

飲酒過量對人體的傷害

台灣人有多愛喝酒？

一年喝掉 282 座游泳池

據統計全台 1 年酒類總供給量超過 7 億公升，相當於 282 座游泳池蓄水量，且飲酒率節節高升，甚至後續酒駕問題更嚴重。專家指出，飲酒的傷害關鍵在飲酒量，只要 1 年內曾經一次飲酒超過 6 單位，即約 1 瓶紅酒或 6 罐啤酒，就達問題性飲酒，有 1/3 的機會演變成酒癮。

學者：酒精危害更甚毒品

台大公衛學院院長陳為堅指出，衡量生命損失年數的「失能調整生命年」，酒精在前年排名第五，危害更甚毒品，後續影響包含自傷傷人、感染症、精神疾患、肝臟與心血管疾病等。台灣超商密度高，未成年飲酒或自行買酒的比率高，10 至 12 歲孩童中，有 3 成 6 曾經飲酒，其中 2 成曾自行買酒，應予以管制。

醫師：60 種以上疾病或外傷與飲酒有關

台北市立聯合醫院精神醫學部成癮防治科主任黃名琪指出，酒精是中樞神經抑制劑，會抑制認知功能，有 60 種以上疾病或外傷與飲酒有因果關係。酒癮是原發性慢性疾病，會伴隨憂鬱症焦慮症或其他問題，長期喝酒又大量飲酒會引起酒精性肝病，包含酒精性脂肪肝、急性肝炎與肝硬化，死亡率高。

飲酒過量的影響

飲酒後酒精在人體血液中的濃度增加，會影響人體生理及神經系統的反應。醉酒就是酒精中毒的現象，如酒精性肝炎會造成肝臟傷害，意識混亂不清會造成異常行為，如暴力、性幻想，最可怕的酒駕肇事，害人害己。

皮膚、眼睛
與耳部病變

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

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

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

引起急性酒精肝
炎、脂肪肝、肝硬
化等

造成性慾降低、性
功能障礙、不孕

肌肉萎縮、
骨頭缺血性
壞死



資料來源：

節錄自—聯合報(2016. 07. 21)

<http://a.udn.com/focus/2016/07/21/23362/index.html>

維生福利部國民健康署

http://health99.hpa.gov.tw/educZone/edu_detail.aspx?CatId=11819