

Презентация на тему: **Влияние
алкоголя на здоровье
женщины**

Актуальность темы

Проблема употребления алкоголя очень актуальна в наши дни. Сейчас потребление спиртных напитков в мире характеризуется огромными цифрами. От этого страдает все общество, особенно в последнее время возросло число женского алкоголизма!!! Вред алкоголя очевиден. Доказано, что при попадании алкоголя внутрь организма, он разносится по крови ко всем органам и неблагоприятно действует на них вплоть до разрушения. При систематическом употреблении алкоголя развивается опасная болезнь – алкоголизм.

Содержание:

Введение - Что делает алкоголь???

*Немного о действии алкоголя...

*Эффекты воздействия на ЦНС

*Механизмы развития алкогольной зависимости:

*Алкоголь гораздо губительнее влияет на женщин, чем на мужчин. Почему?

*Разница между мужчиной и женщиной

*Влияние алкоголя на организм женщины:

- внешние проявления
- сердечно-сосудистая система
- желудок, поджелудочная железа
- печень
- почки
- мозг и нервная система
- половая система

*Как алкоголь влияет на беременность

*Может ли алкоголь быть полезен?

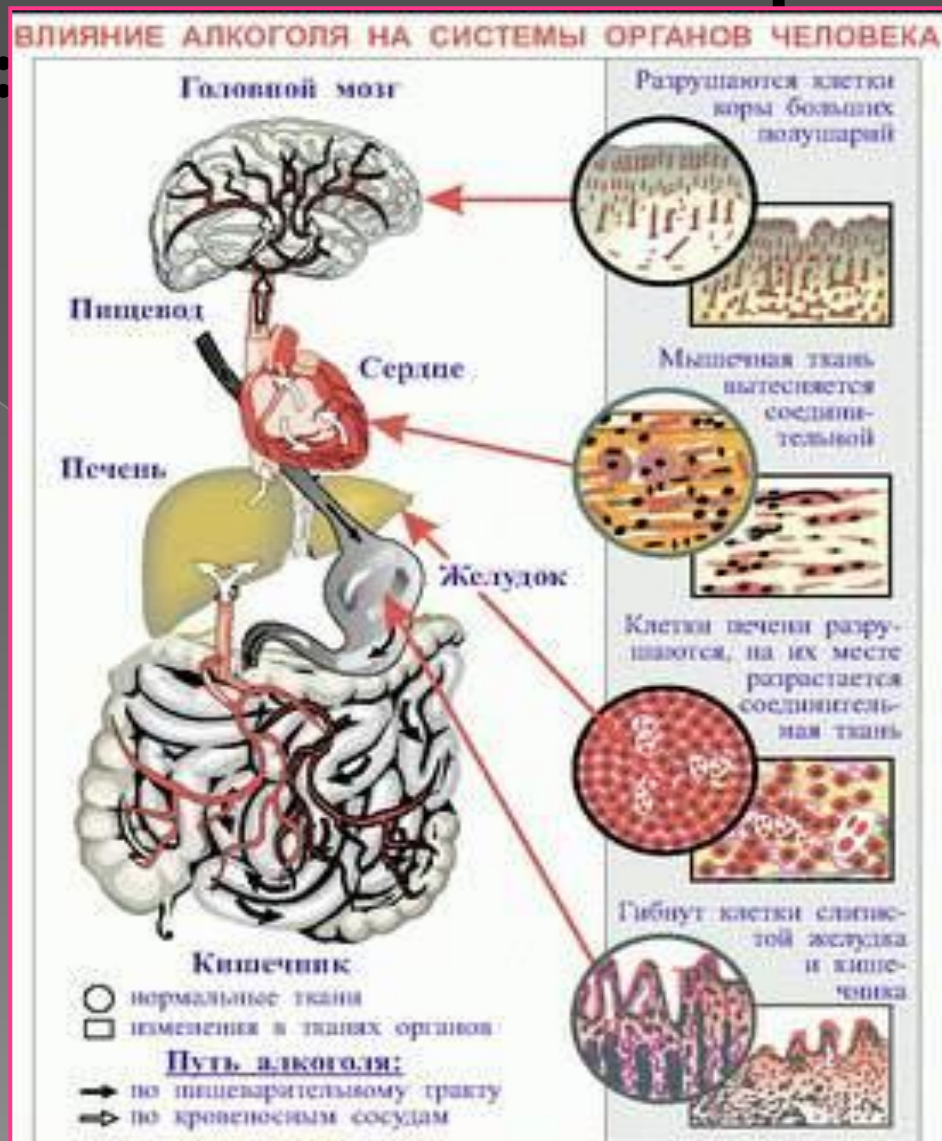
Заключение



Введение - Что делает алкоголь???

В организме алкоголь оказывает четыре основных эффекта:

- -обеспечивает организм энергией;
- -замедляет работу центральной нервной системы, снижает ее эффективность;
- -стимулирует производство мочи (вследствие этого клетки обезвоживаются);
- -выводит из строя печень

