

# Alkohola ietekme uz organismu



Veselības ministrija



Slimību profilakses un kontroles centrs

Alkohola lietošana ir cēlonis vairāk nekā **60** dažādām hroniskām slimībām un akūtiem stāvokļiem



Pārmērīga alkohola lietošana ir lielākais noteicošais faktors neiropsihisko saslimšanu izraisīšanā, tā saistāma arī ar vairākām infekcijas slimībām, kā, piemēram, HIV/AIDS, tuberkuloze un seksuāli transmisīvās saslimšanas



Alkohols un tā pārmērīga lietošana ir būtisks riska faktors traumatismam, ceļu satiksmes negadījumiem, vardarbībai, noslīkšanai, pašnāvībām



## Alkohola ietekme uz nervu sistēmu

- Nomāc kavēšanas un uzbudinājuma procesus galvas smadzeņu garozā
- Personības izmaiņas
- Miega traucējumi
- Depresija
- Alkohola delīrijs
- Alkohola encefalopātija
- Alkohola polineuropātija
- Alkohola epilepsija

## Alkohola ietekme uz aknām

- Alkohola izraisīta aknu aptaukošanās – taukainā hepatoze
- Akūts alkohola hepatīts
- Aknu ciroze
- Aknu vēzis

## Alkohola ietekme uz nierēm

- Urīnceļu infekcijas
- Nieru blāzņiņu iekaisums
- Nieru mazspēja

## Alkohola ietekme uz reproduktīvo sistēmu un augli

Alkohola lietošana gan vīriešiem, gan sievietēm izsauc reproduktīvo funkciju pasliktināšanos

- Sievietēm:
  - rada hormonālus traucējumus, kuru rezultātā var veidoties olnīcu atrofija, izraisot menstruālā cikla traucējumus, neauglību un agrīna klimaksa iestāšanos
  - grūtniecības laikā pastāv liels spontāno abortu, priekšlaicīgu dzemdību, nedzīva bērna piedzimšanas risks, bērnam var būt mazs ķermeņa svars
  - var attīstīties augļa alkohola sindroms – var piedzimt bērns ar fiziskās un garīgās attīstības defektiem
- Vīriešiem samazinās dzimumhormona testosterona līmenis, kā rezultātā var veidoties sēklinieku atrofija un neauglība, kā arī impotence

## Alkohola ietekme uz elpošanas orgānu sistēmu

- No alkohola atkarīgajiem trīs reizes biežāk nekā alkohola nelietotājiem ir plaušu bojājumi.
- Alkohola lietošana rada izmaiņas rīklē, elpvadā, bronhos un plaušās. Pēc alkohola lietošanas var attīstīties balss aizsmakums un klepus, bronhīts un pat pneimonija

## Alkohola ietekme uz sirds un asinsvadu sistēmu

- Augsts asinsspiediens
- Sirds muskuļu saslimšanas, sirds ritma traucējumi
- Alkohola kardiomiopātija - palielināts sirds kreisā kambara sienas biezums, kā rezultātā samazinās sirds spēja izsūknēt asins caur sirdi un organisms cieš no skābekļa trūkuma

## Alkohola ietekme uz kuņģa zarnu traktu

- Gastrīts - kuņģa iekaisums
- Pankreatīts - aizkuņģa dziedzera iekaisums
- Kuņģa čūla
- 12 pirkstu zarnas čūla
- Vēzis - pārmērīga alkohola lietošana rada augstāku risku saslimt ar aizkuņģa dziedzera, mutes, mēles un kakla, aknu, resnās zarnas vēzi

## Citas alkohola lietošanas sekas

- Pastiprina otrā tipa diabēta risku
- Var izraisīt podagru
- Novājina imūnsistēmu
- Izraisa olbaltumvielu, minerālvielu un vitamīnu zudumu organismā
- Izraisa anēmiju jeb mazasinību

# Alkohols un aknas

Regulāri lietojot



**Alkohola izraisīta aknu aptaukošanās – taukainā hepatoze** Slimības iemesls ir regulāra un ilgstoša alkohola lietošana. Alkohola lietošana izraisa tauku uzkrāšanos aknu šūnās (hepatocītos)

Lietojojot vairākus mēnešus



**Akūts alkohola hepatīts** (aknu šūnu iekaisums un šūnu bojāeja) - attīstās lietojot alkoholu lielās devās un ilgstoši, vairākus mēnešus

Lietojojot vairākus gadus



**Aknu ciroze** attīstās turpinot regulāru un ilgstošu (apmēram 10-15 gadus) alkohola lietošanu. Alkohola lietošanas rezultātā aknās pastiprinās fibroģenēze un šūnas izstrādā kologēnu, notiek aknu šūnu sabrukšana, to vietā ieaug kolagēna šķiedras – saistaudi. Šīs izmaiņas traucē aknu asinsriti, kā arī aknu spēju veikt savas funkcijas. Palielinoties saistaudiem, aknas sacietē un no zarnu trakta nākošās asinis nespēj normāli izkļūt cauri aknām, radot aknu arteriālā spiediena paaugstināšanos, kas var radīt asiņošanu no barības vada vēnām un šķidruma uzkrāšanos vēdera dobumā (ascītu). Nopietna aknu cirozes komplikācija ir arī aknu encefalopātija – traucēta smadzeņu darbība, kas radusies no aknu nespējas izvadīt toksīnus no organisma. Samērā bieža aknu cirozes komplikācija ir vēža jeb aknu šūnu karcinomas veidošanās



## Aknu vēzis

Ir ļaundabīgs aknu šūnu audzējs, attīstās uz cirozes fona. Aknas palielinās, kļūst cietas, grumbuļainas, tās nespēj veikt savas funkcijas



Alkohola aknu bojājums ir daudzfaktoru slimība, tās attīstību nosaka ne tikai pārmērīgs alkohola patēriņš, bet arī dzimums, iedzimtība un citas aknu slimības

Alkohola aknu bojājuma gadījumā klīniskā aina var būt ļoti dažāda - no bezsimptomu formas līdz akūtai aknu mazspējai

# Alkohola ietekme uz nervu sistēmu

Alkohola ietekmē nervu sistēma var tikt traucēta vairākos līmeņos, smadzeņu bojājumi var kavēt prāta darbību un palielināt trauksmes un depresijas risku, radīt apjukumu un smagākos gadījumos plānprātību (demenci)

