

喝酒的危害有哪些

作者：有故事的人 来源：范文网 www.wtabcd.cn/fanwen/

本文原地址：<https://www.wtabcd.cn/fanwen/zuowen/1692744140628369.html>

范文网，为你加油喝彩！



喝酒的危害有哪些

喝酒的危害有哪些

大家都知道喝酒危害健康，但是具体你知道喝酒的危害是什么吗?今天就给大家介绍喝酒的危害，希望对大家有帮助!

喝酒的危害有哪些 篇1

伤肝

过量饮酒肝脏最受伤，约90%的酒精在肝脏内代谢。即便没有喝醉酒，只要是长期过量饮酒，酒精也会像“沉默杀手”一样损害肝脏，先是酒精性脂肪肝，接着是酒精性肝炎，随后就是炎症坏死、肝纤维化，最后导致肝硬化，肝脏失去功能。如果每天摄入80克酒精，一喝就是十几年，那么50%都会出现肝硬化。

灼伤消化道黏膜

酒精进入消化道后，会对食管黏膜、胃黏膜和肠黏膜产生化学性灼伤，导致肠功能紊乱、胃出血、胃炎等问题。还会增加肝癌、胰腺癌、食道癌等的患病风险。喝酒时出现的恶心、呕吐等症状，就是酒精在伤害消化系统的表现。

酒精急性中毒 30岁以下注意

年轻人最容易出现这种情况，认为自己身体好，喝醉了呼呼睡一觉就好，恰恰有一些人就因为这样而醉酒至死。因为酒精会导致呼吸抑制、深度昏迷等。这类人最为凶险。

爆血管、心梗 40岁以上小心

年纪在40岁以上的人群是这类危险的高发人群，因为他们往往有着高血脂、动脉硬化、高血糖等心脑血管事件的危险因素，或者本身有高血压、冠心病等基础病，这类人喝酒后容易发生脑出血、心梗等意外。

呕吐窒息死亡

酒后吐得一塌糊涂大有人在，正因此，大家反而对醉酒后的呕吐不太重视。高聪教授介绍，曾有个病人，酒后喝得醉醺醺地回到家，妻子讨厌丈夫的酒味，不让丈夫回房睡觉，于是丈夫在沙发上趴着睡了一夜，当第二天早上妻子起床，却发现丈夫已经没有了动静。原来，丈夫酒后意识不清醒，趴着睡觉时呕吐物堵塞了气道，导致窒息死亡。

喝酒的危害有哪些 篇2

- 1、不要喝冰水、柠檬水等刺激性的饮料，会抵消牛奶的护胃功效。
- 2、不要和碳酸饮料如可乐等一起喝，二氧化碳会加快身体吸收酒精的速度。
- 3、不可一饮而尽，应分成几口喝。血液中乙醇浓度上升慢，不易喝醉。
- 4、最佳佐餐：牛肉、鸡肉、鱼以及其他动物性食品和大豆制品中，含大量蛋氨酸和胆碱，增强肝脏分解酒精的能力。猪肝，补充因喝酒而丢失的维生素B。绿叶蔬菜，中和酒和肉的酸性，抗氧化剂和维生素可保护肝脏。
- 5、忌吃咸鱼、熏肠、腊肉，含有大量色素与亚硝胺，在体内与酒精反应后，不仅伤害肝脏，而且会损害口腔与食道黏膜，甚至诱发癌症。

6、喝啤酒忌吃烧烤食品，同属高嘌呤食物，将使患痛风的风险大增。

喝酒的危害有哪些 篇3

- 1.在酒精的刺激下，心理变态。人有时会过高地估计自己，对周围人的劝告常不予理睬，往往干出一些力不从心的事。
- 2.饮酒后驾车触觉能力降低，由于酒精的麻醉作用，人的手、脚的触觉较平时降低，往往无法正常控制油门、刹车及方向盘。
- 3.饮酒后可使视力暂时受损视觉障碍。视像不稳，辨色能力下降，因此不能发现和正确领会交通信号、标志和标线。同时饮酒后视野大大减小，视像模糊，眼睛只盯着前方目标，对处于视野边缘的危险隐患难以发现，易发生事故。
- 4.饮酒后判断能力和操作能力都会随之降低。对光、声刺激反应时间延长，本能反射动作的时间也相应延长，感觉器官和运动器官如眼、手、脚之间的配合功能发生障碍，因此，无法正确判断距离、速度。
- 5.饮酒后易困倦，表现为行驶不规律，空间视觉差等疲劳驾驶的行为。

喝酒的危害有哪些 篇4

喝酒的坏处有很多，众所周知喝酒主要影响肝脏，喝酒会引起酒精性的肝炎、酒精性的肝硬化，还会引起酒精相关的肝癌。喝酒不但影响肝脏，还会影响消化系统，可以造成胃黏膜的糜烂，有些患者会出现消化道出血，还会引起应激性的溃疡。喝酒对其它内脏，例如胰腺、肾脏都有影响。如果暴饮暴食，喝大量酒，还会引起急性胰腺炎。胰腺炎是一种重症的疾病，如果不及时**死亡率可能高达50%。

喝酒的危害有哪些 篇5

偶尔少量喝酒危害不大，长期喝酒危害很大，比较常见的危害包括导致味觉障碍、刺激胃黏膜、破坏股骨头、伤害肝脏、损伤大脑、危及心脏等。

1.导致味觉障碍

经常喝酒，味蕾会因酒精反复刺激而损伤，可出现味觉障碍，患口腔癌的风险也会明显增加。

2.刺激胃黏膜

许多人喝酒后常有恶心、呕吐等胃部不适症状，主要是酒精会对胃黏膜产生刺激导致的。如长期喝酒，高浓度的酒精在胃内滞留，会使胃黏膜糜烂、出血。

3.破坏股骨头

长期酗酒，可能导致股骨头缺血、坏死，影响正常活动。

4.伤害肝脏

酒精进入人体后，需经过肝脏代谢，所以经常喝酒会加重肝脏负担，使肝细胞受损、坏死，严重时影响肝功能，出现酒精性肝炎等疾病。

5.损伤大脑

长期喝酒，酒精**大脑神经，使大脑皮质萎缩，导致大脑功能障碍、意识障碍等。长期酗酒引起慢性酒精中毒时，常会可导致记忆力减退、定向力差、精神异常等表现。

6.危及心脏

心脏长期受到酒精的刺激，会使心肌纤维变形，失去弹性，出现动脉粥样硬化、冠心病的风险明显增加。

更多 实用文体 请访问 https://www.wtabcd.cn/fanwen/list/93_0.html

文章生成doc功能，由[范文网](#)开发