

โทษ และ พิษภัย

ของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ต่อสุขภาพ

เมื่อแอลกอฮอล์เข้าสู่ร่างกาย



• แอลกอฮอล์ประมาณ ร้อยละ 10 – 20 จะถูกดูดซึมจาก **กระเพาะอาหาร**



• แอลกอฮอล์ที่เหลือ ร้อยละ 80 – 90 ถูกดูดซึมผ่านลำไส้เล็ก และเข้าสู่กระแสเลือด



• ซึ่งจะสามารถตรวจพบ แอลกอฮอล์ในเลือดได้ ภายในเวลาเพียง 5 นาที หลังจากเริ่มดื่ม

• ก่อนจะส่งต่อไปยังเซลล์ เนื้อเยื่อ ของเหลว ทุกแห่งในร่างกาย และอวัยวะต่างๆ และส่งผลต่ออวัยวะต่างๆ ทั่วร่างกาย

ระดับแอลกอฮอล์ในเลือด



จะขึ้นกับอัตราการดูดซึมและ ปริมาณแอลกอฮอล์ที่ดื่มเข้าไป โดยทั่วไประดับแอลกอฮอล์ในเลือด จะขึ้นสู่ระดับสูงสุดในเวลา 30 – 90 นาที ขึ้นกับอายุ เพศ และลักษณะ ทางพันธุกรรมของผู้ดื่ม

เมื่อดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในปริมาณเท่ากัน พบว่า



คนอ้วนเตี้ย จะมีระดับ แอลกอฮอล์ในเลือด สูงกว่า คนผอมสูง

เนื่องจากคนอ้วน มีไขมันมากกว่า คนผอม แอลกอฮอล์จึงคงอยู่ในเนื้อเยื่อไขมันมากกว่า



ผู้หญิง มาเร็วกว่า ผู้ชาย

เนื่องจากผู้หญิง มีปริมาณไขมันมากกว่า แต่มีพื้นที่น้ำ น้อยกว่าผู้ชาย

การดื่มแอลกอฮอล์ ในขณะท้องว่าง ทำให้เมาเร็ว



สมองและระบบประสาท

- การทำงานของระบบประสาทส่วนกลาง
- หากดื่มยาวนาน จะทำให้เซลล์สมองขยายตัว เกิดอาการที่เรียกว่า **สมองบวม**

ผิวหนังและหลอดเลือด

- หลอดเลือดจะขยายตัว ทำให้หน้าแดง ตัวแดง
- บางคนอาจมีอาการเส้นเลือดหดตัว ทำให้หน้าซีด ซึ่งมีอันตรายต่อชีวิตมากกว่า

ตับ

- ตับเป็นอวัยวะที่ได้รับพิษจากแอลกอฮอล์มากที่สุด
- เซลล์ตับที่ถูกทำลายจะมีไขมันเข้าไปแทนที่นำไปสู่อาการ **ตับอักเสบ** และนำไปสู่ **"ตับแข็ง"**

ระบบอื่น ๆ ของร่างกาย

- **เพิ่มความเสี่ยง** ต่อการเกิด
- โรคความดันโลหิตสูง
- โรคไขมันในเลือดสูง
- โรคกล้ามเนื้อหัวใจตายหรือเส้นเลือดในสมองอุดตัน
- เกิดเลือดต่ำ เบื่อเลือดขาวต่ำ เบื่อเลือดแดงต่ำ และโรคโลหิตจาง
- เพิ่มความเสี่ยงต่อโรคเนื้องอก
- อวัยวะต่างๆ เสื่อมเร็วขึ้น จึงแก่เร็ว

ช่องปากและลำคอ

เกิดอาการระคายเคืองในช่องปากและลำคอ อย่างที่เรียกกันว่า **"เหล้าบาดคอ"**

หัวใจ

• หัวใจจะถูกกระตุ้นให้สูบฉีดโลหิตเร็วขึ้น ทำงานหนักขึ้น เกิด **โรคหัวใจโต** มีอาการ หัวใจวายหรือหัวใจล้มเหลวตามมาในที่สุด

กระเพาะอาหาร

• โรคที่พบบ่อยในหมู่ผู้ดื่ม คือ **กระเพาะอักเสบเรื้อรัง** เมื่อดื่มจัดติดต่อกันเป็นเวลานานจะทำให้มี **เลือดออกในกระเพาะอาหาร** อาจเจ็บเป็นสีดำ อุจจาระดำ



เซลล์

• เซลล์ทุกเซลล์จะทำงานไวขึ้นกว่าปกติจนเกินความจำเป็น ทำให้การทำงานของอวัยวะแปรปรวน ทุกสิ่งของแอลกอฮอล์ จะลดการทำงานของเซลล์ และทำลายเซลล์ไปในที่สุด