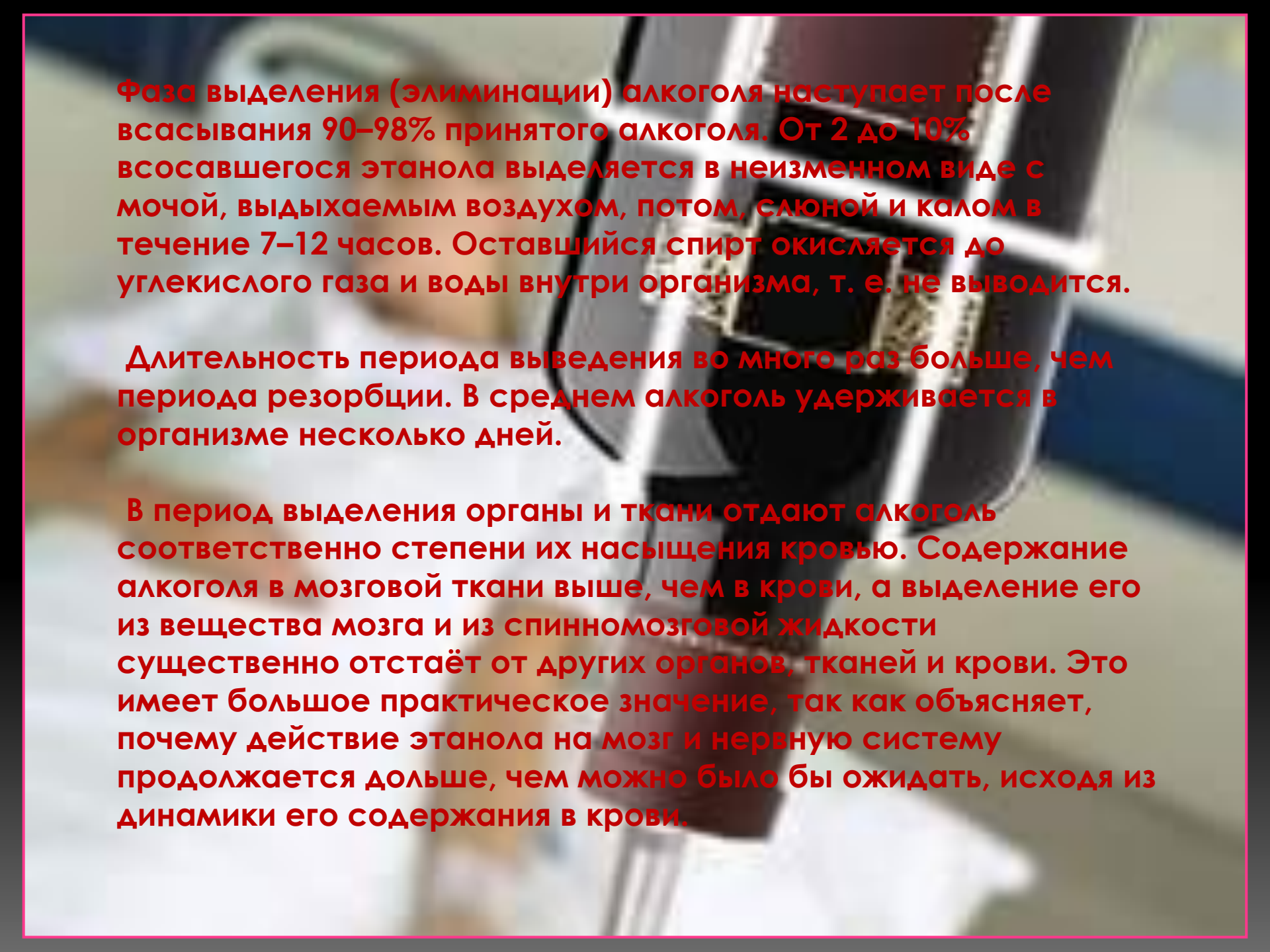


Немного о действии алкоголя...

В действии этанола на организм выделяют две фазы:

- резорбции (всасывания)
- элиминации (выведения).

Время от приёма спиртных «напитков» до момента достижения максимальной концентрации в крови составляет период резорбции. Скорость всасывания этанола в период резорбции неодинакова. Так, пока этанол находится в желудке, резорбция довольно медленная, затем, по мере его поступления в тонкую кишку скорость всасывания нарастает, а в самом конце фазы резорбции всасывание опять замедляется. Считается, что в зависимости от индивидуальных особенностей организма период всасывания может увеличиться почти в 2,5 раза (до 2–6 часов), но для каждого конкретного человека это время достаточно постоянно. В фазе резорбции насыщение этанолом органов и тканей происходит быстрее, чем его окисление и выведение, именно поэтому наблюдается повышение его концентрации в крови. Этанол распределяется в организме человека, по данным большинства исследователей, в 64% массы тела, то есть практически во всём водном пространстве организма.



Фаза выделения (элиминации) алкоголя наступает после всасывания 90–98% принятого алкоголя. От 2 до 10% всосавшегося этанола выделяется в неизменном виде с мочой, выдыхаемым воздухом, потом, слюной и калом в течение 7–12 часов. Оставшийся спирт окисляется до углекислого газа и воды внутри организма, т. е. не выводится.

Длительность периода выведения во много раз больше, чем периода резорбции. В среднем алкоголь удерживается в организме несколько дней.

В период выделения органы и ткани отдают алкоголь соответственно степени их насыщения кровью. Содержание алкоголя в мозговой ткани выше, чем в крови, а выделение его из вещества мозга и из спинномозговой жидкости существенно отстаёт от других органов, тканей и крови. Это имеет большое практическое значение, так как объясняет, почему действие этанола на мозг и нервную систему продолжается дольше, чем можно было бы ожидать, исходя из динамики его содержания в крови.

