



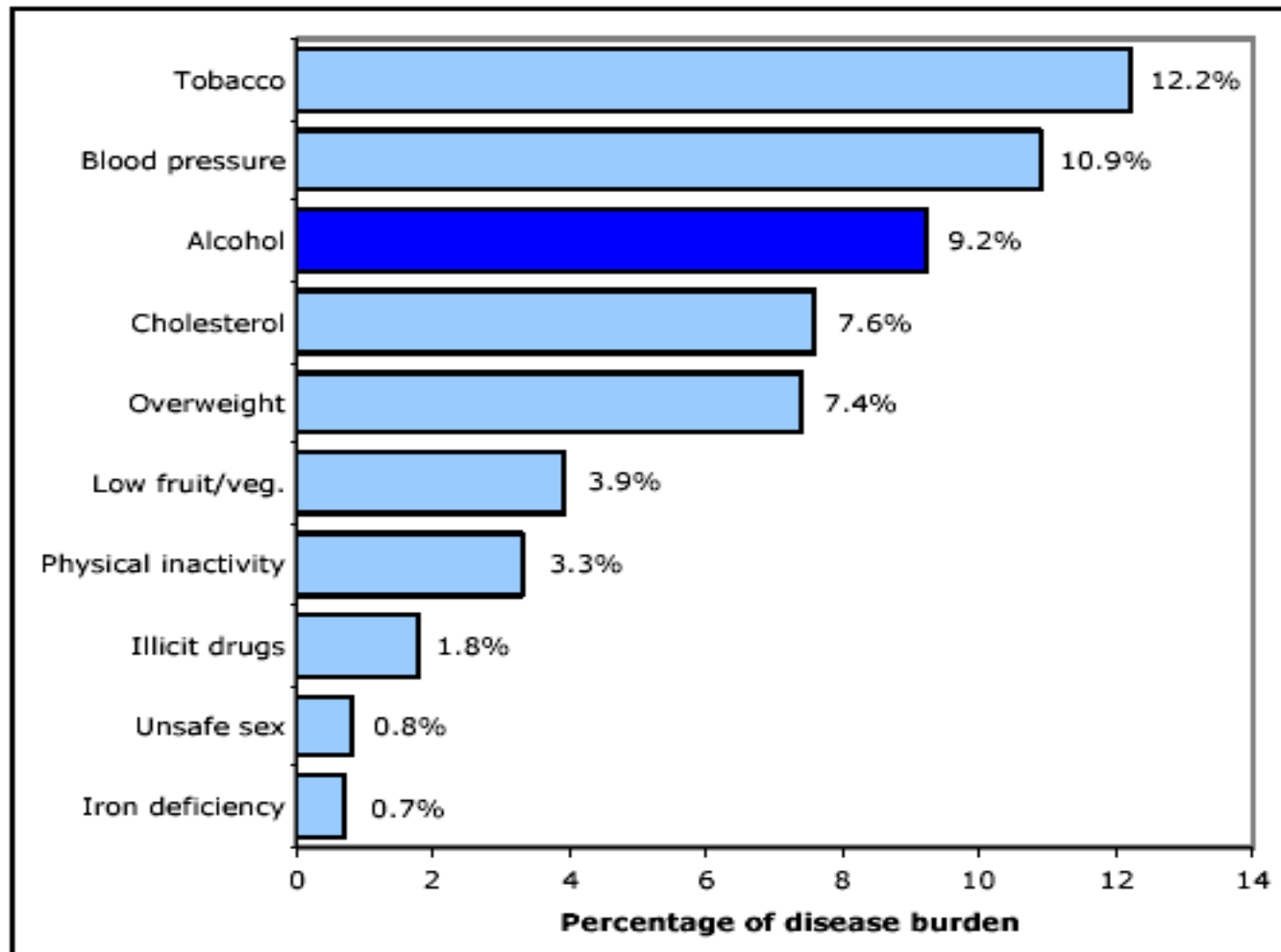
Το αλκοόλ στον ανθρώπινο οργανισμό



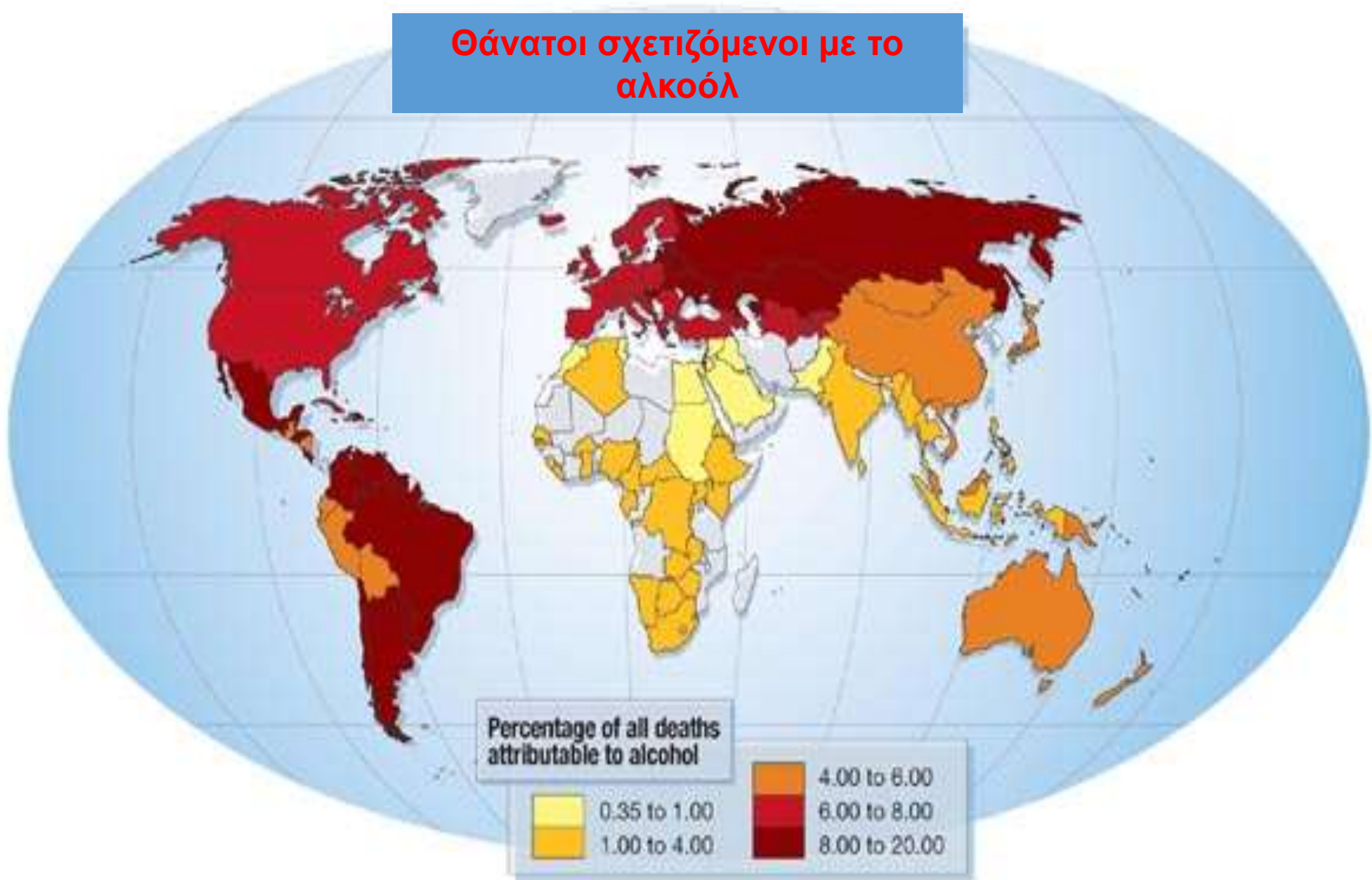


Οι 10 κυριότεροι παράγοντες κινδύνου για εκδήλωση νόσου στις αναπτυγμένες χώρες

MAJOR BURDEN OF DISEASE – LEADING 10 SELECTED RISK FACTORS IN DEVELOPED COUNTRIES, 2000



Θάνατοι σχετιζόμενοι με το αλκοόλ



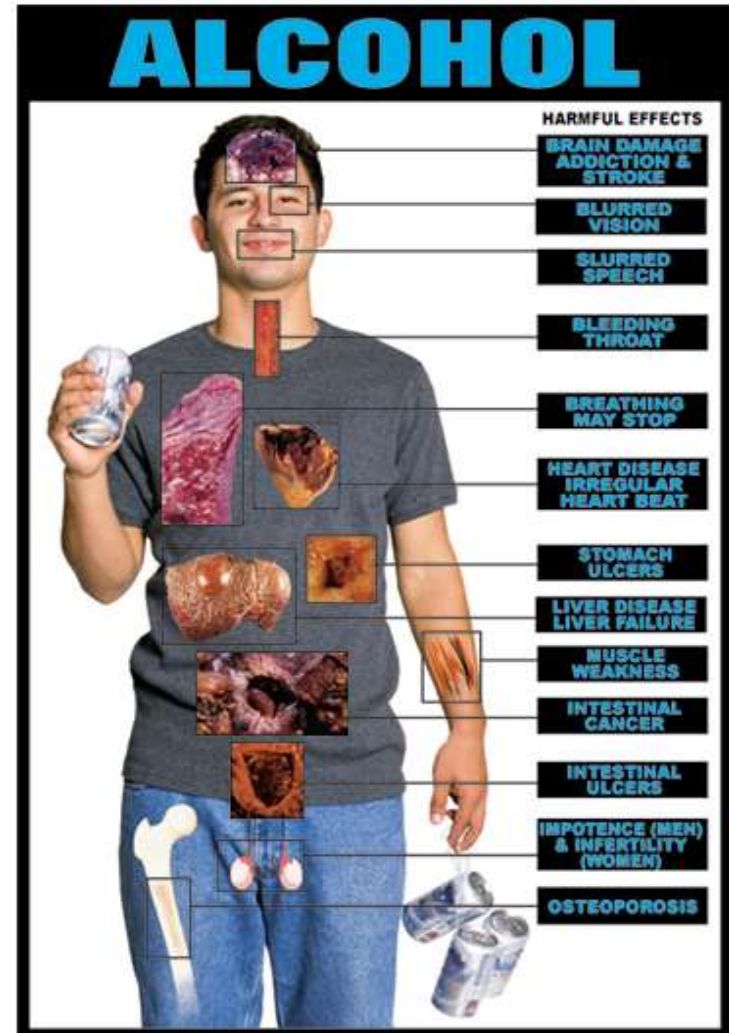
Nature, 2004

Η πυραμίδα των προβλημάτων που συνδέονται με το αλκοόλ



Νοσηρότητα από αλκοόλ

- Το αλκοόλ σχετίζεται με 60 διαφορετικές παθήσεις.
- Συσχέτιση με καρκίνο μαστού
