

ประชาสัมพันธ์ โทษ พิษภัย และผลกระทบจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์



ด้วยความปรารถนาดีจาก
องค์การบริหารส่วนตำบลหนองหมากฝ้าย

พิษร้ายของสุรา

สุขที่ใจ... เจ็บที่กาย

การหักดิบไม่ได้ประสบความสำเร็จเสมอไป
ต้องตั้งใจจริง ปรับเปลี่ยน
นิสัยการดื่ม ตั้งเป้าหมาย จะ
เลิกเพื่อใคร หลีกเลี่ยงปัจจัย
ที่จะทำให้เราดื่มเหล้าได้ง่าย
ขึ้น ฝึกการปฏิเสธให้เด็ดขาด

- ทำลายความสัมพันธ์กับคนที่คุณรัก ครอบครัว
- อุบัติเหตุ อย่างเช่น อุบัติเหตุรถชน ความรุนแรง, การส่องละเมิดทางเพศ
- เสียการงาน / เสียการเรียน
- สถานภาพทางการเงิน
- ทำร้ายสุขภาพจิตใจ
- ผลกระทบด้านสุขภาพ
 - ไขมันพอกตับ ตับอักเสบ และตับแข็ง
 - โรคตับอ่อนอักเสบเฉียบพลัน
 - โรคหัวใจ
 - เส้นเลือดในสมองแตก → อัมพาต อัมพฤกษ์

พิกัด โรคมะเร็งในปาก กล้องเสียงและ
หลอดอาหาร

มูลนิธิรณรงค์ช่วยให้เลิกบุหรี่และสารเสพติด
พบจิตแพทย์หรือทีมผู้ชำนาญการ เพื่อรับการ
บำบัด ยา และ คำปรึกษาที่ ถูกต้องและ
ปลอดภัย เพื่อป้องกันภาวะแทรกซ้อนที่อาจเกิด
ขึ้นจากการหยุดแอลกอฮอล์กะทันหัน

ศูนย์ปรึกษาปัญหาสุรา — โทร 1413

6408007 Thitayaporn Prasertsom, 6408010 Nattamon Thongplakhao, 6408011 Nicha Songsilph, 6408017 Phachara Lamlerthon, 6408021 Parose Siriraks,
6408023 Methis Piuemsuthi, 6408027 Wanapas Wachiradejkul, 6408028 Worrachai Amornsripanitch

แอลกอฮอล์

โทษและพิษภัยต่อสุขภาพ



ช่องปากและลำคอ

เหล้าทำให้ลิ้นเป็นฝ้า เนื้อเยื่ออักเสบ
เสียงเป็นมะเร็งช่องปาก



สมอง

เหล้ากระตุ้นเซลล์สมองขยายตัว
ทำให้สมองบวม สูดท้ายเซลล์
จะสับสนและตาย



หัวใจ

เหล้ากระตุ้นให้เลือดสูบฉีดเร็ว
หัวใจทำงานหนัก
ทำให้หัวใจโตและหัวใจวาย



หลอดเลือด

เหล้าทำให้หลอดเลือดขยาย
ผิวหนังเป็นผื่นแดง
บางคนเส้นเลือดอาจหดตัว
ซึ่งเป็นอันตรายมาก



ตับ

เหล้าทำร้ายเซลล์ตับ
ไขมันไปพอกที่ตับเกิดเป็นผังผืด
และเป็นโรคตับแข็ง



กระเพาะอาหาร

เหล้าจะไปกระตุ้นน้ำย่อย
ถ้ากินตอนท้องว่าง
เชื้อบูกระเพาะจะอักเสบเฉียบพลัน



ด้วยความปรารถนาดีจาก

องค์การบริหารส่วนตำบลหนองหมากฝ้าย



ด้วยความปรารถนาดีจาก
องค์การบริหารส่วนตำบลหนองหมากผ้าย

โทษ และ พิษภัย

ของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ต่อสุขภาพ

เมื่อแอลกอฮอล์เข้าสู่ร่างกาย



• แอลกอฮอล์ประมาณ ร้อยละ 10 – 20 จะถูกดูดซึมจาก กระเพาะอาหาร



• แอลกอฮอล์ที่เหลือ ร้อยละ 80 – 90 ถูกดูดซึมผ่านลำไส้เล็ก และเข้าสู่กระแสเลือด



• ซึ่งจะสามารถตรวจพบ แอลกอฮอล์ในเลือดได้ ภายในเวลาเพียง 5 นาที หลังจากเริ่มดื่ม

• ก่อนจะส่งต่อไปยังเซลล์ เนื้อเยื่อ ของเหลว ทุกแห่งในร่างกาย และอวัยวะต่างๆ และ ส่งผลต่ออวัยวะต่างๆ ที่ร่างกาย

