



Dlouhodobé nadužívání alkoholu nepoškozuje jen játra, ale způsobuje i poškození dalších orgánů a orgánových systémů, mezi něž patří například mozek a periferní nervy, srdce a dokonce pití ovlivňuje i vznik některých druhů rakovin.

### Účinky alkoholu bezprostředně po požití

Alkohol napodobuje účinek mnoha drog. Působí podobně jako kokain a amfetaminy. Tím vyvolává pocity vzrušení. Současně vyvolává pocity podobné při užití Valia a jiné zklidňující léky. Tím způsobuje odstranění zábran a úzkost. Napodobuje anestetika (např. ether) a tím poruší spojení mezi tělem a myslí. Je to zrada - člověk se cítí sebejistě, ale přitom je neschopný akce.

### Likvidace alkoholu v těle

Alkohol je velmi dobře sliznicemi přijímán (absorbován) do krevního oběhu - v dutině ústní (minimum), žaludku, střevě, též při podání konečníkem, a při aplikaci na kůži (u novorozenců může způsobit těžkou intoxikaci vedoucí až ke smrti!). Velmi dobře je absorbován z plic (dýchání inhalačních par alkoholu). Určité velmi malé množství alkoholu tělo vytváří samo a to asi 0,04 promile fermentací potravin přirozenou střevní mikroflorou.

Alkohol zpracován alkoholdehydrogenázou (detoxikační enzym) > acetaldehyd zpracován na kyselinu octovou. Většina alkoholu však dojde do střeva. Odtud velmi snadně (díky tomu, že ethanol malá a dobře prostupná molekula) přestupuje do krevního oběhu.

Málokdo ví, že nevolnost při pití nezpůsobuje alkohol, ale jeho produkt acetaldehyd! Čím více pijeme, tím více se ho vytváří a tím je větší nevolnost.

Tato chemikálie se rychleji vytváří u asiátů a proto je mezi nimi méně alkoholiků.

### Dlouhodobé účinky alkoholu na mozek

Pomocí počítačové tomografie a magnetické rezonance se podařilo opakovaně prokázat, že abuzéři ("nadužívači") a alkoholici mají nejvíce postiženou a zmenšenou čelní (frontální) oblast mozku.

U dlouholetých pijáků jde o zánik až 20% neuronů (nervových buněk) této oblasti!. Proces je částečně vratný - mozek se při dlouhodobé či doživotní abstinenci má schopnost částečně

zvětšit, odumřelé neurony však již nikdy nevzniknou znovu, protože po narození člověka schopnost novotvorby neuronů velmi rychle zaniká.

Bylo dále zjištěno, že alkohol ovlivňuje v jedné části mozku zvané hypotalamus určitou jeho oblast, která je zodpovědná za pocit žídně. Díky tomu mají alkoholici častěji a dříve žízeň.

Poškození periferních nervových buněk (tedy buněk mimo mozek a míchu) a především jejich zánik se projevuje mravenčením, brněním, ve finální fázi až bolestí končetin. V neurologii toto nazýváme neuropatická bolest. Neuropatická bolest se vyskytuje i např. u cukrovky nebo dalších metabolických onemocnění.

Při důsledné alkoholové abstinenci je částečná schopnost nápravy mentálních funkcí do jisté míry možná. Mozek využije do té doby nepoužívané neurony a tyto přeberou funkce neuronů již odumřelých. Kompenzace však již nikdy není stoprocentní.

### Alkohol a epilepsie

Pití alkoholu je velmi často spouštěcím momentem pro neurologické onemocnění nervového systému zvané epilepsie. Někdy se vyskytujeme s prvními epileptickými záchvaty při alkoholové abstinenci. U alkoholiků jsou častější tzv. velké nebo též generalizované epileptické záchvaty (po novu generalizovaný tonicko-klonický stav, postaru záchvat grand mal). Mnohem vzácnější jsou malé parciální záchvaty (které byly v minulosti nazývány jako petit mal).

### Vedlejší (sekundární) diagnózy u osob dlouhodobě nadužívajících alkohol:

- nadměrné zatížení jater s následnou **jaterní cirhózou** (vazivová přestavba jater), zvětšení jater, pití je důležitým rizikovým faktorem rakoviny jater
- při poškození jater současné selhání ledvin jako **hepatorenální syndrom**
- u žen holdujících alkoholu byl prokázán **častější výskyt rakoviny prsu**
- při poškození jater může vzniknout **gynekomastie (zvětšení prsů muže)** v důsledku poruchy likvidace přirozeně se vyskytujících ženských pohlavních hormonů v mužském organismu
- **postížení slinivky břišní** (chronický nebo akutní zánět, pití je důležitým rizikovým faktorem pro vznik rakoviny slinivky břišní)
- vysoký krevní tlak (hypertenze)
- **srdeční choroby, zvětšení srdce (dilatační kardiomyopatie)** - "zvětšení" srdce při opakovaném velkém objemu tekutiny v těle a tím i krve, hlavně u pivařů
- **cévní mozková příhoda** - častěji krvácivá (mrtvice)
- **poruchy srážení krve v důsledku nedostatku srážecích faktorů** (které tvoří játra)
- **rakovina dutiny ústní, jazyka hltanu, hrtanu a jícnu, obzvláště při současném kouření** nebo požívání nekvalitních alkoholických nápojů

- **nádory jiných oblastí než styčných s alkoholem** - uvažuje se nad celkovým útlumem imunity a zvýšené aktivaci některých karcinogenů enzymatickými systémy
- **podvýživa**
- **dyspepsie** (nejrůznější druhy trávicích poruch a nevolností)
- **záněty žaludeční sliznice** - gastritidy
- **snížení schopnosti absorbovat výživné látky** ze stravy střešní stěnou (malabsorbce)
- častější výskyt **impotence**
- **neuropatie (poškození nervů)** z dlouhodobého nedostatku vitamínů řady B, který má nejdůležitější vliv na činnost nervového systému
  - hepatocerebrální syndrom
  - **častější poranění** - osoby holdující pití alkoholických nápojů častěji padají a mají úrazy vzniklé v době opilosti

*Na tomto místě je vhodné si připomenout, že játra jsou nepostradatelnou chemickou továrnou organismu. Bez nich nelze žít. Při zásadním poškození jater z pití se jejich procentuelní funkčnost postupně snižuje. V kritických hodnotách může dojít k jaternímu selhání s úmrtím. Řešením je v tuto chvíli jen transplantace jater, která však často pro celkovou devastaci organismu již není indikována.*

### **Časté sekundární psychiatrické diagnózy spjaté s alkoholismem:**

- deprese
- panická úzkostná porucha
- obsese
- někdy se alkoholismus "přesmykne" do mentální anorexie

### **Kladné účinky alkoholu:**

Ale abychom alkohol jen nehanili, tvrdí se, že alkohol "dělá dobře na srdce." Kladný vliv je přisuzován vínu, které v sobě obsahuje látky zvané **fenoly**. Ty mají vliv na **hladinu cholesterolu v krevní plazmě**

. Obecně ale tento vliv mají i ostatní ovocené šťávy a proto pro snížení cholesterolu není nutné pít alkoholické nápoje.

Alkohol napodobuje účinek mnoha drog. Působí podobně jako kokain a amfetaminy. Tím vyvolává pocity vzrušení. Současně vyvolává pocity podobné při užití Valia a jiné zklidňující léky

. Tím způsobuje odstranění zábran a úzkost. Napodobuje anestetika (např. ether) a tím poruší spojení mezi tělem a myslí. Je to zrada - člověk se cítí sebejistě, ale přitom je neschopný akce.