

# Alkohol a jeho dopad na zdravotní stav člověka



## **Motto:**

*Alkohol je dobrý tehdy, když potřebujeme něco zapít - ať už je to něco příjemného nebo zlého. Když to ale zapijíme moc dlouho, tak se utopíme.*

Autor: Nela Horáčková

3. Ročník VS

FZV UP v Olomouci, 2010

Odborný konzultant: Mgr. Jana Kameníčková

# Co je to vlastně alkohol?

- Slůvko alkohol pochází původně z arabského slova *al-kuhol*, což znamenalo v arabštině jemnou substanci. Arabové byli první národ, který vynalezl destilaci (10. stol. n.l.)

V čistém stavu je to bezbarvá tekutina, která vzniká kvašením cukrů.



# !!!Alkohol je droga!!!

- NEBEZPEČÍ ALKOHOLU spočívá především v tom, že je VŠUDE DOSTUPNÝ.
- Pro starší 18-ti let je LEGÁLNÍ.
- ALKOHOL je NEDÍLNOU SOUČÁSTÍ nejrůznějších RITUÁLŮ (např. oslavy)



# Něco málo ze statistiky:

- Podle odhadů MUDr. Karla Nešpora, je v České republice závislých na alkoholu asi 140 000 lidí.
- Statistiky uvádějí, že každý z nás vypil v roce 2008 10,2 litrů 100% alkoholu.

- Konzumace alkoholu mladistvými do 18-ti let:
  - přibližně 30% patnáctiletých
  - asi 17% třináctiletých dětí

v Čechách pije alkohol pravidelně

- Česká republika je na čtvrtém místě v EU v pití alkoholu mladistvými.

# Konzumace alkoholu mladistvými



# Dopad alkoholismu na zdravotní stav mladistvých

- Alkohol je pro děti mnohem nebezpečnější, než pro dospělé.
- Mladý organismus si rychle zvyká na přísun alkoholu a může vzniknout závislost, případně přechod na tvrdší drogy.

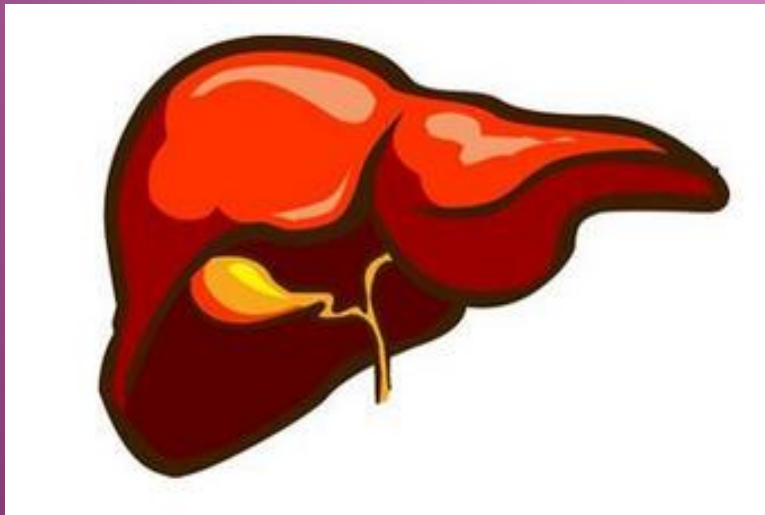
# Alkohol nejvíce poškozuje:

- Jaterní tkáň
- Ledviny
- Mozkovou tkáň
- Vnitřní prostředí organismu





# Alkohol a poškození jater



- Játra jsou jedním z nejdůležitějších orgánů lidského těla, které si můžeme představit jako **filtr a továrnu**.
- V této továrně se zpracovávají všechny látky zachycené z krve.

- Játra jsou orgánem, který je zodpovědný za metabolismus (látkovou přeměnu) alkoholu v lidském těle.
- Alkohol působí nejčastěji onemocnění jater
- Záleží na množství a obsahu čistého alkoholu v nápoji, játra bývají zpravidla poškozena při konzumaci více než 30 g alkoholu za den, tj. asi 3 dcl vína a asi 1,5 l piva.



# Alkohol mozek a nervový systém



- Mозek je řídící orgán celého organismu.
- Je uložen v lebce
- Kontroluje činnost všech orgánů.