Эффекты воздействия на ЦНС:

- Выделяют две фазы действия алкоголя на ЦНС:
- 1) Фаза возбуждения, характеризуется эйфорией, ощущением бодрости и прилива сил, расторможенностью, снижением самокритичности. Во время этой фазы нарушается метаболизм нейронов Кору Головного Мозга(КГМ), снижается количество серотонина, усиливается выделение адреналина, норадреналина, дофамина, которые в эту стадию активно метаболизируются; активируется эндогенная опиоидергическая система: происходит выделение энкефалинов, эндорфинов, благодаря изменяется мироощущение человека.
- 2) Фаза угнетения, эйфория сменяется дисфорией, причиной тому снижение метаболизма норадреналина и дофамина, повышенная концентрация которых вызывает угнетение ЦНС и депрессию

Механизмы развития алкогольной зависимости:

- Механизмы развития алкогольной зависимости до настоящего времени полностью не расшифрованы. Ранее предполагалось, что формирование зависимости связано с изменением соотношений химических веществ в мозге. В снижении уровня серотонина и морфиноподобных веществ виделась основная причина возникновения абстинентного синдрома, который является пусковым стимулом для "самостимуляции" спиртным.
- Однако, в сопоставлении с клиническим опытом данная теория не полностью подтвердилась: Казалось бы с внедрением в практику фармакологических препаратов, нормализующих содержание в тканях мозга серотонина, дофамина, эндорфинов, энкефалинов и рецепторов к ним проблема лечения алкоголизма должна была бы быть решена, но как и прежде частота рецидивов заболевания остаётся высокой. Как выяснилось недавно, кроме изменения химизма мозга, происходят перестройки его электрической активности и морфологии в образованиях, относящихся к лимбической системе. И именно совокупность химических, морфологических и электрорфизических перестроек приводит к установлению стойкой алкогольной зависимости.

