

Kratkoročno gledano od alkohola imamo jak mamurluk, umorni smo i ne izgledamo dobro, no što alkohol čini tijelu na duge staze je daleko ozbiljnije.

Alkohol s vremenom napada sve vitalne organe (Ilustracija: Guliver/Thinkstock)

Rak dojke i usne upljine, bolesti srca, moždani udari i ciroze jetre samo su neke od posljedica, no tu su i posljedice na mentalno zdravlje, pogoršanje pamćenja i oslabljena plodnost. Liječnici su opazili da alkoholičari imaju problema s probavom, na njihovom nateknutom licu pojavljuju se mrlje, imaju problema sa spavanjem, a kod žena je pojačano nakupljanje celulita.

Dr. KJ Patel je istraživao utjecaj alkohola na mišićeve dočao do vaših zaključaka. Naime, samo jedna doza alkohola bila je dovoljna da u genomu fetusa dođe do raznih anomalija, a samo tri pišava na dan snažno povećavaju mogućnost obolijevanja od raka. Jedna prologodišnja studija pokazala je da je, kad se uzme u obzir utjecaj na pojedinca i društvo, alkohol daleko opasniji od heroina i cracka, kao i od kokaina i duhana jer je u daleko većoj upotrebi.

Postavlja se pitanje koliko se zapravo smije popiti alkohola, a da tijelu ne šteti. Prije se smatralo kako žene ne bi smjele popiti više od dva pišava na dan, a muškarci do četiri, no liječnici upozoravaju kako su bezopasne količine alkohola daleko manje. Ne možemo ljudima sa sigurnošću reći koliko netko smije popiti, no ono što znamo jest što manje pijete, manja je mogućnost da obolite od neke bolesti. Ljudi vole popiti šalicu alkohola, no moraju biti svjesniji o kakvom se riziku zapravo radi, kazala je za BBC ravnateljica Instituta za alkohol Katherine Brown.

(kip.ba)