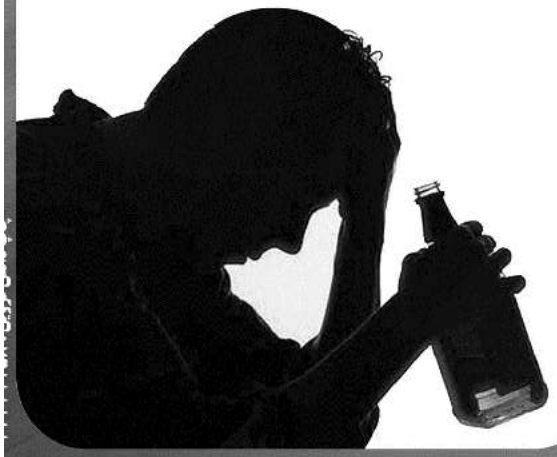
دانشگاه علوم پزشکی
و خدمات بهداشتی و درمانی استان قزوین

مرکز آموزشی درمانی بوعلی سینا

خطرات مصرف الکل

تهیه و تنظیم : دفتر بهبود کیفیت بیمارستان بوعلی سینا



امام صادق(ع) می فرمایند:(خداوند برهمه گناهان وکارهای زشت و پلید قفلی گذارده که کلید آن خوردن شراب است.) وسایل الشیعه ج ۱۷ص۲۵۱



سوء تغذیه بامصرف الکل:

۱- بامصرف الکل؛ ویتامینها ومواد معدنی ازجمله ویتامینهای B ، C منیزیم،کلیسم،روی وپتاسیم با دفع ادرار،ازبدن خارج میشوند.

۲- باادامه مصرف الکل سلولهای کبد قادر به استفاده از ویتامین D مورد نیاز برای سلامتی استخوانها،دندانها نیستند.

۳-تاری دید واختلال در بینایی هنگام شب در اثر کمبود ویتامین A ایجاد می گردد.

٤- کم خونی ، خستگی ، تمرکز ضعیف سستی و بیحالی باکمبود ویتامین B۶ و اسیدفولیک ایجاد میگردد.

۵- الکل ذخایر ویتامین B۱ بدن راکاهش میدهد.کمبود این ویتامین با اختلالات عصبی وبیماریهای عروقی مرتبط می باشد.

۶- مصرف بیش از حد الکل میتواند سبب کاهش هوشیاری وذهن شود.

الکل به علت تضعیف سیستم اعصاب مرکزی سبب ایجاد سستی دربدن شده وجزو آرامبخشها طبقه بندی می شود. سوء مصرف آن ، مشکلات زیادی به همراه دارد.

الکلیسم :

الکیسم عبارت است از وابستگی جسمی و روانی به الکل،که سبب بروز مشکلاتی در روابط اجتماعی ، خانوادگی ، شغلی وبیماریهای مزمن می شود.

علل ایجاد اعتیاد به الکل:

هنوز به طور کامل مشخص نشده اند ،اما موارد زیر را میتوان ذکر کرد:

عوامل شخصیتی:به خصوص وابسته بودن عصبانیت ، جنون و سرخوشی ، افسردگی

تاثیرات خانوادگی : مانند اعتیاد به الکل والدین یا طلاق آنها عوامل ارثی ، فرهنگ شدن مصرف الکل درجامعه ،بروز اختلالات شیمیایی دربدن

علایم شایع:

مراحل اولیه:

-بی خوابی یا خواب پریشان

-بروز سردرد در مصرف زیاد الکل و عدم تحمل فرد نسبت به عوامل استرس زا

-بروز یک حالت ناخوشایندو سردرد صبح روز بعد از مصرف زیاد الکل و نیز بیشتر شدن موارد غیبت وحاضر نشدن سرکار

-داشتن روحیه آسیب پذیر در روابط اجتماعی وبین فردی

-مراحل پیشرفته:

-اختلال در رشته های عصبی دست و پا ،بی حسی دست ها و پاها ،گیجی،کما

-داشتن حالتی نظیر لرزش ،توهم،تعرق زیاد،تپش قلب

-بروز بیماری های کبدی و زرد شدن قسمت سفیدی چشم

-کاهش حافظه

بهتر است بدانیم که:

کبد بزرگترین عضو بدن ماست.یکی از بزرگترین نقش های کبد مبارزه با عفونت وتجزیه غذاهاست.

هرساله یک چهارم از مرگ هایی که به علت اختلال کبد اتفاق می افتد ناشی از مصرف الکل است .مصرف الکل باعث آسیب رساندن به سلول های کبدی یا تاز بین بردن آنها می شود وباعث بروز بیماری کبد چرب هپاتیت الکی و سیروز الکی می شود .

اثرات بلند مدت مصرف الکل:

-تغییر شخصیت

-ازدست دادن حافظه

-مشکلات مالی وخانوادگی

-اسهال وسوء تغذیه

-رفتارخشونت آمیز ، اضطراب و افسردگی

-سرطان سینه،حنجره،لب ومری

-آسیب به کبد،سیروز کبدی

-کم خونی

-بی میلی جنسی

-زخم معده

-فشارخون بالا وسکته قلبی

-خودکشی

-سقط جنین وناباروری

