

# یا من اسمہ دواء و نکرہ شفاء



راه نمای بیمار

## تأثيرات الکل بر بدن



تلفن بیمارستان: ۰۳۱-۳۷۴۲۱۰۱۱-۱۴

ایمیل: Emam-falavarjan-stat@mui.ac.ir

شماره فاکس: ۰۳۱-۳۷۴۲۷۰۴۳

کد رسانه: PEDU/ALL/HEL/0061

تاریخ آخرین بازنگری: بهمن ۱۳۹۵

تاریخ بازنگری آخر: بهمن ۱۳۹۶

احتمالی ایجاد آریتمی فاکتورهای همراه آن مثل استعمال دخانیات و فشار خون و یا خواب مطرح شده اند. کاهش کمبود ویتامین ب ۱۲ عامل بسیاری از عوارض الکل است.

### الکل و نارسایی قلب:

یکی از علل شایع و شناخته شده نارسایی قلب مصرف مقادیر زیاد الکل است. در ۵۰ درصد مصرف کنندگان مزمن بدون علامت الکل اختلال عملکرد عضله قلب دیده شده است.

### الکل و مرگ ناگهانی:

در بعضی مطالعات دیده شده مصرف مقادیر زیاد الکل بصورت مستقل از بیماری رگهای خون رسان قلب سبب افزایش ریسک مرگ ناگهانی شده است این افزایش ریسک با افزایش سن و افزایش مقدار مصرفی الکل افزایش می یابد.

منابع: پیشگیری از بیماری های قلبی عروقی، سایت پزشکان، سایت ویکیپدیا، سایت آموزش سلامت و سایت تبیین تهیه کننده، طراحی و تدوین: م. بخشی مسول آموزش بیمار



آدرس: فلاورجان- خیابان طالقانی- بلوار سحر- بیمارستان امام خمینی فلاورجان- واحد آموزش بیمار

## الکل نوشیدنی مخدر

بطوری که بسیاری از علل تصادفات و مرگ های ناشی از آن به خاطر مصرف مشروبات الکلی اعلام شده است. مصرف الکل موجب تخریب کبد، مغز و قلب می شود.

### تأثيرات الکل بر سیستم قلب و عروق

#### الکل و بیماری فشارخون:

یکی از شایعترین علل فشار خون ثانویه است. افرادی که بیش از دو بطری در روز اتانول مصرف کرده اند نسبت به افراد همسن و همجنس غیر الکلی دو برابر ریسک فشار خون بیشتر است. این اثرات وابسته به دوز مصرفی بوده و غالباً در دوز بالای پنج بطری در روز دیده می شود.

#### الکل و سوخت و ساز چربی:

مصرف الکل اکسیداسیون اسیدهای چرب آزاد در کبد رامهار کرده و سبب افزایش سنتز کبدی تری گلیسیرید می شود، بنابراین مصرف الکل سبب افزایش تری گلیسیرید، چربی بد خون (LDL)، چربی خوب خون (HDL) می شود. افراد مبتلا به افزایش چربی خون باید از مصرف الکل اجتناب نمایند.

رگهای خون رسان قلب و افزایش مرگ ناشی از بیماریهای قلبی و عروقی می شود. حد اقل بخشی از این افزایش ریسک ناشی از مصرف دوز بالای الکل است که همراه با بیماری پرفشاری خون است.

#### الکل و آریتمی قلبی:

الکل یکی از عوامل شایع آریتمی قلبی است. مکانیسم

## مصرف الکل موجب تخریب کبد ، مغز و قلب می شود.

پزشکان در یک مطالعه جدید هشدار دادند که استعمال دخانیات و مصرف الکل باعث تحلیل رفتن و پیری زودرس مغز می شود. پژوهشگران علوم پزشکی در دانشگاه کالیفرنیا سانفرانسیسکو می گویند بر اساس نتایج تحقیقات جدید ، از دست رفتن توده مغز در افرادی که علاوه بر مصرف مشروبات الکلی سیگار نیز می کشند ، نسبت به افرادی که فقط به مشروبات الکلی معتادند ، بیشتر و سریعتر رخ می دهد .

این پزشکان تاکید کردند :سیگار و الکل بویژه وقتی با هم استفاده می شوند ، مشکلات جدی را برای حافظه ، توانایی مغز در تجزیه و تحلیل مسائل و نیز برای فرآیند اندیشیدن در مغز مصرف کنندگان ایجاد می کند .

در این بررسی آمده است مشکل پیری زودرس مغز با گذشت زمان در مصرف کنندگان این دو ماده مضر وخیم تر می شود .

