

★ Alcohol ★

> > 酒的分類

酒是由穀類或水果經酵母發酵產生香味及酒精所釀製而成的產品，依其製造方法之不同可分成三大類：



釀造酒：

發酵完成後經濾除固形物所得的芳香美味酒液，如啤酒、紹興酒、水果酒等。



蒸餾酒：

利用蒸餾技術將發酵醪裡的酒精及香氣成分提出來的產品，如 Brandy、Whisky、米酒、高粱酒等。



再製酒：

在釀造酒或蒸餾酒中浸泡香辛料或中藥材所製出的產品，如凍頂白蘭地、鹿茸酒及竹葉青酒等。

> > 飲酒過量會有什麼危險？

飲酒對社會安全的影響

有許多凶殺案、強暴事件及交通事故，是與飲酒過量有關。

飲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。

飲酒對肝臟的影響

引起急性酒精肝炎、脂肪肝、肝硬化等。

飲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。

飲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。

飲酒與癌症的關係

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。

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。

飲酒與意外事故的關係

酒精會破壞肌肉協調、造成神經反應遲緩、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，而且酗酒的人平均壽命比一般人少 10 - 15 歲。

> > 吸菸、飲酒和肝癌的關係

人類從咀嚼菸葉到用各種方式吸菸，至少已有五、六百年的歷史。目前已經知道，吸菸引起肺癌的可能性最大，另外也可能引起口腔癌、喉癌、下咽部癌、食道癌、膀胱癌、腎癌等。雖然吸菸與肝癌的關係還不十分明確，但有一點值得重視，即香菸的菸霧會使人體基因受損傷。從而推想，可能導致肝細胞發生突變，最後產生肝癌。

嗜酒會引起肝臟營養障礙，發生肝硬化，肝硬化病人如再嗜酒，轉變為肝癌的機會增加。有人隨訪了 375 例肝硬化，在 4 年內出現 75 例肝癌，嗜酒實為肝硬化演變為肝癌的重要原因之一，值得注意警惕。

> > 喝酒與慢性 C 型肝炎的關連性

長期飲酒者合併慢性 C 型肝炎，在國外報導發生率高達 8% 至 45%，目前國內無此統計。這些病人其肝炎程度較不飲酒者嚴重，容易導致肝硬化及肝癌。醫學報導慢性 C 型肝炎即使沒有酒精成癮者，每天只喝一杯酒，啤酒或雞尾酒，也會比不喝酒者其肝病變嚴重，所以有慢性肝病應該嚴加戒酒才可以保護您的肝臟，尤其正在接受干擾素治療者，治療前及治療中更應戒酒，否則會影響治療的結果。

研究報導酒會影響病毒清除率及肝功能正常率，不喝酒者病毒清除率為 53%，一天喝少於 70g 者病毒清除率為 43%，每天喝超過 70g 者(大約等於 2/3 瓶米酒或 1/3 瓶威士忌)病毒清除率為 0%。

酒會影響慢性 C 型肝炎之治療，因為酒會造成免疫系統下降、C 型肝炎病毒繁殖增加及鐵於肝臟內沈積，使得治療成果下降，所以慢性 C 型肝炎患者應戒酒，才能有好的治療成果，其實慢性 B 型肝炎也是如此。

資料來源：

<http://web2.yzu.edu.tw/yzit/st/StdLifeSup/SafeBook/Page11.htm>