ИСТИНАТА ЗА АЛКОХОЛА

Алкохолът е рисков фактор за Вашето здраве. Европа е най-сериозно пиещият регион в света, като годишно 115 000 човека умират в резултат на консумацията на концентрирани спиртни напитки. Над 9 милиона деца живеят в семейства, засегнати от алкохола. В класацията сред европейските държави България се нарежда във втората десетка по консумация на спиртни напитки.

РЕЗУЛТАТЪТ Е ЯСЕН:

- АЛКОХОЛЪТ намалява работоспособността
- АЛКОХОЛЪТ носи смърт зад волана
- АЛКОХОЛЪТ води до необмислени постъпки
- АЛКОХОЛЪТ разрушава семейството
- АЛКОХОЛЪТ разрушава смисъла на живота



*"Пиещият не е свободен човек:
Той влачи най–тежкото
робство, защото робува
на най–злия господар"*

Сократ



Какво трябва да знаем?

Етиловият алкохол се получава чрез ферментация на зърната от зърнени растения, гроздов сок и др. Добитият при ферментацията алкохол може да се концентрира чрез дестилация и така се получават концентратите /ракия, уиски, джин, ром и др./ Освен етанола, спиртните напитки особено домашно произведените, съдържат и различни други алкохоли /метанол, пропанол, бутанол и др./, които имат наркотично действие и са изключително опасни за организма. Алкохолът е наркотик и носи всички присъщи на наркотиците рискове. Алкохолното съдържание на напитките се измерва в градуси, които показват обемната концентрация на алкохола в проценти /при бирата обикновено е 3-6%, при виното 10-14%, а при концентратите 40-50%/. Колкото по-висок е алкохолният градус на една напитка, толкова по-силна интоксикация предизвиква тя. Чувствителността към алкохола е различна - при някои хора увреждания могат да възникнат при малки дози, а при други - да ги няма.



Колко е "нормалното" количество алкохол, което можем да си позволим дневно?



Това е строго индивидуално и е в зависимост от разнородни фактори. Посочените стойности са само ориентировъчни и не е задължително да се приемат за "норма". Според експерти на СЗО за умерен прием на алкохол се определят до едно питие на ден за жени и две за мъже. Едно питие съдържа 15 мл абсолютен алкохол, съответстващо на една бира от 330 мл; 150 мл вино или концентрат до 40 мл.

В зависимост от продължителността на злоупотреба с алкохол настъпва остро или хронично алкохолно отравяне.

ОСТРО АЛКОХОЛНО ОТРАВЯНЕ: при приемане на алкохолни напитки или при вдишване на алкохолни пари. В първа и втора степен на отравяне настъпва психическа и двигателна възбуда, а в трета и четвърта се изпада в безсъзнание, до смърт в резултат на парализа на дихателния център.

ХРОНИЧНА АЛКОХОЛНА ИНТОКСИКАЦИЯ. Пораженията в отделните органи и системи са необратими: цироза на черния дроб, рак на устната кухина, фарингса, ларингса и хранопровода. Има доказателства за връзка с рака на стомаха, дебелото черво. По-голям е рискът за инсулт, хипертония и кардиомиопатия. Може да се увредят половата функция, нервната система и др.

Алкохолът поразява интелекта. Той намалява възможностите на паметта, снижава концентрацията на вниманието, влошава действието на мозъчните процеси.

Злоупотребата с алкохол обуславя 9,2% от общото бреме на болестите в развитите страни.

Създава големи проблеми, свързани с работно място и с производителност на труда, семейство, насилие, самоубийства, престъпления, медицинските грижи и разходи за злоупотребяващите.

Относителният дял на пътнотранспортните произшествия, поради употреба на алкохол от водачите на МПС, както и броят на ранените и загиналите при тези произшествия, постоянно се увеличава.