- Το 80% των καρκίνων ανώτερου αναπνευστικού και πεπτικού (γλώσσα, υποφάρυγγας, λάρυγγας, οισοφάγος) συνδέονται με αλκοόλ και κάπνισμα.
- Το 40% των κίρρωτικών ασθενών στην Κρήτη είναι αλκοολικής αιτιολογίας.



Είναι όλοι το ίδιο ευάλωτοι;

Τι επηρεάζει την τοξικότητα της αιθανόλης;

Γενετικοί παράγοντες

- Γονίδια και ένζυμα
<21 ετών
- **Ηλικία**
- **Φύλο** : Η γυναίκα είναι περισσότερο ευαίσθητη
- Η Θρέψη και το Σωματικό βάρος
- Προϋπάρχουσα νόσος (υπέρταση, διαβήτης κλπ)

Περιβαλλοντικοί παράγοντες

- Ποσότητα καταναλούμενης αιθανόλης
- Διάρκεια σε έτη της κατανάλωσης

Κατανομή της αιθανόλης στο σώμα

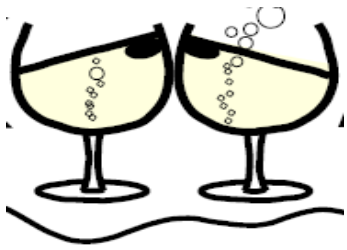
- Κατανέμεται στους ιστούς σε 30-60 λεπτά, με παράλληλη σταδιακή μείωση των επιπέδων από το αίμα.
- Μεγαλύτερες συγκεντρώσεις παρατηρούνται στους ιστούς που περιέχουν περισσότερο νερό.
- Τα όργανα με μεγαλύτερη αιμάτωση παρουσιάζουν την μεγαλύτερη συγκέντρωση (εγκέφαλος, νεφρά, πνεύμονες).
- Όργανα με μεγαλύτερη περιεκτικότητα σε λίπος έχουν μικρότερη συγκέντρωση (μυϊκός και λιπώδης ιστός).

Μέθη



- Προκαλείται από κατανάλωση αλκοόλ σε σύντομο χρονικό διάστημα
- **Οξεία δηλητηρίαση** από αλκοόλ.
- Παρατηρείται αλλαγή στην συμπεριφορά που η έντασή της (από την ευφορία ως το κώμα) εξαρτάται από την ποσότητα αλκοόλ στο αίμα.





Επιδράσεις του αλκοόλ στον εγκέφαλο σε σχέση με την ποσότητα



<u>Συγκέντρωση</u>	<u>Αίσθημα</u>	<u>Διαταραχές</u>
0,01- 0,05 1-5 μονάδες	Χαλάρωση Μείωση αναστολών	Διέγερση Κρίση
0,06- 0,10 6-10 μονάδες	Ευχαρίστηση Ναυτία υπνηλία Διέγερση	Συντονισμός κινήσεων Παρακολούθηση αντικειμένων
0,11- 0,20 11-20 μονάδες	Θυμός, θλίψη, Διαταραχή συναισθημάτων	Κοινωνική συμπεριφορά Ομιλία
0,21- 0,30 21-30 μονάδες	Επιθετικότητα Μειωμένη αντίληψη Κατάθλιψη	Ισορροπία Ρύθμιση θερμοκρασίας
0,31- 0,40 31-40 μονάδες	Λιποθυμία Κώμα	Δυσκολία αναπνοής
> 0,40 >41 μονάδες	Θάνατος	Βραδυκαρδία

Δράση του αλκοόλ στην οδήγηση



ΔΕΝ ΧΡΕΙΑΖΕΤΑΙ ΝΑ ΜΕΘΥΣΕΙΣ!!

- Επί 1 ώρα, μετά από ένα ποτήρι
 - **Αργά αντανακλαστικά** (φρενάρισμα από 0.75 sec σε 1.5 sec).
 - **Όραση σε τούνελ**
 - **Μειωμένη συγκέντρωση**
 - **Υπνηλία**
 - **Αίσθημα ευφορίας, «σιγουριάς», με υποτίμηση των κινδύνων**

Όραση «σε τούνελ»

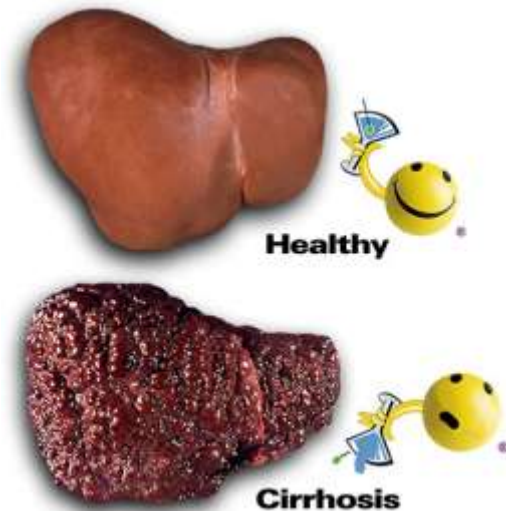
One drink can change
your entire outlook.



Αλκοολική νόσος- Ήπαρ

Η αλκοολική ηπατοπάθεια εκδηλώνεται με τρεις μορφές:

- Ηπατική στεάτωση ή λιπώδες ήπαρ .
- Στεατοηπατίτιδα , Οξεία αλκοολική ηπατίτιδα.
- Αλκοολική κίρρωση .



Αλκοολική νόσος- Καρδιαγγειακό σύστημα

- Λόγω της τοξικότητας στο μυοκάρδιο προκαλείται **αλκοολική μυοκαρδιοπάθεια με αρρυθμίες**.
- Συχνή αιτία αιφνιδίου θανάτου.



Αλκοόλ και καρκίνοι

- Η κατάχρηση αλκοόλ συνδέεται με αυξημένη επίπτωση **καρκίνου του ήπατος, στόματος, λάρυγγα, οισοφάγου, παγκρέατος**. Αλλά επίσης και με καρκίνο του **μαστού**.
- Ο κίνδυνος εμφάνισης καρκίνου αυξάνει με την δόση του αλκοόλ και την συνύπαρξη καπνίσματος.
- Θεωρείται ότι το 80% των καρκίνων αυτών θα μπορούσε να προληφθεί με αποχή από αλκοόλ και κάπνισμα.

Θυμηθείτε: ποτέ αλκοόλ ...

- Παιδιά και νέοι μέχρι 18 ετών
- Γυναίκες στην εγκυμοσύνη και θηλασμό
- Οδηγοί και χειριστές μηχανημάτων
- Μαζί με ορισμένα φάρμακα
- Σε ορισμένους ασθενείς

