

# Влияние алкоголя и табака на здоровье человека

---

Выполнил: студент  
группы М-25 Чекмезов А.

---

Курение и алкоголизм – эти два понятия психологи объединяют одним словом «зависимость». Большинство поклонников курения и зависимых от алкоголя людей не вникают в проблему, обходя стороной факты о вреде табака и этилового спирта. Взбудоражить их сознание могут только реальные доказательства того, как эти вещества влияют на организм человека.



# Воздействие алкоголя на сердце и другие органы человека

---

При попадании в желудок спиртное моментально всасывается его стенками и проникает в кровь. Первый удар на себя принимает печень – своеобразный фильтр организма, далее пагубное воздействие распространяется на нервную систему. Но врачи до сих пор спорят на тему: какой орган первый поддается влиянию напитков на основе этилового спирта – печень или головной мозг. В любом случае удар по печени заключается в таких ее болезненных проявлениях:

Цирроз – орган увеличен, наблюдаются нарушения со стороны пищеварительной системы (регулярная тошнота, рвота);

Жировая дистрофия – ощущение тяжести и боли в печени, которые обостряются после приема очередной дозы спиртного;

Гепатит – увеличение клеток органа, отсутствие аппетита, желтизна глазных белков.

---

Сердце также страдает от вредной привычки своего владельца. Регулярное употребление алкоголя в крупных дозах вызывает:

Заболевания кровеносных сосудов – увядание их стенок, затруднение проходимости крови;

Ишемическая болезнь;

Гипертония;

Инфаркт миокарда.

# Какие процессы в организме запускает курение

---

Шелест пачки, щелчок зажигалкой, вдох и мгновенное расслабление – такой ход действия знаком каждому курильщику. Но при попадании табачного дыма в дыхательные пути в организме запускаются серьезные процессы, обратить ход действия которых иногда невозможно.



---

Никотин вызывает сужение просвета в сосудах, что способствует возникновению инсульта;

Окись углерода (компонент табачного дыма) связывает гемоглобин в крови, что препятствует транспортировке кислорода к жизненно важным органам и тканям;

Проглатываемый вместе со слюной табачный дым попадает в пищеварительную систему, раздражает ее стенки и способствует развитию гастрита, язв и даже рака.

---

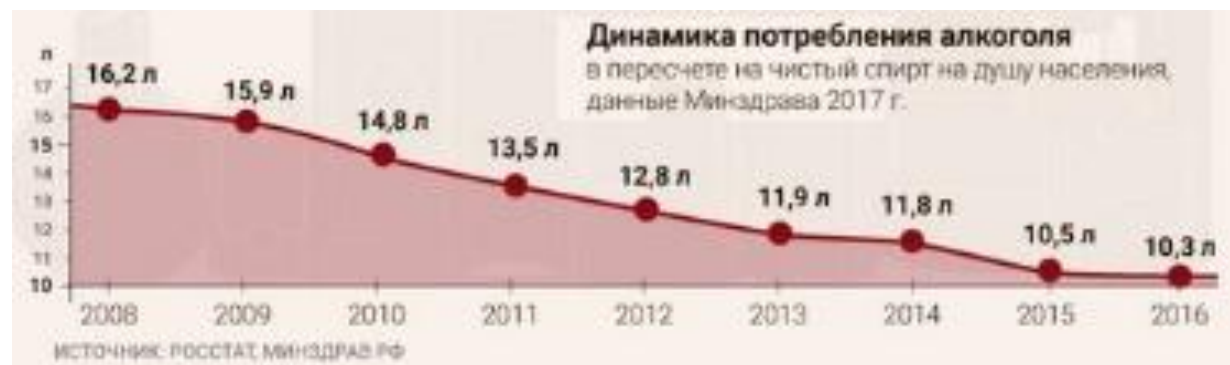
Совместное влияние курения и алкоголя на человека формирует сильнейшую зависимость от этой связки. Связь развивается на базе длительного и регулярного употребления, приводя к особому патологическому состоянию – неудержимому влечению к сигаретам и спиртному. Эти два наркотика приводят к болезням и деградации личности.



Ежегодно в мире умирает от алкоголя 2,5 миллиона человек, а от табака 1,5 миллиона.

Если взять статистику смертности с 1956 года по 2008 год, то можно увидеть, что за 52 года, выросла не только общая смертность, но и смертность от алкоголя и табака.

Но если взять уже диаграмму смертности с 2008 по 2016 года, то можно заметить, что потребление спирта на душу населения упало.





# Чем опасен алкоголь

---

Последствия злоупотребления алкоголем: алкоголь снижает умственные и физические силы человека. Из-за длительного и чрезмерного употребления алкоголя возникают заболевания печени, желудка, сердца и сосудов. Особенно пагубно действует алкоголь на центральную нервную систему. Привыкнув к алкоголю, люди начинают много и часто пить. Это ведет к токсическому поражению клеток коры головного мозга с развитием психоза и алкогольного слабоумия. У алкоголиков постепенно наступают расстройство мышления, утрата памяти, особенно на недавние события, эмоциональное отупение с развитием алкогольных психозов и с общей деградацией личности.

# Вред курения для организма человека

---

Губительная зависимость от табака ежегодно уносит несколько тысяч жизней. Вред от курения сигарет проявляется не сразу, а по мере накопления вредных химических веществ. Употребление табака ведет к бронхиту, хроническому кашлю, обструктивной болезни легких, заболеваниям с непредвиденным исходом. У человека желтеют зубы, нарушается кислотность во рту, что приводит к стоматиту, кариесу. Если курильщик выпускает дым через нос, то страдает слизистая оболочка, постепенно утрачивается степень защиты иммунитета.

