

◎ 酗酒的危害 ◎

1・酗酒危害社會安全：

有許多凶殺案、強暴事件及交通事故，是與飲酒過量有關。

2・酗酒對神經系統的影響：

加速腦部老化過程、損傷智力、情緒不穩定、注意力分散，導致錯誤的判斷。

3・酗酒對肝臟的影響：

引起急性酒精肝炎、脂肪肝、肝硬化等。

4・酗酒對消化系統的影響：

引起慢性胃炎、胃潰瘍、十二指腸潰瘍、急慢性胰臟炎、食道靜脈曲張、食道出血等。

5・酗酒對心臟血管系統的影響：

初期輕微胸痛、心律不整，逐漸變成心臟擴大、心室衰竭，酒精會增高血壓，容易造成中風或續發性心臟病。

6・酗酒與癌症的關係：

酗酒者身體許多部位癌症的發生率比一般人高，尤其口腔、咽喉、食道、肝臟等器官。

7・酗酒與藥物的關係：

感冒藥、鎮靜劑、安眠藥等如果和酒一起服用，會增強藥物作用，而產生危險。

8・酗酒與意外事故的關係：

酒精會破壞肌肉的協調、神經反應遲緩、注意力不集中，所以酒後開車很容易發生意外事故。據統計顯示，酗酒的人自殺率比一般人高6倍，而且酗酒的人平均餘命比一般人少10～15歲。

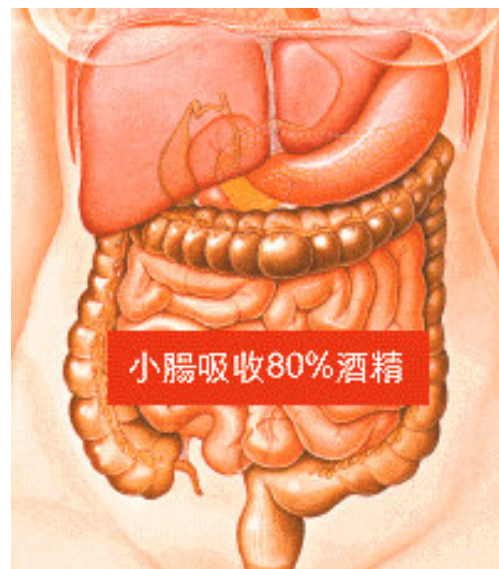
酒依賴和酒中毒

酒是一種麻醉劑。一次大量飲用會引致可逆性的中毒現象，就是一般人所謂的醉酒了。病人長期反覆大量飲酒，軀體和精神兩方面都發生病理改變，社會功能會因此而受損。長期反覆飲酒者會導致像藥物依賴那樣的精神依賴和軀體依賴，所以世界衛生組織(WHO)提出了「酒依賴綜合症」的概念，在酒依賴發展的過程中可出現慢性酒中毒性的精神障礙和軀體損害。

酒精對各系統的影響

經常飲酒的人，身體的細胞對酒精很早便作出一系列的適應，肝臟是人體將酒精代謝的主要器官，在喝酒約兩星期之後，能夠將酒精消除的功能提高三成，故經常喝酒者能夠耐受更多的酒精。

人體的細胞對酒精的存在亦作出很多相應的變化，甚至引致細胞不得不依賴酒精才能正常的運作，這可能就是為何有酗酒的人會有不飲酒便會有極度不適的現象。



心靈小語

※能夠將感情與理智調適的很恰當，使命運不受制於它的人，是幸福的。