ЧТО АЛКОГОЛЬ ДЕЛАЕТ С ЖЕНЩИНОЙ?

Алкоголь гораздо губительнее влияет на женщин, чем на мужчин.

Почему?

Если женщина и мужчина одинакового веса выпьют одинаковое количество алкоголя, уровень алкоголя в крови женщины почти на треть превысит уровень мужчины. Разумеется, в этом случае организму женщины потребуется на треть больше времени, чтобы вывести это количество алкоголя из крови.



Разница между мужчиной и женщиной

- По сравнению с мужским организмом женский реагирует на алкоголь совсем по-другому, и обязательно нужно знать об этих различиях.
- Обычно женщины меньше мужчин, поэтому у женского организма переносимость алкоголя ниже, чем у мужского.
- По сравнению с мужчинами, женское тело содержит примерно на 10% больше жира и меньше жидкости, поэтому в женском организме выше концентрация выпитого алкоголя.
- Печень женщин производит меньше расщепляющего алкоголь фермента дегидрогеназы, чем мужская печень. Это значит, что женщины не только быстрее пьянеют, но и дольше находятся под влиянием алкоголя.
- Печень здорового молодого мужчины способна удалить из организма одну единицу алкоголя примерно за один час. Как правило, печени здоровой молодой женщины для этого требуется больше времени.
- Поэтому дозы алкоголя с низким уровнем риска для женщин меньше, чем для мужчин.

Влияние алкоголя на организм женщины:

внешние проявления

- У молодых женщин и особенно у девушек внешний вред алкоголя явно проявляется на коже. Алкогольные напитки даже самые некрепкие обладают выраженным мочегонным эффектом, из-за этого организм обезвоживается, коже становится сухой – «сморщивается». Медицинский факт – при злоупотреблении всегда наблюдается проблема сухой кожи. Последствия известны - преждевременное старение, появление новых морщинок, увеличение в размерах уже имеющихся.
 - Регулярная выпивка, вызывает ускоренное старение дополнительно тем, что алкоголь в организме женщины, да и мужчины тоже сокращает содержание запасов витаминов С и Е, которые способствуют сохранности коллагена – белка, поддерживающего эластичность кожи.
- Как это проявляется и выглядят? Контур лица расплывается, появляются участки с обвисающей кожей. Под влиянием алкоголя у кожи ухудшается способность к регенерации, то есть повреждения и проблемные участки восстанавливаются значительно дольше.

Сердечно-сосудистая система

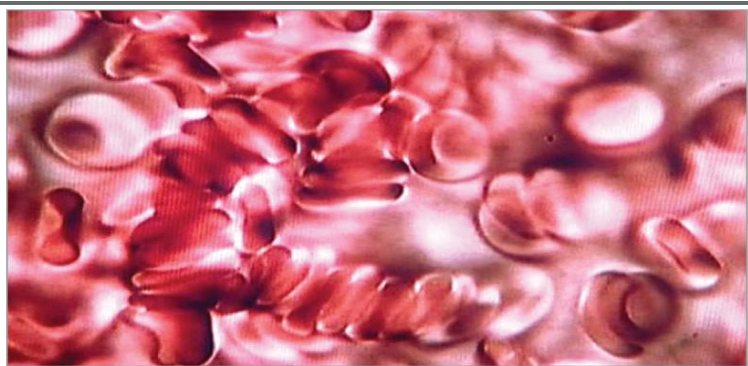
Как только алкоголь попадает в кровь, он с достаточно высокой скоростью распространяется во всей водной среде организма, во всех органах и системах. Особенно быстро там, где много кровеносных сосудов. Затем, когда большая часть алкоголя попала в организм,

начинается активный процесс его выведения. От 2 до 10% выводится в неизменном виде. Остальное окисляется внутри организма — на 90–98% в печени, на 2–10% в других тканях и органах. По мере окисления концентрация алкоголя в организме уменьшается. При этом некоторые органы и системы могут «удерживать» молекулы алкоголя дольше, чем кровь — например, мозг, половая система.

