

【酒與疾病】

漢書食貨志：「百藥之長，嘉會之好」。周禮說，酒所以養老也，所以養病也。可知酒在中國人的文化中佔有重要的地位，而且具有相當正面之意義，但是喝酒所造成的影響在各項研究中一再被證明，而其影響性遍至個人健康、家庭甚而整個社會，引發的病痛與公共衛生問題值得重視。

過量飲酒對於個人、家庭與社會的影響分述如下：

（一）酒對肝臟的影響：

會引起急性肝炎、脂肪肝、肝硬化…等疾病。

（二）酒對消化系統的影響：

刺激胃黏膜，引起慢性胃炎、胃潰瘍…等腸胃疾病。長期酗酒更易引起急性與慢性胰臟炎，嚴重者甚而有糖尿病發生。

（三）酒對神經系統的影響：

加速腦部老化過程、情緒不穩定、注意力分散，甚而有精神方面焦慮、抑鬱等症狀。酒精中毒者，酒癮發作時，若不喝酒會引起戒斷症狀。

（四）酒對心血管系統的影響：

初期輕微胸痛、心律不整。酒精會增高血壓，容易造成中風或續發性心臟病。

（五）酒對生殖系統的危害：

喝過量的酒對於性功能有影響。而在青少年易導致生殖器官病變，在男性可使精子、精液減少，出現陽萎、早洩等；女性會使月經失調、閉經、卵子生成變異。喝酒受孕會導致胚胎變異、出現畸形兒、怪胎；年輕時縱酒、嗜酒，可能會使後代痴呆。

（六）酒與眼睛健康的關係：

慢性酒精中毒會損傷視神經，視力會逐漸降低。

（七）酒與痛風的關係：

過量攝食酒精會在體內代謝造成乳酸增多，而在腎臟內抑制尿酸的排泄，增加尿酸的累積、血中尿酸值會升高，故痛風病人應避免過量飲酒。

（八）酒與癌症的關係：

酗酒者身體許多部位癌症的發生率較一般人為多。

（九）酒與意外事故的關係：

根據統計顯示：在台灣由於飲酒盛行，導致交通意外事故頻率大為增加。

（十）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。

（十一）酗酒與營養失調：

喝酒時常因只顧喝酒忽視食物或因食慾缺乏而對食物無興趣，營養失調。而酒精富含熱量，若喝酒仍正常進食，則容易引起肥胖或啤酒肚。

（十二）孕婦喝酒造成的影響：

酒精在胎兒體內代謝和排泄速率較慢，對發育中的胎兒造成各種傷害，包括胎兒畸型、胎死腹中，生長遲滯及行為缺陷等。

（十三）酗酒對家庭生活的影響：

酗酒者情緒易激動、亂發脾氣、有高犯罪率。

（十四）喝酒對社會安全的影響：

兇殺案、強暴事件及交通事故等均與飲酒過量有相關。

飲酒注意事項：

1. 未成年請勿喝酒。
2. 不可過量飲用。
3. 勿每天喝酒。
4. 勿喝酒消愁，切記藉酒消愁愁更愁。
5. 孕婦及患有胃潰瘍、糖尿病、心臟病、高血壓、痛風、肝病等症的人，請不要喝酒。
6. 服用感冒藥、安眠藥、鎮靜劑後不要喝酒。
7. 喝酒不開車，開車不喝酒。



資料來源-酒與疾病：

<http://www.kmuh.org.tw/www/kmcj/data/8910/4577.htm>