

ВОЗДЕЙСТВИЕ АЛКОГОЛЯ НА ОРГАНИЗМ ЧЕЛОВЕКА
The effect of alcohol on the human body

Д. В. Зырянов, магистрант,
Н. Ю. Кожевникова, старший преподаватель
Уральский государственный аграрный университет
(Екатеринбург, ул. Карла Либкнехта, 42)

Рецензент: Е.Г. Скворцова, кандидат экономических наук

Аннотация

О вреде алкоголя говорят постоянно, но злоупотребляющих спиртными напитками среди населения РФ всё-таки остаётся достаточно много, чтобы ещё раз обратить внимание на эту тему. Употребление алкоголя негативно влияет на здоровье человека: страдают практически все системы организма, а именно сердечно-сосудистая система, нервная система, мозг, печень, желудочно-кишечный тракт, дыхательная система, печень. Злоупотребление алкогольными напитками приводит к привыканию организма патологической зависимости, наркомании. В данной статье рассмотрено что может произойти при частом употреблении спиртных напитков, какое воздействие возможно на жизненно важные органы человека.

Ключевые слова: этанол, алкогольные напитки, человек, злоупотребление, алкоголизм, болезнь, здоровье, смертность

Summary

Alcohol consumption can negatively affect human health: almost all body systems suffer, namely the cardiovascular system, nervous system, brain, liver, gastrointestinal tract, respiratory system, liver. The abuse of alcoholic beverages leads to addiction of the body to pathological dependence, drug addiction. This article discusses what can happen with frequent use of alcoholic beverages, what impact is possible on the vital organs of a person.

Keyword: ethanol, alcoholic beverages, human, abuse, alcoholism, illness, health, mortality

Проблема увеличения масштаба потребления алкоголя приравнивается к национальному бедствию, такая ситуация создаёт реальную угрозу социальной защищённости граждан [1]. Массовое распространение пьянства и алкоголизма всё более выступает фактором, серьёзно ограничивающим возможности реализации прав людей на жизнь и безопасность, получения ими соответствующего образования и необходимой для обеспеченной жизни профессии; защиты их от насилия и посягательств со стороны лиц, злоупотребляющих алкоголем [1].

Алкоголь принято считать, как этиловый спирт или этанол, а алкогольными напитками - напитки которые в составе содержат этиловый спирт в значительных концентрациях, или их называют спиртными напитками. О вреде алкоголя говорят постоянно, но несмотря на это показатели злоупотребления спиртными напитками среди населения РФ остаётся всё-таки высокими [2].

Алкогольные напитки (алкоголь), содержит вредные примеси – сложные эфиры, сивушные масла, альдегиды, свободные кислоты и даже в небольших дозах, оказывают токсиче-

ское (отравляющее) воздействие и способны негативно воздействовать практически на все системы организма человека [3].

И как следствие частое применение таких напитков является следствием ряда заболеваний, в том числе довольно тяжёлых и неизлечимых, и может быть причиной преждевременной смерти.

В результате исследований ученые пришли к выводу, что алкоголь является веществом опаснее для общества, чем героин и крэк [4]. К тому же злоупотребление любыми спиртосодержащими напитками обладают способностью вызывать пристрастие - привычку и тягу к его потреблению, подобно зависимости от наркотиков.

Такая болезненная зависимость человека от алкоголя, как на физическом, так и на психологическом уровне, когда жизнь без спиртного становится не возможной, – называют алкоголизмом [5]. Алкоголизм признают тяжёлым, достаточно трудноизлечимым заболеванием.

Распитие алкогольных напитков стало обыденным в нашей жизни. По оценкам экспертов среднее потребление алкоголя на душу населения составляет 10 литров в год, Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) установила, что 8 л уже является пороговым значением [6]. Его употреблением люди веселятся, отмечают праздники, радостные события и заглушают печали. И мало кто задумывается в такие моменты о вредном воздействии этилового спирта на организм.

При приёме алкогольных напитков, этанол через 5-10 минут всасывается в кровоток и оказывается во всех органах, нарушая работу практически всех систем жизнеобеспечения. Последствия нарушения физиологических процессов могут вызвать различные тяжёлые заболевания [3,7].

Рассмотрим, как же воздействует алкоголь на некоторые жизненно важные органы человека:

Заболевания, связанные с *желудочно-кишечным трактом*, такие как гастрит, язва желудка и двенадцатиперстной кишки, панкреатит, нарушение секреции слюнной железы, сахарный диабет, рак желудка и т.д.– всё это можно отнести к последствиям злоупотребления алкоголя [8].

