

# Влияние алкоголя на сердце

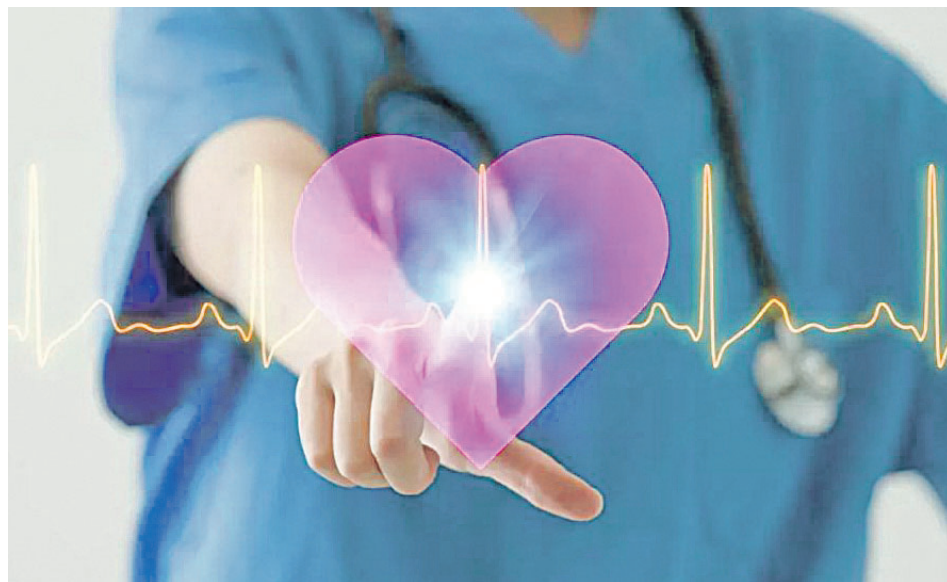
В рамках недели сокращения потребления алкоголя и связанной с ним смертности и заболеваемости поговорим о влиянии алкоголя на сердце с врачом — кардиологом Тульского областного кардиодиспансера Людмилой Валентиновной Зайцевой.



Существует немало распространенных заблуждений по поводу влияния алкоголя на сердце. Некоторые люди утверждают, что умеренное потребление спиртного еще и полезно для сердечно-сосудистой системы. Однако, по многочисленным исследованиям и примерам из жизни видно, что алкоголь лишь служит причиной развития опасных заболеваний сердца вроде гипертонии, инфаркта, ишемии и сердечной недостаточности, так что о пользе его действия на сердце и организм в целом говорить сложно.

Спиртное влияет на деятельность сердца не только в связи с основными особенностями его главных составляющих — крайне опасным фактором зачастую выступают токсичные примеси, которые в настоящее время в достатке есть во многих алкогольных напитках. Например, очень популярные сегодня среди молодежи энергетические коктейли содержат в своем составе такие вещества, которые способны привести к заболеваниям сердечно-сосудистой системы человека. Для того чтобы уменьшить риск подобного воздействия либо полностью его устранить, лучше воздержаться от употребления такой продукции и вести здоровый образ жизни.

У страдающих алкогольной зависимостью людей риск развития инфаркта миокарда заметно выше, чем у непьющих людей в связи с повышенной свертываемостью крови. На сегодняшний день нам известны несколько факторов, которые способствуют возникновению болезней сердца и кровеносных сосудов. Возникновение таких заболеваний зависит от особенностей каждого конкретного организма. Любой негативный фактор усугубляет положение и вносит свой вклад в развитие этих болезней. Существует ряд факторов, на которые люди повлиять не могут, среди них наследственность, возраст и пол. На остальные причины человек повлиять может, к ним относятся: экологическая обстановка, психологические проблемы, нездоровое питание, воздействие лекарственных препаратов, сахарный диабет, гипертония; повышенный холестерин, гиподинамия; избыточный вес, курение, чрезмерное употребление спиртного. Совокупность нескольких факторов приводит к тому, что человек живет с высоким риском сердечного при-