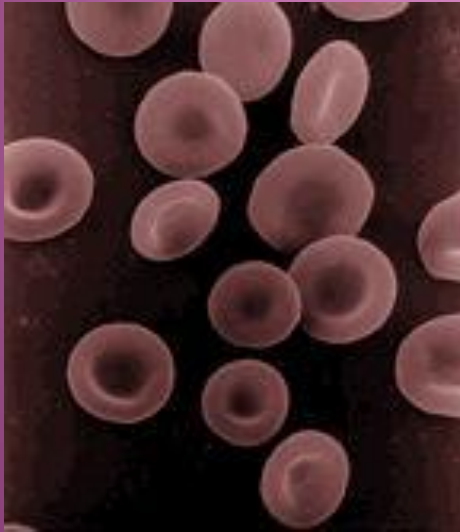
- Mozek se u pravidelných konzumentů alkoholu zmenšuje a zvrásní.
- Mozek se skládá z mozkových buněk, tzv. neuronů, pokud člověk pravidelně pije, neurony odumírají a ubývají z mozku až o 20%
- Pokud člověk začne abstinovat, mozek se částečně zvětší, ale odumřelé mozkové buňky se už nikdy neobnoví.



# Projevy postižení mozku u alkoholiků

- Brnění a mravenčení na končetinách
- Zhoršená orientace v prostoru, zejména za tmy (poruchy okohybu)
- Poruchy paměti
- Obtížný stoj na patách, zakopávání o špičku
- Poruchy spánku
- Změny nálady (veselost, agresivita)
- Poruchy řeči

# Alkohol a vnitřní prostředí organismu



- Je tvořeno tělními tekutinami:

- Voda

- Krev

- Míza



- Škodlivé účinky alkoholu na vnitřní prostředí lidského organismu:
  - Narušuje látkovou přeměnu cukrů a tuků
  - Snižuje odolnost organismu proti infekci
  - Může porušit kostní dřeň a srážlivost krve

# Alkohol a psychika

- Způsobuje zaostávání ve vzdělání
- Porušuje paměť
- Zhoršuje sebeovládání
- Zhoršuje schopnost komunikace a pozornosti



# Alkohol a léčba



# Léčba

- Odebrání alkoholu
- Skupinová psychoterapie(rozebírání osobnosti alkoholika, proč začal pít, kdy začal pít, co pil...)
- Podpůrná terapie léky



- Cílem léčby je trvalá celoživotní abstinence a pomoc zvládnout tíživou, většinou ekonomickou a sociální situaci léčeného alkoholika.



# Delirium tremens - stav ohrožující !!!život při odvykání od alkoholu!!!

- Tento stav má několik stádií.
- Projevuje se:
  - Končetinovým třesem
  - Třesem jazyka
  - Neklidem
  - Úzkostí
  - Pocením a někdy halucinacemi
  - Agresivitou
  - Špatnou orientací v čase a prostoru
  - Poruchami paměti
  - Nevolností a zvracením

# Důsledky užívání alkoholu mladistvými

- Konzumace alkoholu zvyšuje riziko úrazů při sportování, v dopravě, stoupá také počet pádů, popálenin nebo utonutí.
- Stoupá i počet násilné trestné činnosti mladistvých a také to, že se opilý mladý člověk může stát obětí sexuálního nebo i jiného násilí.

- Otravy alkoholem = **intoxikace alkoholem**
- nezřídka končí smrtí, a to hlavně u dívek, které mají vyšší procento tělesného tuku než chlapci a riziko otrav je u nich větší.



# Legislativa a alkohol

- Zákon č. 37/1989 Sb. o ochraně před alkoholismem a jinými toxikomaniemi, povoluje konzumaci alkoholu až osobám starším 18 – ti let.
- Podání alkoholu mladším osobám je trestný čin, za který může být potrestán kdokoli, i rodiče.

# Zajímavosti o alkoholu



## KONCENTRACE ALKOHOLU V NEJČASTĚJI KONZUMOVANÝCH NÁPOJÍCH

Pivo – 0,5 l (5% alkoholu)

Světlé pivo – 0,5 l (3,5%  
alkoholu)

Víno – 2 dl (12% alkoholu)

Sheery - 0,5 dl ( 20%  
alkoholu)

Whisky – 0,5 dl (40%  
alkoholu)



# ???

# Kontrolní otázky???

1. Co je to alkohol?
2. Který orgán je zodpovědný za metabolismus (látkovou přeměnu) alkoholu v lidském těle?
3. Co se děje s mozkiem při nadměrné konzumaci alkoholu?
4. Jak alkohol působí na psychiku?
5. Jak se jmenuje nejzávažnější stav při odvykání si od alkoholu?

