

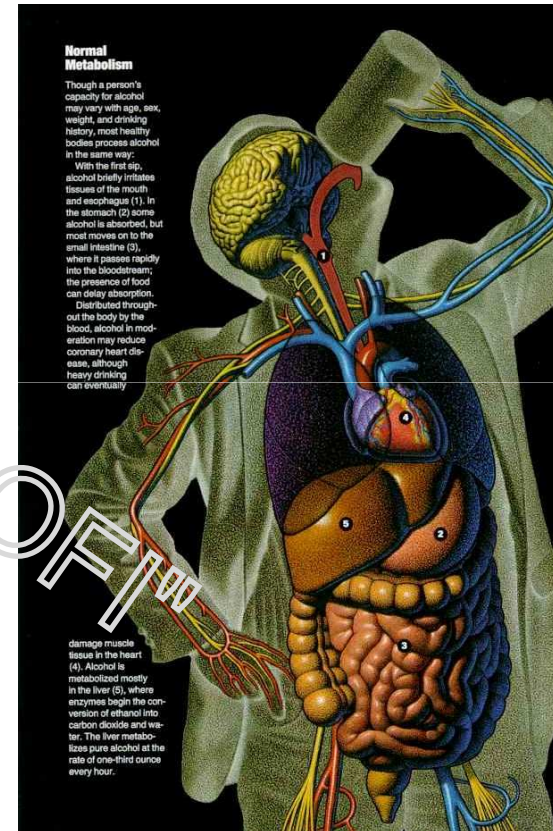


Το Αλκοόλ στον Ανθρώπινο Οργανισμό πριν και μετά την ενηλικίωση

Μαίρη Κουλεντάκη, MD, PhD, FEBGH
Γαστρεντερολόγος-Ηπατολόγος
Αλκοολογικό Ιατρείο ΠαΓΝΗ

Αλκοόλ

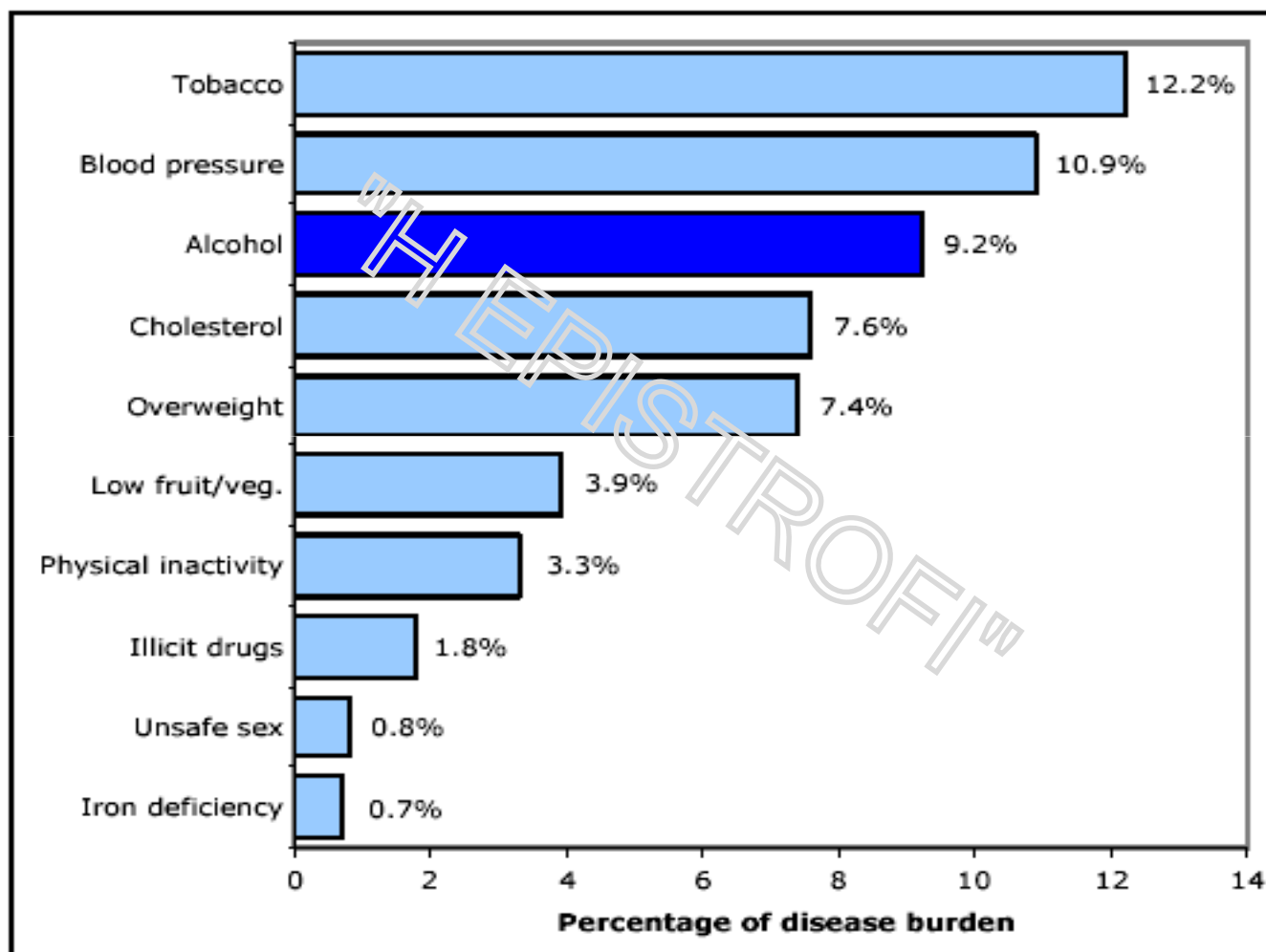
- Η **αιθανόλη** μέσα στο σώμα μας μεταβολίζεται στην **τοξική ουσία** ακεταλδεΐδη, την κύρια υπεύθυνη για τα οργανικά προβλήματα
1. Δημιουργεί ή/και αυξάνει τον κίνδυνο εμφάνισης **προβλημάτων σχετιζόμενων με το αλκοόλ.**
 2. Επιπλέκει την αντιμετώπιση άλλων προβλημάτων υγείας