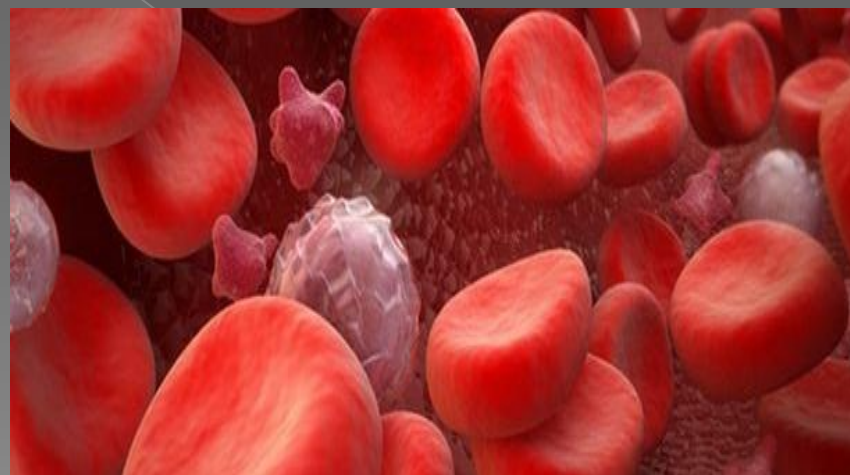
Чем дольше он там находится, тем сильнее пагубные разрушительные последствия.



Через некоторое время после того, как алкоголь через желудок и кишечник попадает в кровь, начинается разрушение эритроцитов. Происходит так называемый гемолиз: распад эритроцитов из-за разрыва их мембран. Вместо активных эритроцитов остаётся месиво из кровавых комков. Лопнувшие, деформированные красные кровяные тельца. Выход гемоглобина, то есть содержимого эритроцитов, в плазму... Естественно, при этом эритроциты уже не могут выполнять свою функцию.



Так выглядят слипшиеся эритроциты в крови



Желудок, поджелудочная железа

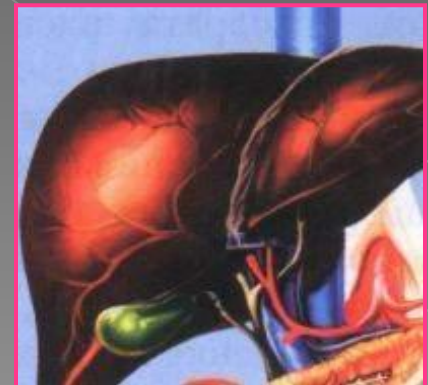
- При попадании алкоголя в организм первыми страдают пищевод и желудок. И чем крепче алкогольные изделия, тем тяжелее повреждения.
- Алкоголь подавляет выделение пищеварительных ферментов поджелудочной железы, что препятствует расщеплению питательных веществ на молекулы, пригодные для питания клеток организма. Повреждая клетки внутренней поверхности желудка и поджелудочной железы, алкоголь (особенно при употреблении крепких алкогольных изделий) угнетает процесс всасывания питательных веществ, а перенос некоторых из них в кровь делает вообще невозможным. Например, вследствие недостаточности в организме соли фолиевой кислоты изменяются клетки, устилающие тонкую кишку, которые должны обеспечивать всасывание в кровь глюкозы, натрия, а также самой соли фолиевой кислоты и других питательных веществ.
- При регулярном приеме даже небольших доз алкоголя железы, расположенные в стенке желудка и вырабатывающие желудочный сок, под влиянием алкогольного раздражения сначала выделяют много слизи, а затем атрофируются. Пищеварение в желудке становится неполноценным, пища застаивается или, не переваренная, поступает в кишечник. Возникает гастрит, который, если не устранить его причину и серьезно не лечить, может перейти в рак желудка.