همچنین از آنجائی که بسیاری از مصرف کنندگان مواد الکلی ، سیگار هم می کشند نمی توان به راحتی اثرات مخرب و جداگانه سیگار بر عملکرد شناختی و ادراکی مغز را مشخص کرد .

پزشکان دانشگاه « کالیفرنیا سانفرانسیسکو » شرکت کنندگان در این مطالعه را به چهار گروه تقسیم کردند که تعدادی از آنان سیگار مصرف نمی کردند ، گروهی دیگر به دنبال درمان استعمال الکل بودند و تعدادی دیگر هم سیگار می کشیدند و پس از آن توانایی ذهنی این افراد در زمینه های مختلف و تست های گوناگون ذهنی بررسی شد .نتایج این مطالعه تایید کرد که استعمال سیگار و مواد الکلی در زوال سریع عملکرد شناختی مغز موثر است .

بر اساس نتایج این تحقیق استعمال سیگار در کنار مصرف مشروبات الکلی باعث کاهش ماده خاکستری مغز شده و موجب تضعیف شناخت فرد می شود .

### الکل چیست؟

الکل اتانول از دیر زمان شناخته شده و در طبیعت تقریباً در همه جا وجود دارد. در بسیاری از انواع تخمیر، معمولاً مقداری از این الکل به وجود می آید و مقدار کمی از آن نیز در آبهای طبیعی و معدنی یافت می شود. برای تهیه الکل از شیوه های تخمیر مواد نشاسته ای و قندی و یا از شیوه های تولید مصنوعی استفاده می کنند. الکل تضعیف کننده سیستم مرکزی اعصاب است که جزو آرام بخش ها و سستی آورها طبقه بندی می شود.

### موارد مصرف الکل

الکل به عنوان ماده سوختنی و ضد عفونی کننده استفاده می شود.

### تأثیرات جسمی و روانی الکل

مصرف نوشابه های الکلی در ابتدا موجب نوعی آرامش و رها شدن از قید و بندها و سرخوشی زیاد می گردد. ولی پس از مدتی اثرات واقعی آن از جمله ناهماهنگی در حرکات عضلات، اختلال در قضاوت آسیب اعمال حرکتی و مهارتی ، کندی واکنش و پرخاشگری ، سوزش قلب، پرحرفی ، افزایش ادرار ، گرگرفتگی و بی حسی اعضای بدن می شود. پس از ۸ تا ۱۲ ساعت بعد از مصرف سردرد و تهوع ، لرزش و استفراغ بروز می کند.

مصرف الکل باعث آسیب کبد، مغز، قلب و سایر اعضای بدن از جمله از دست دادن حافظه ، فراموشی و تیرگی بینایی می شود و در نهایت مصرف زیاد آن باعث فلج شدن فعالیت های مغزی و دستگاه تنفسی و در نتیجه مرگ می گردد.

### مصرف الکل و تأثیر آن بر روابط اجتماعی

اعمال ضد اجتماعی و زوال ابعاد شخصیتی در نتیجه ی ادامه مصرف مشروبات الکلی پدیدار می شود.

### وابستگی به الکل

افزایش مقدار مصرف ان به منظور ایجاد اثر مطلوب ممکن است موجب ایجاد تحمل و وابستگی فیزیکی گردد . مصرف کنندگان مزمن یا افراد معتاد به آن ممکن است به مقدار ثابت مشروب بنوشند بدون اینکه مست شوند در این صورت یک نوع وابستگی جسمی و روانی در آنان به وجود می آید که قطع مصرف آن موجب بروز نشانه های ترک از جمله تحریک پذیری زیاد، حالات بی قراری ، عرق کردن ، بد اشتها و بی خوابی و استفراغ می شود. مصرف الکل به عنوان یکی از مواد مخدر که وابستگی جسمی و روانی ایجاد می کند بعد از سیگار بیشترین میزان مصرف را در بین جوانان به خود اختصاص داده است.

### مصرف الکل و تأثیر آن بر قدرت باروری

- ♦ مصرف مستمر این ماده در مردان باعث ضعف قوای جنسی می شود و قدرت باروری آن ها را کاهش می دهد.
- ♦ مصرف آن در زنان خصوصاً در دوران بارداری، موجب بروز اختلالات جدی و غیرطبیعی شدن نوزاد می گردد.
- ♦ زنان بارداری که در دوران بارداری الکل می نوشند کودکان غیرطبیعی با نقیصه ی ذهنی یا جسمی به دنیا می آورند.

### خطرات مصرف الکل

مصرف الکل حتی به مقدار کم آن به خصوص اگر همراه با دیگر مواد اعتیادآور باشد به مهارت رانندگی آسیب می رساند

