

Wpływ alkoholu na organizm: Co powinieneś wiedzieć



Szanowni Państwo,
nadmierne spożywanie alkoholu jest jednym z poważniejszych problemów społeczeństwa. Liczne badania wykazały, że nadużywanie alkoholu powoduje m.in.: zaburzenie perystaltyki jelit, refluks żołądkowo-przłykowy, stany zapalne trzustki, problemy sercowo-naczyniowe, w tym nadciśnienie tętnicze czy upośledzenie wchłaniania wapnia.

Jak organizm reaguje na alkohol? Czy picie lampki wina pozytywnie działa na serce?

Doktor Tomasz Rosiak, kardiolog American Heart of Poland, opowiada, jak alkohol wpływa na nasz organizm, również w kontekście uprawiania sportu. - Alkohol wpływa na wydolność fizyczną organizmu - osłabia zdolności psychoruchowe, co prowadzi do problemów z utrzymaniem równowagi i opóźnienia reakcji. Jest to szczególnie niebezpieczne podczas aktywności fizycznej, takiej jak jazda na rowerze czy sporty wodne – wyjaśnia kardiolog. Ponadto osłabia kurczliwość lewej komory serca, działa na rozkurcz mięśni gładkich w ścianie naczyń krwionośnych. Skutkiem tego procesu jest poszerzenie światła naczyń i spadek ciśnienia krwi, ponieważ rośnie ogólna objętość układu krwionośnego przy stałej objętości krwi.

Alkohol działa jak diuretyk, co oznacza, że zwiększa produkcję moczu, prowadząc do szybszej utraty płynów z organizmu, tym samym zwiększając ryzyko odwodnienia - co jest szczególnie niekorzystne podczas wysiłku fizycznego. Odwodnienie może prowadzić do zaburzeń elektrolitowych, wahań ciśnienia krwi i

arytmii – wyjaśnia **Tomasz Rosiak, kardiolog American Heart of Poland.**

Więcej na temat wpływu alkoholu na serce w załączonej informacji. Jestem przekonana, że temat ten zainteresuje Państwa odbiorców – zachęcam do publikacji artykułu.

W przypadku pytań, pozostaję do dyspozycji.

Źródło: American Heart of Poland S.A.

www.ahop.pl

-

Do pobrania

[Alkohol a sercePobierz](#)

[Pozostałe aktualności](#)

- [Udostępnij](#)
- [Drukuj](#)
- [PDF](#)