Печень

- В печени происходит окисление 90–98% этанола до ацетальдегида — очень опасного и токсичного вещества. Затем ацетальдегид окисляется до уксусной кислоты, которая далее расщепляется до воды и углекислого газа. В других органах и системах также возможно «переваривание» алкоголя, но в значительно меньших количествах, чем в печени.
- Проходя через печёночный барьер, продукты распада этилового спирта отрицательно влияют на печёночные клетки, которые под влиянием их разрушительного действия погибают. На их месте образуется соединительная ткань, или попросту рубец, не выполняющий печёночной функции.

Уменьшается способность печени сохранять витамин А, наблюдаются другие нарушения обмена веществ.



Почки

Роль почек в организме очень важна. Они выполняют роль фильтра и выводят из организма большую часть отработанных продуктов жизнедеятельности, и являются главным органом мочевыделительной системы. Токсины получающиеся вследствие переработки алкоголя печенью, перед тем как выйти из организма, проходят через почки.



Патогенное воздействие алкоголя на почки

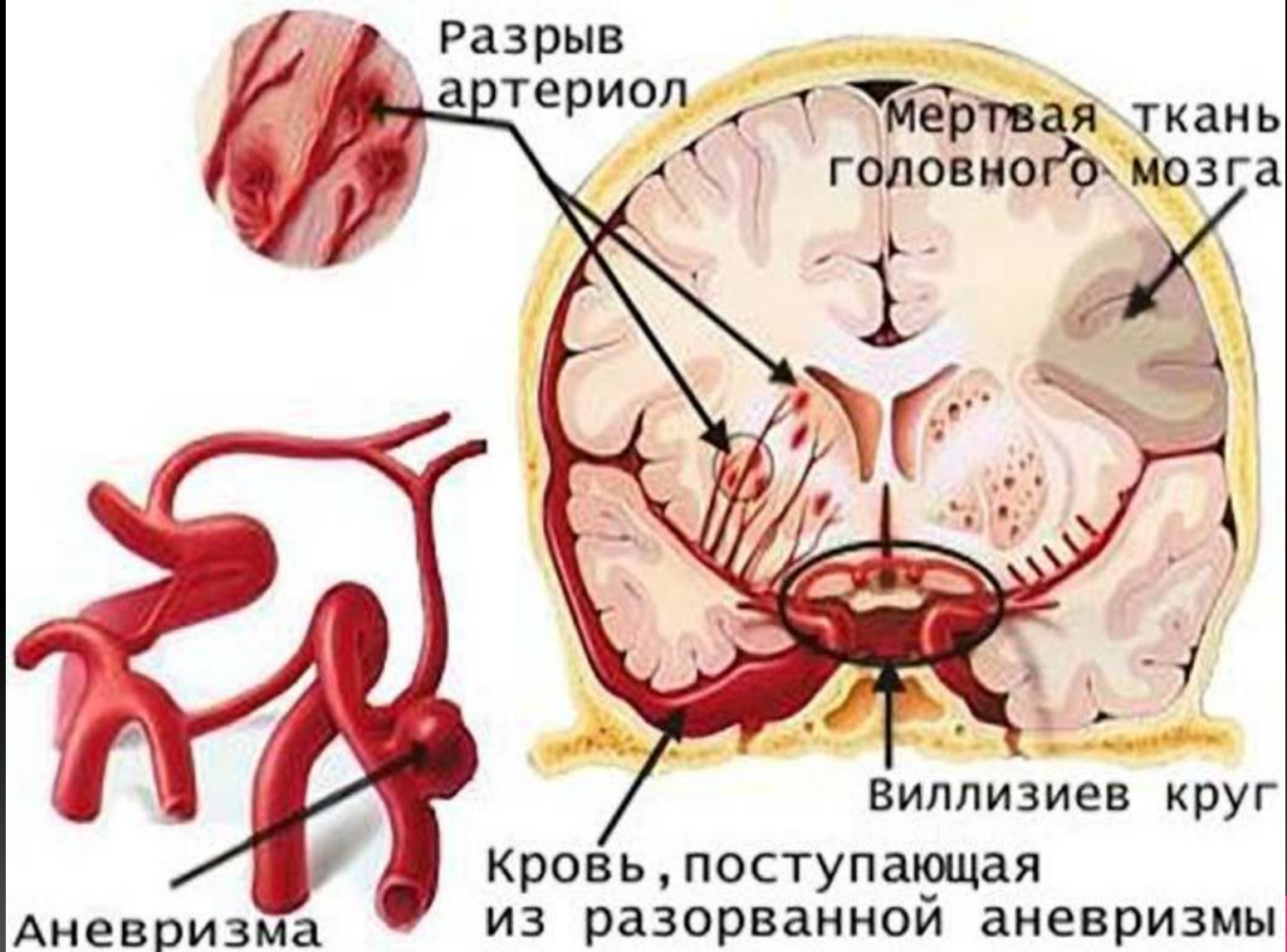
доказано. Выделяются следующие формы поражения почек при употреблении алкоголя: появление протеинурии и патологического осадка мочи при однократных приемах алкоголя; дистрофию почек при длительном и массивном приеме этилового спирта; развитие острой почечной недостаточности при алкогольном делирии и абстиненции; возникновение миоглобинурии и острой почечной недостаточности при алкогольном поражении поперечнополосатой мускулатуры (алкогольная миопатия); утяжеление течения хронических гломерулонефритов и пиелонефритов под влиянием алкоголя.