## ВАЖНО!

Токсичный порог спиртного составляет 150 мл красного сухого вина либо около 70 мл водки. Аритмия и кардиомиопатия развиваются по-разному — для начала им нужны различные дозы алкоголя. После принятия алкоголя учащается пульсация, питание сердца нарушается, происходит сужение элементов капиллярной сети, и они лопаются из-за сгущения крови. Такие процессы часто проявляются внешне: покрасневший нос быстро выдает выпившего человека. Помимо этого, при нарушении кровоснабжения миокарда может развиться сердечная гипоксия. Алкоголизм и болезни сердца — пагубное сочетание. Каждое употребление алкоголя лишь усугубляет подобные процессы, они протекают все хуже, переходят в хроническую форму. В результате у пьющих людей появляется одышка, тахикардия, сопутствует всему этому сосудистый атеросклероз и гипертония. Итог данных патологических нарушений — сердечная недостаточность при алкоголизме, нередко приводящая к смерти мужчин до 50 лет. Пагубное влияние спиртных напитков на миокард и всю сосудистую систему достаточно трудно переоценить. Часто подобное воздействие усиливается за счет ядовитых примесей, которые содержатся в не особо качественной алкогольной продукции — в качественном алкоголе вредных примесей нет. Лицам, уже имеющим проблемы с сердечно-сосудистой системой, стоит всерьез опасаться за свою жизнь, если даже и при таком неутешительном диагнозе они продолжают злоупотреблять спиртными напитками. Распитие лишь 50 мл чистого алкоголя на сердце для таких людей сказывается крайне негативно. Лечение сердца нужно проводить с врачебной помощью и не забывать, что алкоголь лечению не помощник.

ступая, и усугублять это явно не стоит. Воздействие алкоголя отнюдь не является последней по значимости причиной, особенно учитывая обстановку с алкоголизмом в нашей стране — сердцу при алкоголизме не позавидуешь. Поэтому стоит подробнее рассмотреть именно воздействие спиртного на сердце и сосу-

ды, чтобы уберечь их от пагубного влияния с его стороны. Влияние алкогольных напитков на сердце человека: содержащийся в алкоголе токсин представляет собой фактически клеточный яд, крайне вредно воздействующий на организм — он просачивается в структуру клетки и уничтожает ее изнутри. Также

спиртные напитки приводят к повышению артериального давления, а это пагубно отражается на сердечно-сосудистой системе. Лишь одна небольшая доза алкоголя способна спровоцировать сбой в работе сердца, который может длиться несколько дней, а в течение семи часов после употребления алкоголя сердце функционирует с повышенной нагрузкой.

Всегда важно помнить, что при болезнях сердца от употребления алкоголя:

- ✓ увеличивается кровяное давление, а поскольку снижается эффект от гипотензивных средств, вероятность возникновения гипертонического криза резко повышается;
- ✓ увеличивается риск госпитализации в связи с ишемией миокарда, которая в этом случае стремительно прогрессирует, становясь все более агрессивной и опасной;
- ✓ повышается риск возникновения инфаркта миокарда, а у ишемических больных вероятен инсульт;
- ✓ развивается множество сопутствующих патологий, которые еще более ухудшают течение основного заболевания сердца;
- ✓ все больше повышается вероятность внезапного летального исхода, обусловленного обострением заболевания.

Из всего вышеописанного вполне понятно, что спиртные напитки и болезни сердечно-сосудистой системы — вещи плохо совместимые.

Алкоголь влияет на сердце в любом случае, тут ничего не поделаешь. А если человек, страдающий подобными заболеваниями сердца, алкоголь все же решает употреблять, да еще и далеко не в умеренных дозах — это лишь его выбор, но ждать в данном случае чего-то хорошего абсолютно бессмысленно.

Может быть все-таки стоит подумать о своем здоровье и, вспомнив, что происходит с сердцем при сердечной недостаточности и прочих заболеваниях, перестать принимать спиртные напитки?

## ГУЗ «Тульский областной клинический кардиологический диспансер»

### ПОДАРИ СЕРДЦУ ЗДОРОВЬЕ!

Медицинская кардиологическая помощь при:  
сердечно-сосудистых заболеваниях, ишемической болезни сердца, инфарктах, гипертонии, нарушениях сердечного ритма и др.



Лиц. Рег. номер в ЕРУП: Л041-01187-71/00363986,  
<https://www.roszdravnadzor.gov.ru/services/licenses>  
(ЛО-71-01-002302 от 23.10.2020 выд. мнздравом ТО) На правах рекламы

✓ Кабинет по проверке работы электрокардиостимуляторов

✓ Отделение рентгенохирургии

✓ Отделение ультразвуковой диагностики

✓ Отделение кардиологии (комфортабельные двухместные палаты)

✓ Отделение функциональной диагностики

(мониторинг артериального давления, ЭКГ, велоэргометрия, УЗИ сосудов)



Кардиоцентр: Веневское ш., 21, т. (4872) 77-30-84

Поликлиника: г. Тула, ул. Революции, 4

телефон «горячей линии» 8 (910) 701-95-62

т. (4872) 77-04-08 [www.tulagb13.ru](http://www.tulagb13.ru)

О ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

О ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ КОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА