

Alkohol és hatásai

Az alkoholtartalmú italok fogyasztásakor a felszívódás már a száj nyálkahártyáján keresztül megkezdődhet, a gyomorba érve egy része változatlan formában felszívódik a véráramba, a szer másik része a vékonybél falán keresztül kerül a szervezetbe. A véráramba bekerülve azonnal eljut az agyba, és a sejtekhez, és ott hatni kezd. A hatás függ a fogyasztott alkohol mennyiségétől, a szervezet fizikai állapotától (testsúly, egészségi állapot), az elfogyasztott étel mennyiségétől, a fogyasztás rendszerességétől valamint a máj állapotától. A nagy mennyiségű, rendszeres alkoholfogyasztás a májat veszi igénybe, mivel a bevitt alkohol 90-95%-a itt bomlik le. A maradék egyéb módon ürül ki a szervezetből (pl. verejtékezés). Az alkoholt fogyasztó személynek jellegzetes testszaga lesz az előbb említettek miatt.

A máj kb. 1-3 óra alatt bont le egy adag alkoholos italt (pl. egy korsó sör). A még lebontatlan mennyiség addig kering a vérben, míg a máj képes lesz lebontani. Állandó igénybevételnél e szervünk annyira legyengülhet, hogy a súlyos következmények veszélye fennáll (pl. májcirózis, vagy másképpen májzsugor). Tudnunk kell még azt is, hogy kb. 40-50 perc után éri el a szervezetben az alkohol a maximális koncentrációját, tehát az üveg sör elfogyasztása után 0,5-1 óra múlva.

Az alkohol ugyan vízben oldódó, ennek ellenére maradványai megragadnak a test zsírszövetében. Ez azért van így, mert a májon áthaladva egy része zsírban oldódóvá alakul át. A különböző szondákkal és labortesztekkel a vérből csak rövid ideig kimutatható a jelenléte, azonban a testben (leginkább a zsírszövetben) a lebontott maradványai elraktározódnak. Itt határozatlan ideig tárolódnak, zsírégetés (mozgás, stressz, stb.) hatására kis mennyiségben visszakerülhet a szervezetbe, ahol újra kifejtheti az alkohol káros hatását.

Kétféleképpen jellemezhető az alkoholista viselkedése, ami a személyiség állapotától és fejlettségétől és az elfogyasztott mennyiségtől is függ. Lehet agresszív kötözködő, vagy vidám és jókedvű (esetleg szomorú búskomor). Ha közben folytatódik az alkoholbevitel, akkor a szervezetben a koncentráció növekszik, aminek érdekes élettani és pszichikai hatásai vannak. Az egyre növekvő alkoholemennyiség más-más reakciókat vált ki.

Az túlzott alkoholfogyasztás tehát több betegség kiváltó, illetve serkentő oka is lehet, többek között ilyen a túlsúly, a cukorbetegség, idegrendszeri problémák, májkárosodás, elsavasodás, de ami talán a legfontosabb, az életszínvonal romlása.