ระดับแอลกอฮอล์ในเลือด



จะขึ้นกับอัตราการดูดซึมและ ปริมาณแอลกอฮอล์ที่ดื่มเข้าไป โดยทั่วไประดับแอลกอฮอล์ในเลือด จะขึ้นสู่ระดับสูงสุดในเวลา 30 – 90 นาที ขึ้นกับอายุ เพศ และลักษณะ ทางพันธุกรรมของผู้ดื่ม

เมื่อดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในปริมาณเท่ากัน พบว่า



คนอ้วนเตี้ย จะมีระดับ แอลกอฮอล์ในเลือด สูงกว่า คนผอมสูง

เนื่องจากคนอ้วน มีไขมันมากกว่า คนผอม แอลกอฮอล์จึงคงอยู่ในเนื้อเยื่อไขมันมากกว่า



ผู้หญิง เมาเร็วกว่า ผู้ชาย

เนื่องจากผู้หญิง มีปริมาณไขมันมากกว่า แต่มีพื้นที่น้ำ น้อยกว่าผู้ชาย

การดื่มแอลกอฮอล์ ในขณะท้องว่าง ทำให้เมาเร็ว



สมองและระบบประสาท

- การทำงานของระบบประสาทส่วนกลาง
- หากดื่มยาวนาน จะทำให้เซลล์สมองทยอยตัว เกิดอาการที่เรียกว่า สมองมวน



ช่องปากและลำคอ

เกิดอาการระคายเคืองในช่องปากและลำคอ อย่างที่เรียกกันว่า "เหล้าบาดคอ"

ผิวหนังและหลอดเลือด

- หลอดเลือดจะขยายตัว ทำให้หน้าแดง ตัวแดง
- บางคนอาจมีอาการเส้นเลือดหดตัว ทำให้หน้าซีด ซึ่งมีอันตรายต่อชีวิตมากกว่า

หัวใจ

หัวใจจะถูกกระตุ้นให้สูบฉีดโลหิตเร็วขึ้น ทำงานหนักขึ้น เกิดโรคหัวใจโต มีอาการ หัวใจวายหรือหัวใจล้มเหลวตามมาในที่สุด

ตับ

- ตับเป็นอวัยวะที่ได้รับพิษจากแอลกอฮอล์มากที่สุด
- เซลล์ตับที่ถูกทำลายจะมีไขมันเข้าไปแทนที่ นำไปสู่อาการตับอักเสบ และนำไปสู่ "ตับแข็ง"

กระเพาะอาหาร

โรคที่พบบ่อยในหมักดื่ม คือ ภาวะอักเสบเรื้อรังของ เยื่อเมือกติดต่อกันเป็นเวลานานจะทำให้มีเลือดออก ในกระเพาะอาหาร อาจเจ็บเป็นสีดำ อุจจาระดำ

ระบบอื่น ๆ ของร่างกาย

- เพิ่มความเสี่ยง ต่อการเกิด
- โรคความดันโลหิตสูง
- โรคไขมันในเลือดสูง
- โรคกล้ามเนื้อหัวใจตายหรือเส้นเลือดในสมองอุดตัน
- ภาวะเลือดจาง เม็ดเลือดขาวต่ำ เม็ดเลือดแดงต่ำ และโรคโลหิตจาง
- เพิ่มความเสี่ยงต่อโรคเนื้องอก
- อวัยวะต่างๆ เสื่อมเร็วขึ้น จึงแก่เร็ว



เซลล์

เซลล์ทุกเซลล์จะทำงานไว้นิ่งกว่าปกติจนเกินความจำเป็น ทำให้การทำงานของอวัยวะแปรปรวน ทุกสิ่งของแอลกอฮอล์ จะลดการทำงานของเซลล์ และทำลายเซลล์ไปในที่สุด



สำนักงานคณะกรรมการ
ควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
กรมควบคุมโรค

ศูนย์รับเรื่องร้องเรียน
โทร 0-2590-3342

DDC
1422

