



دانشکده علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی سیرجان
بیمارستان ثامن الحجج

(آموزش به بیمار)

الکل و عوارض آن

(الکل مانند هرویین اعتیادآور است .)



آخرین بازنگری آذر ماه ۱۴۰۴

الکل و عوارض آن :

الکل نوعی ماده اعتیاد آور و یکی از شایعترین مواد سوء مصرف در دنیاست. از لحاظ علمی الکل در گروه موادی دسته بندی می شود که فعالیت بدن را بر خلاف تصور عموم کند می کند و سرعت عملکردهای حیاتی را کاهش میدهد. در نتیجه فردی که الکل مصرف میکند به سختی راه میرود و بریده بریده صحبت می کند و حالاتی از پرخاشگری و خشم نشان میدهد قادر نیست به سرعت از خود عکس العمل نشان دهد.

الکل موجود در مشروبات الکلی اتانول نام دارد. مشروبات الکلی شامل : شراب آجرو و ویسکی وودکا و.... می باشند.

نوع دیگری الکل بنام متانول که از چوب بدست می آید والکل صنعتی می باشد که با توجه راحتی دسترسی و ارزان بودن بسیار زیاد مورد استفاده قرار می گیرد و می تواند موجب کوری و کما و مرگ شود.

جذب الکل :

الکل پس از وارد شدن به بدن از طریق مویرگهای موجود در دیواره معده و روده کوچک به آرامی وارد جریان خون شده و ظرف مدت چند دقیقه از نوشیده شدن ، از طریق سیستم گردش خون به مغز می رسد. در این زمان ، تاثیر گذاری الکل بر بدن آغاز شده و سرعت عملکرد سلولهای عصبی کاهش می یابد.

-همچنین الکل موجود در جریان خون، به داخل کبد وارد شده و در آنجا طی فرآیند تجزیه شده و به یک ماده غیرسمی تبدیل می گردد. در هرنوبت ، کبد قادر به تجزیه میزان خاصی از الکل می باشد و در صورتی که حجم الکل مصرف شده از آن میزان بیشتر باشد، تجزیه نشده، در جریان خون باقی مانده و بر سیستم های مختلف تاثیر می گذارد.



نشانه های وابستگی به الکل :

- علاقه شدید به مصرف الکل
- عدم توانایی در کنترل مصرف الکل بدون ظاهر شدن علائم مسمومیت (
- اضطراب ، لرزش ، تهوع و تعریق پس از قطع مصرف

عوارض الکل :

- خشونت و بد رفتاری
- رفتارهای جنسی پر خطر
- اختلال حافظه و فراموشی
- مرده زایی یا سقط جنین در مادران باردار
- بی تفاوتی و عدم تعلق
- سردرگمی و کاهش هوشیاری
- افت تحصیلی و ترک تحصیل در نوجوانان
- مصرف کننده
- مشکلات کبدی



- سرطان مری و دهان و گلو حنجره و سرطان روده

- فشارخون و سکته قلبی و مشکلات مغزی
- تضعیف اسپرم در آقایان و اختلالات قاعدگی و تضعیف تخمک در خانما

- توصیه هایی جهت ترک به بیمار

- افرادی که تمایل به ترک دارند روز مشخص کنند و تصمیم مصمم جهت ترک داشته باشند و دلایل خود جهت ترک را یادداشت کند مانند : احساس سلامتی و بهتر خوابیدن و بهبود روابط

- شیشه های مصرف شده الکل از محل زندگی و کار خود دور کند و عادات دیگری را جایگزین مصرف الکل نمایند .

- کاری جهت آرام کردن اعصاب یا مشغول نگاه داشتن خود انجام دهند مانند: دیدن تلویزیون و جویدن آدامس و پیاده روی و نقاشی و نوازندگی یک ساز موسیقی

- ورزش و برنامه غذایی منظم

- روش هایی جهت نه گفتن مودبانه در برابر مصرف الکل تمرین کند .



- افرادی که مایل به ترک نیستند را طرد یا سرزنش نکنیم و مشکلات طبی و اجتماعی ناشی از مصرف الکل را به آنها توضیح دهیم.

- عدم معاشرت با افرادی که مصرف الکل دارند .

- از اماکنی که مصرف الکل در آنها رواج دارد دوری کند .

- فرد خود را تشویق کند و با پولی قرار بود صرف خریداری الکل گردد ، می تواند چیزی بخرد که برایش لذت باشد .

- مشاوره با فرد و خانواده

- مشاوره با متخصص چنانچه شخص قصد ترک الکل را داشته باشد ، نظارت روانپزشک برای شروع داروهای مسکن و جلوگیری از بروز عوارض ضروری است . همچنین علائم شدید بعد از قطع مصرف ، ممکن است نیاز به بستری شدن در بیمارستان و استفاده از دوز بالا داروهای ضد اضطراب را به همراه داشته باشد.

