

Алкоголь и сердце

Опубликовано 12.12.2005. Обновлено 19.03.2010.

Воздействие алкоголя на сердце и органы кровообращения зависит от количества употребляемого алкоголя. Согласно проведенным исследованиям, одна доза алкоголя в день защищает сердце, хотя аналогичное полезное действие может быть обеспечено и другими способами. Большое количество алкоголя является вредным для сердца.

Риск сердечно-сосудистых заболеваний увеличивают, в частности:

- диета, содержащая много насыщенных жиров, холестерина и соли;
- курение;
- повышенное артериальное давление;
- избыточный вес;
- отсутствие регулярных занятий физической культурой;
- обильное употребление алкоголя;
- стрессы.

Алкоголь непосредственно уменьшает силу сердечных сокращений и имеет косвенное влияние на насосную функцию сердца.

Если сила сердечных сокращений стала меньше из-за порока сердца, значение действия алкоголя на расширение сосудов и вывод жидкости из организма увеличивается.

Хотя алкоголь может защищать сердце от возникновения коронарной болезни, его не следует принимать для лечения боли в грудной клетке при нагрузке. Алкоголь может облегчить болевые симптомы, но имеющийся на фоне дефицит снабжения миокарда кислородом не уменьшается. При коронарной болезни неотложную помощь всегда оказывает нитроглицерин, а не алкоголь.

Умеренное употребление

Умеренное употребление алкоголя не подвергает сердечнососудистую систему особой опасности, и влияние случайного употребления алкоголя на миокард проходит быстро.

В проведенном в Куопио контрольном исследовании были получены данные о том, что обильное разовое употребление алкоголя, например, во время финского уикенда, может увеличивать риск инфаркта миокарда. Дополнительный вес как следствие употребления алкоголя может иметь косвенное влияние на возникновение болезней сердца.

Увеличенный вес является одним из наиболее значительных факторов, влияющих на повышение артериального давления. Высокое артериальное давление, в свою очередь, увеличивает риск возникновения коронарной болезни. Следовательно, дополнительный вес, полученный в результате употребления алкоголя, может иметь косвенное влияние на возникновение болезней сердца.

В исследованиях установлено, что среди мужчин средних лет опасность внезапной смерти от сердечного заболевания росла пропорционально сообщенному обследуемыми лицами употреблению алкоголя. Согласно проведенному в Швеции исследованию, у лиц, обильно употребляющих алкоголь и имеющих проблемы с алкоманией, риск возникновения инфаркта миокарда и смерти от сердечных заболеваний значительно выше.

Похмелье

Похмелье продолжается в течение 6–24 часов в зависимости от тяжести и продолжительности состояния алкогольного опьянения. Даже у здорового человека похмелье может вызвать аритмию, а у страдающих сердечной недостаточностью риски соответственно увеличиваются. Кроме аритмии, похмелье увеличивает риск инфаркта миокарда и инсульта.

В состоянии похмелья спортивные занятия могут стать большой нагрузкой для организма. Лечение похмелья физкультурными занятиями может быть жизненно опасным, особенно для пожилых лиц с болезнями сердечно-сосудистой системы.

Обильное и продолжительное употребление алкоголя

- увеличивает риск аритмии сердца;
- повреждает миокард и может вызвать серьезную сердечную недостаточность;
- повышает артериальное давление – увеличивает риск коронарной болезни;
- увеличивает риск инфаркта миокарда и неожиданной смерти от сердечного заболевания;
- из-за дефицита кислорода может вызвать в миокарде болезненный приступ стенокардии при продолжительной нагрузке.

Более ранними признаками заболевания миокарда у алкоголика является увеличение толщины миокарда и расширение сердца. Сердце не способно реагировать на нагрузку нормальным образом, что может вызывать одышку. Изменения, однако, могут быть скорректированы, если алкоголик бросит пить. Прекращение продолжавшегося несколько лет обильного употребления алкоголя приводит к медленному восстановлению или, по крайней мере, к постоянным позитивным изменениям.

Нарушения сердечного ритма, вызванные алкоголем, обычно проходят сами по себе. При тяжелых и повторяющихся аритмиях алкоголику необходимо прибегать к медикаментозному лечению.

У каждого четвертого внезапно умершего мужчины молодых или средних лет вероятной причиной смерти считается вызванная алкоголем аритмия желудочка сердца.

Lolan Lindroos (Лолан Линдроос)
медсестра
А-поликлиника Kettutie, Фонд А-клиники

Источники: ►

C2HOH Asiaa alkoholista. Alko Oy.

Päihdelääketiede. Toim. Salaspuro M, Kiianmaa K ja Seppä K. Kustannus Oy Duodecim 2003.

Sydän ja alkoholi. Suomen Sydäntautiliitto ry.

link

Источник: <https://paihdelinkki.fi/ru/bank-informacii/informacionnye-izdaniya/substance-use-and-health-ven/alkogol-i-serdce>