# Správné odpovědi

1. Bezbarvá tekutina, která vzniká kvašením cukrů
2. Játra
3. Zmenšuje se a zvrásní
4. Způsobuje zaostávání ve vzdělání; porušuje paměť; zhoršuje sebeovládání; zhoršuje schopnost komunikace a pozornosti
5. Dellirium tremens

# Použitá literatura

- NEŠPOR, Karel. Jaká rizika s sebou přináší alkohol u dětí a dospívajících. *Čes. slov. Psychiat.*. 2006, 2, s. 102-103.
- NEŠPOR, Karel; CSÉMY, Ladislav. Jak se v České republice (ne)dodržuje zákaz podávání alkoholických nápojů nezletilým. *Čes. slov. Psychiat.*. 2005, 8, s. 435-436.
- CSÉMY, Ladislav. Deklarace-mládež a alkohol (přijato ve Stockholmu 21.2.2001). *Psychiatrie*. 2001, 2, s. 121-122.
- *Dějiny alkoholu* [online]. c2007-2010 [cit. 2010-01-08]. Dostupný z WWW: <<http://dejinyalkoholu.blogspot.com>>.
- JUŘÍKOVÁ, Milena. *Postoje a názory žáků 2. stupně ZŠ ke konzumaci alkoholických nápojů*. Brno, 2007. 53 s. Masarykova Univerzita, Pedagogická fakulta, Katedra speciální pedagogiky. Vedoucí bakalářské práce MUDr. Kachlík Petr, Ph.D.
- BRŮHA, Radan, et al. Alkoholové poškození jater. *Medicína pro praxi* [online]. 2009, č. 6 [cit. 2010-01-09], s. 144-146. Dostupný z WWW: <[www.solen.cz](http://www.solen.cz)>.
- ZVOLSKÝ, Petr, et al. *Speciální psychiatrie*. Praha : Karolinum, 2005. 206 s. ISBN 80-7184-203-6.

- MLČOCH, Zbyněk. *Pití alkoholu v ČR a zahraničí - statistiky a zajímavosti o spotřebě a jiném* [online]. 2003-2010 [cit. 2010-01-08]. Dostupný z WWW: <[www.alkoholik.cz](http://www.alkoholik.cz)>.
- MLČOCH, Zbyněk. *Alkoholik.cz* [online]. 2003-2010 [cit. 2010-03-29]. Úvod. Dostupné z WWW: <<http://www.alkoholik.cz/zavislost/>>.
- Krev In *Wikipedia : the free encyclopedia* [online]. St. Petersburg (Florida) : Wikipedia Foundation, , 29.3.2010 [cit. 2010-03-29]. Dostupné z WWW: <<http://cs.wikipedia.org/wiki/Krev>>.
- *Seznam.cz* [online]. 1996-2010 [cit. 2010-03-29]. Voda. Dostupné z WWW: <<http://www.obrazky.cz/?q=voda&fulltext>>.
- *Virova-hepatitida.cz* [online]. 2010 [cit. 2010-03-29]. Jak pracují játra. Dostupné z WWW: <<http://www.virova-hepatitida.cz/jak-pracuji-jatra>>. ISSN 1803-5477.
- Mozek In *Wikipedia : the free encyclopedia* [online]. St. Petersburg (Florida) : Wikipedia Foundation, , 12.3.2010 [cit. 2010-03-29]. Dostupné z WWW: <<http://cs.wikipedia.org/wiki/Mozek>>. [http://www.google.cz/search?hl=cs&q=mozek&lr=&cts=1269882389154&aq=f&aqi=g10&aql=&oq=&gs\\_rfai=](http://www.google.cz/search?hl=cs&q=mozek&lr=&cts=1269882389154&aq=f&aqi=g10&aql=&oq=&gs_rfai=)
- *Seznam.cz* [online]. 1996-2010 [cit. 2010-03-29]. Vnitřní prostředí organismu. Dostupné z WWW: <<http://search.seznam.cz/?sourceid=szn-HP&thru=&q=vnit%C5%99n%C3%AD+prost%C5%99ed%C3%AD+organismu>>.

- *Zákon o ochraně před alkoholismem a jinými toxikomaniemi 37/1989 Sb.* [online]. [cit. 2010-02-07]. Dostupný z WWW: <<http://www.zikmund.org/alkohol/zakony/37-1989Sb.htm>>.
- *Pivovar-krakonos.cz* [online]. 2006 [cit. 2010-04-01]. Pivo z krkonoš. Dostupné z WWW: <<http://www.pivovar-krakonos.cz/pivo-lahvove.htm>>.
- *Seznam.cz* [online]. 1996-2010 [cit. 2010-04-01]. Víno. Dostupné z WWW: <<http://search.seznam.cz/?q=v%C3%ADno&sId=FK7UT4Xzw8wHcDMYaFvd&source=top>>.

**Děkuji za pozornost**