



## ПАМЯТКА ДЛЯ НАСЕЛЕНИЯ

### ВЛИЯНИЕ АЛКОГОЛЯ НА СЕРДЦЕ ЧЕЛОВЕКА

Алкоголь - это яд и его влияние на сердце весьма негативное и опасное, поскольку сердце является главным органом, с помощью которого осуществляется кровообращение в нашем организме, при попадании алкоголя в кровь оно первым получает удар на себя. По статистике, более трети всех смертей от болезней сердца связано с употреблением алкоголя.

**БЕЗВРЕДНЫХ  
ДОЗ АЛКОГОЛЯ  
НЕ  
СУЩЕСТВУЕТ**

Влияние алкоголя для сердца провоцирует определённое количество болезней, которые развиваются в результате его употребления. В первую очередь нужно подчеркнуть, что действие алкоголя для сердца является поистине ядовитым. Алкоголь способен в кратчайший срок разрушить клетки мышцы. Если не происходит полного разрушения, важно помнить, что частично они всё равно повреждаются. Сердце у алкоголика трудно лечить в дальнейшем.

Алкоголь поступает в кровь через несколько минут после его приёма, и в течение 5-7 часов циркулирует по кровеносному руслу. При этом частота пульса увеличивается с 70 до 100 и более ударов в минуту, следовательно, в организме нарушается обмен веществ и питание сердечной мышцы. Перегоняя кровь, наполненную алкоголем, оно работает в усиленном режиме, при этом нагрузка на него возрастает в несколько раз, именно по этому, у людей в состоянии алкогольного опьянения наблюдается учащённое сердцебиение, при этом происходит нарушение нормального кровообращения, повышается кровяное давление, что ведёт к разрушению мельчайших кровеносных сосудов. Самое наглядное тому подтверждение – это покраснение в области носа у часто пьющих людей и покрасневшие глазные белки, как правило, на утро после принятия дозы алкоголя. Возникает нарушение нормального кровообращения, что разрушает кровеносные сосуды. Человек может испытывать кислородное голодание. Действие алкоголя на организм разрушающее.

После употребления алкоголя в мышце сердца, накапливается большое количество жира, более того, оно теряет прежний вид, и мышца сердца становится дряблой. Это препятствует нормальной работе сердечной мышцы, она не справляется со своей работой, подвержена развитию атеросклероза и гипертонической болезни. Систематический приём алкоголя на протяжении лет приводит к тахикардии, возникновению одышки и появлению болей в области сердца. 30% внезапных смертей спровоцированы алкоголем: сердце не выдерживает нагрузки: газированные напитки ускоряют опьянение. Если у человека в организме около 3-х литров крови, то при употреблении пива, слабоалкогольных напитков объём увеличивается до 5-6 литров – при частом приёме алкоголя сердце постоянно находится в напряжённом состоянии. В результате возникает

повышение артериального давления и развитие гипертонической болезни, независимо от возраста, массы тела и от того, курит человек или нет. Далее развивается атеросклероз, приводящий к ишемической болезни сердца. Эта цепочка заболеваний развивается даже при употреблении всего 0,5 литра пива несколько раз в неделю. Вино, водка и другие напитки не менее вредны для человека.



Употребление алкоголя всегда и значительно повышает риск возникновения сердечной аритмии и кардиомиопатии. Аритмия сердца случается в результате отравления спиртным или вследствие чрезмерного употребления. Наверняка Вы часто слышали термин «алкогольное сердце». Второе название «алкогольного сердца» - кардиомиопатия. Болезнь может возникнуть, даже если человек начал употреблять спиртное недавно и при сравнительно малых дозах употребления алкоголя. У больных с кардиомиопатией увеличиваются вес и размеры сердца (кардиомегалия). Из-за токсического влияния алкоголя и продуктов его распада на миокард человек ощущает усталость, боли в области сердца,

дискомфортное сердцебиение (аритмия), появляются отёки, кашель в ночное время, одышка. Нарушение сердечного ритма после приёма алкогольных напитков у пациентов, ранее имевших сердечно-сосудистые заболевания, может спровоцировать не только обострение существующих болезней, но и внезапную смерть. Чем больше человек употребляет алкоголя, тем выше риск развития болезней сердца и сердечных приступов. Алкоголь в любых дозах оказывает пагубное влияние на сердце.

Боли в сердце тесно связаны с употреблением алкоголя накануне. Боли в сердце часто возникают на следующий день после принятия спиртного. Наутро, после выпивки, иногда ощущаются перебои в работе сердца, нехватка воздуха, возникает страх смерти, потливость и головокружение. Некоторые люди, употребляющие алкоголь, страдают от одышки в покое и отёков ног, а это признаки сердечной недостаточности.

В случае если человек употребляет алкоголь, при этом у него уже имеются проблемы с сердцем, важно помнить, что в данном случае ишемия усиливается, существует немалая вероятность её перехода в инфаркт. Поражение сердечно-сосудистой системы случается у каждого второго, кто принимает алкоголь.

Если человек навсегда прекращает употребление этих напитков, у него есть шанс на то, чтобы излечиться и обрести здоровье.

**БЕРЕГИТЕ  
СВОЁ  
СЕРДЦЕ!**



Материал  
подготовлен

редакционно-издательским отделом

ГБУЗ АО «ЦМП» - 2017г.