...

- Влияние алкоголя сопровождается постоянной интоксикацией почек, а со временем снижает их функции, что ведет к недостаточному выводу из организма остаточных продуктов жизнедеятельности, в итоге происходит отравление организма, снижение иммунитета, появляется благоприятная среда для размножения вирусов и появлению многих болезней, которые обычно даже не связывают с ухудшением работы почек. Кроме того, происходит подрыв работы всей мочевыделительной системы, появляется риск возникновения камней в почках, и злокачественных опухолей, которые можно удалить только путем хирургического вмешательства, а во многих случаях опухоли диагностируются уже на стадии когда их удаление не возможно, что неизбежно ведет к потери почки либо к смертельному исходу.

Мозг и нервная система

- Так как этиловый спирт хорошо растворим в воде, его поступление в органы и ткани тем выше, чем лучше их обеспечение кровью. В частности, из-за богатого кровоснабжения мозга насыщение этанолом мозговой ткани идёт быстрее, и концентрация в ней оказывается выше, чем в других органах.
- Гематоэнцефалический барьер — физиологический механизм, который защищает мозг от проникновения чужеродных веществ, введённых в кровь — легко пропускает этанол. Вероятно, с этим и связана высокая токсичность алкоголя в отношении мозговой ткани.



Половая система

У женщин наблюдаются расстройства регулярности менструального цикла. Из-за токсического действия на надпочечники, алкоголь ингибирует выработку в них андрогенов, обуславливающих половое влечение, расплата за злоупотребление - снижение либидо, а в далеко зашедших случаях возможно развитие вторичной фригидности. При приёме спиртных напитков во время беременности обнаруживаются терратогенные свойства, возможно формирование у будущего ребёнка генетически детерминированной наследственной склонности к алкоголизму.

Алкоголь, отрицательно сказываясь на здоровье женщины, нарушает нормальное функционирование ее половых органов

Репродуктивные вопросы включают в себя нежелательную беременность, фетальный алкогольный синдром, низкий вес ребенка при рождении и врожденные пороки развития.

**Будущим мамам
следует
задуматься!!!**





ЖАЛЬ...

что мам не выбирают

Ещё в конце прошлого века французский врач Демме, изучая потомство семей алкоголиков, установил, что почти 50% их детей погибли в раннем детстве, а из оставшихся 10% страдали эпилепсией и водянкой головы, 12% росли идиотами и только 10% были здоровы.