Из желудка и кишечника алкоголь попадает в кровоток где оказывает разрушительное действие. По статистике кардиологов, у каждого второго человека с диагнозом алкоголизм есть *сердечно-сосудистые поражения*. При регулярном употреблении спиртных напитков происходит постепенное разрушение эритроцитов. Деформированные эритроциты с меньшей вероятностью переносят кислород из легких к тканям органов, а углекислый газ обратно. Потому даже средне выпивающий человек к 35-40 годам может приобрести заболевания с сердечно-сосудистой системы [8]. - аритмия, атеросклероз сосудов, ишемическая болезнь. Возможно нарушение регуляции уровня сахара в крови, а повышение или снижение его показателей может способствовать развитию диабета, появляются проблемам с сосудами, нарушением работы нервной системы и разрушению клеток мозга и др. [9,10]

Печень наиболее уязвима для спиртных напитков. Именно в ней происходит процесс окисления этанола до ацетальдегида - это токсичное и опасное вещество. Под воздействием этилового спирта клетки печени отмирают, а на их месте появляются рубцы, что приводит к дальнейшим нарушениям обмена веществ [8]. Печень перестаёт выполнять свою основную функцию – фильтрацию организма от вредных веществ и ядовитые вещества поступают в другие органы [9, 10]. И в последствии проявляется возникновением заболеваний, таких как острый алкогольный гепатит цирроз печени, жировой гепатоз [9].

Не проходит бесследно употребление алкогольных напитков и для работы *головного моз-*

га – происходит постепенное разрушение коры головного мозга [7; 8] и как следствие:

- нарушается деятельность центральной нервной системы;
- ухудшаются умственные способности;
- ослабевает память;
- теряется возможность приобретать новые знания;
- отсутствует профессиональный рост;
- снижаются эмоциональные реакции;
- нарушается координация движений;
- происходит распад личности.

Алкоголизм способен прогрессировать заболевания *и дыхательной система* [7; 8], например, могут проявиться бронхиты, пневмонии, эмфизема легких, трахеобронхит и т.п.

В заключение необходимо добавить, что в статье приведены вредные воздействия только на некоторые жизненно важные органы человека, а ещё можно приводить множество органов, которые страдает от принятия человеком алкоголя репродуктивную функцию, эндокринную систему, органы зрения, почки суставы, опорно-двигательную систему и многое другое [7,8]. Из всего можно подвести итог, что если принять во внимание совокупность всего вреда, который способен наносить алкоголь здоровью человека, то можно говорить, что при регулярном злоупотреблении спиртных напитков продолжительность жизни сокращается в среднем на 17 лет [6] и при этом и качество жизни оставляет желать лучшего. Также не следует забывать и о другом негативном эффекте алкоголя - смертности не только от алкогольного опьянения, но и по причине несчастных случаев в алкогольном опьянении.

Библиографический список

1. Заграев Г. Г. Алкоголизм и пьянство в России. Пути выхода из кризисной ситуации // Социологические исследования. 2009. № 8. С. 74-84.
2. Оценка среднечеловеческого потребления алкоголя в Российской Федерации // Медицинская статистика. [Электронный ресурс]. Режим доступа: https://управление-здравоохранением.рф/publ/medicinskaja_statistika/ocenka_srednedushevogo_potreblenija_alkogolja_v_rossijskoj_federacii/28-1-0-1087.
3. Последствия употребления алкоголя: влияние алкоголя на организм человека [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://reshenie-online.ru/blog/posledstviya-upotrebleniya-alkogolya.html>.
4. Алкоголь признали опаснее героина // Коммерсантъ [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://www.kommersant.ru/doc/4024336>.
5. Алкоголизм – особенности заболевания, тактика оказания помощи [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://www.vperemen.com/alkogolizm/>.
6. Влияние алкоголя на организм человека // Здоровый образ жизни. Официальный сайт Роспотребнадзора [Электронный ресурс]. Режим доступа: http://59.rospotrebnadzor.ru/270/-/asset_publisher/CA0j/content/влияние-алкоголя-на-организм-человека.
7. Лекция о вреде алкоголя для организма человека [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://sb-lip.ru/files/zr/Alkogolizm.pdf>.
8. Влияние алкоголя на организм [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://www.drvolkov.ru/vliianie-alkogolia>.
9. Влияние алкоголя на организм [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://sb->

lip.ru/files/zr/Alkogolizm.pdf.

10. Вред алкоголя для здоровья человека [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://www.alcoclinic.ru/poleznaja-informacija/vred-alkogolya/>.