aktywność.



Zmiany psychiczne i intelektualne

- **Alkohol niszczy psychikę młodego człowieka!!!**
- Ogranicza koncentrację i obniża zdolność zapamiętywania.
- Wpływa na praca uczuć i sposób myślenia.

**NADMIERNE SPOŻYWANIE ALKOHOLU
PROWADZI DO ALKOHOLIZMU, CHOROBY
POLEGAJACEJ NA UTRACIE KONTROLI
NAD ILOŚCIĄ SPOŻYWANEGO ALKOHOLU!**

Chcesz być zdrowy???

NIE PIJ!!!