Женщина, употребляющая спиртное... Это уже само по себе бедствие. Недаром в народе говорится: «Муж пьёт — полдома горит, жена пьёт — весь дом горит». Но как себя чувствует мать, зная, что её ребенок родился неполноценным по её вине? — Мать после этого всю жизнь мучается.

Женщине нельзя пить ни грамма спиртного!!! Исключений быть не должно! Это как закон! Женщина, готовящаяся стать матерью, не может не знать, что в начале своего развития плод ещё не имеет самостоятельного кровообращения и что при приёме любых доз алкоголя концентрация его в крови матери и плода одинакова.



Как алкоголь влияет на беременность

- ◉ В настоящее время, согласно подсчетам американских исследователей, при дневном употреблении матерью 150 мл чистого спирта в 1/3 случаев рождаются дети с алкогольным синдромом плода, в 1/3 — с плодным алкогольным эффектом, в 1/3 — нормальные



...

- **Алкогольный синдром плода** — одна из главных причин врожденной задержки умственного развития. Такие дети страдают стойким снижением интеллекта, социальная адаптация их ограничена. Хотя в будущем они и могут иметь своих детей. А если они при этом будут воздерживаться от алкоголя, то их дети могут родиться здоровыми. То же самое касается и матерей, родивших ребенка с **алкогольным синдромом плода**: если при последующих беременностях они будут соблюдать «сухой закон», то могут родить здоровых детей. Но для этого им нужно отказаться от любых алкогольных напитков и не употреблять алкоголь даже в самых малых количествах, так как у лиц, в прошлом злоупотреблявших спиртным, понижается толерантность (устойчивость) к алкоголю.

По данным исследований американских ученых, компонентами FAS — алкогольного синдрома плода являются:

низкая масса тела при рождении;

нарушение физического развития: непропорциональное телосложение, малый или, наоборот, слишком высокий рост и/или вес;

аномалии развития челюстно-лицевой области:

гипоплазия (недоразвитие) скуловой дуги, нижней челюсти; укороченная верхняя губа, спинка носа; узкие глазные щели;

патология нервной системы: микроцефалия — недоразвитие мозга или отдельных его частей, приводит к некоторым неврологическим и интеллектуальным расстройствам;

"spina bifida" — «открытая спина», неполное заращение спинномозгового канала;

многочисленные аномалии развития органов, наиболее часто встречаются пороки развития сердца, наружных половых органов и суставов.



...

- У женщин одним из характерных последствий алкоголизма является неспособность вскармливать детей грудью. По наблюдениям специалистов, этот порок встречается у 30–40% женщин, регулярно потреблявших алкоголь.
- Значительное влияние оказывают спиртные напитки и на детородную функцию. Во-первых, алкоголизм приводит к раннему старению. Пьющая женщина выглядит старше, а алкоголичка к 40 годам превращается в старуху.



Может ли алкоголь быть полезен?

В ходе многочисленных исследований было доказано и положительное влияние алкоголя на организм человека. Безусловно, оно возможно только в случае употребления алкоголя в малых количествах.

Так, красное вино укрепляет иммунитет, служит хорошей профилактикой атеросклероза, нормализует обмен веществ в организме, выводит из него токсины и шлаки. Белое вино и шампанское хороши для ослабленной сердечной системы. Глинтвейн поддержит организм при простудных заболеваниях, бронхите, воспалении легких. Употребление пива поможет снизить риск возникновения заболеваний сердечно-сосудистой системы, рака, болезней Паркинсона и Альцгеймера, замедляет процессы старения. И даже водка может быть полезной – она снижает уровень холестерина в крови.

При каких же условиях влияние алкоголя на здоровье будет позитивным? Ученые вывели нормы, придерживаясь которых, спиртное можно употреблять без вреда (и даже наоборот – с пользой) для здоровья.

Для женщин – 10г.





Неоднократно приходилось слушать мнение, что женский алкоголизм неизлечим. Звучит как смертельный приговор. У женщин шансов избавиться от алкогольной зависимости ничуть не меньше, чем у мужчин. Женский алкоголизм, как и мужской лечатся одинаковым способом: путем полного отказа от алкоголя и перестройкой сознания.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ