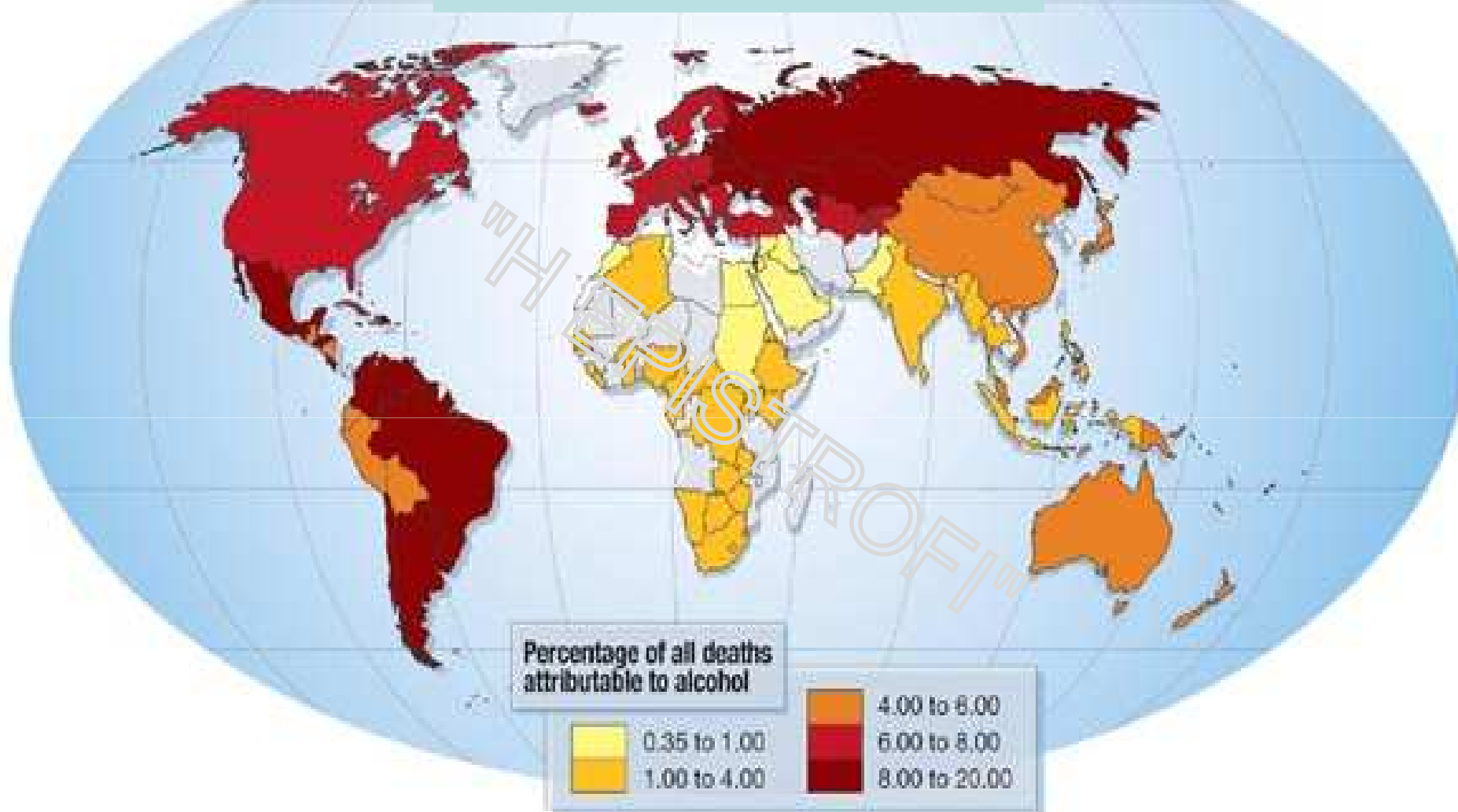


Οι 10 κυριότεροι παράγοντες κινδύνου για εκδήλωση νόσου στις αναπτυγμένες χώρες

**MAJOR BURDEN OF DISEASE – LEADING 10 SELECTED
RISK FACTORS IN DEVELOPED COUNTRIES, 2000**



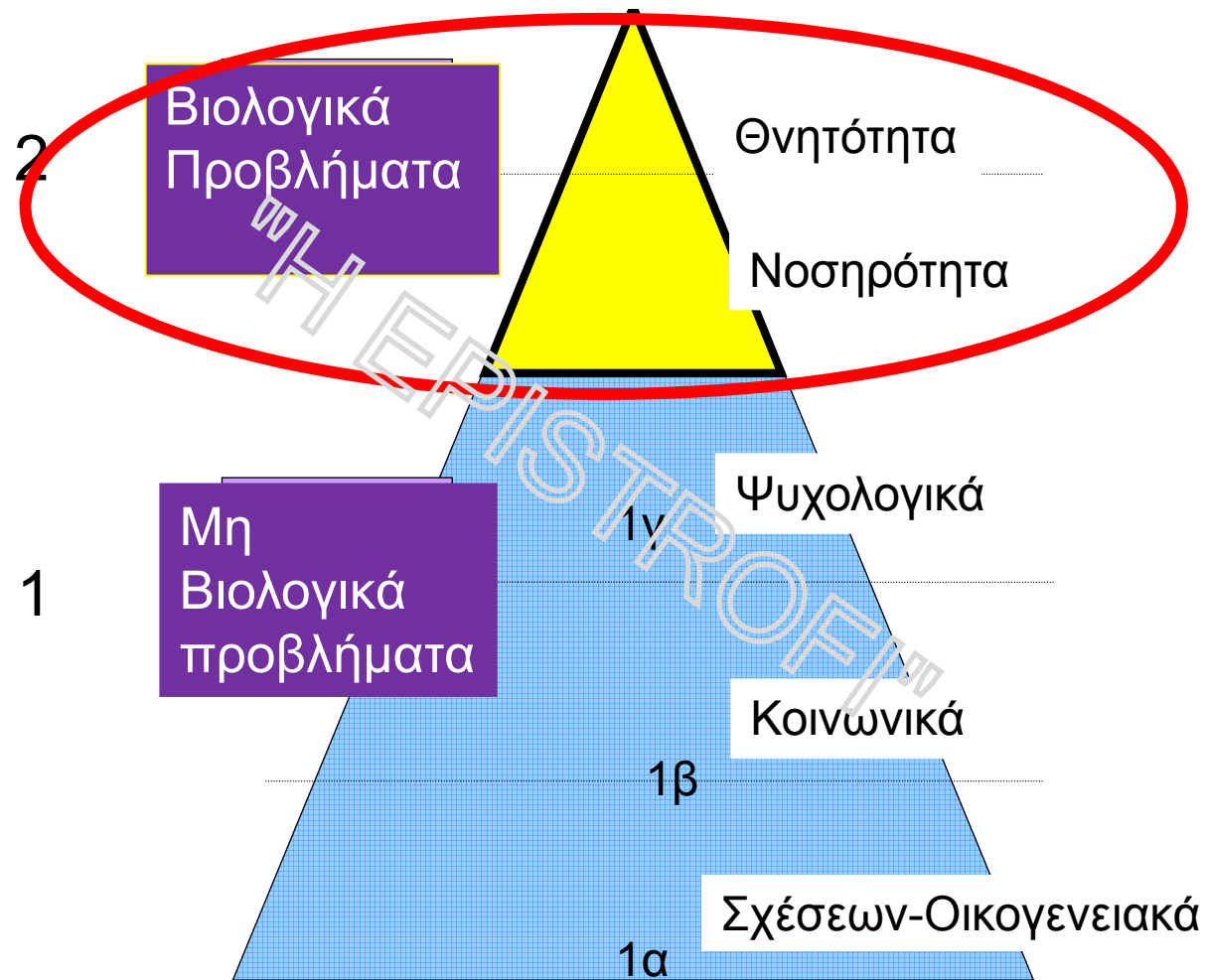
Θάνατοι σχετιζόμενοι με το αλκοόλ



Σεμινάριο προς εκπαιδευτικούς,
"Η ΕΠΙΣΤΡΟΦΗ" 19/1/2015

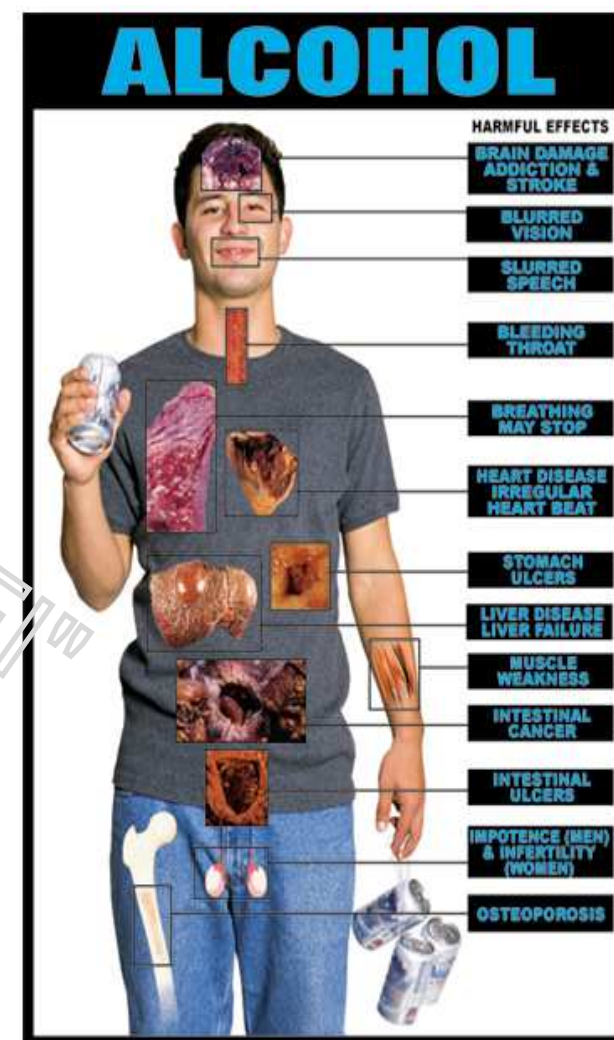
Nature, 2004

Η πυραμίδα των προβλημάτων που συνδέονται με το αλκοόλ



Νοσηρότητα από αλκοόλ

- Σχετίζεται με 60 διαφορετικές παθήσεις.
- 20% των νοσηλευόμενων σε νοσοκομεία.
- 80% των καρκίνων ανώτερου αναπνευστικού και πεπτικού (γλώσσα, υποφάρυγγας, λάρυγγας, οισοφάγος) συνδέονται με αλκοόλ και κάπνισμα.
- 40% των κίρρωτικών ασθενών στην Κρήτη είναι αλκοολικής αιτιολογίας.
- Το 15ήμερο των εορτών πέθαναν 4 άνθρωποι στη Γαστρ/κή Κλινική από το αλκοόλ.



Όλοι είναι το ίδιο ευάλωτοι?

Τι επηρεάζει την τοξικότητα της αιθανόλης??

Γενετικοί παράγοντες

- Γονίδια και ένζυμα
- **Ηλικία της κατανάλω**
- **Φύλο** : Η γυναίκα είναι περισσότερο ευαίσθητη
- Η Θρέψη και το ΣΒ
- Προϋπάρχουσα νόσος (υπέρταση, διαβήτης, ηπατοπάθεια)

Περιβαλλοντολογικοί παράγοντες

- Ποσότητα καταναλούμενης αιθανόλης
- Διάρκεια σε έτη της κατανάλωσης

Διαδρομή του αλκοόλ στο σώμα



- Απορροφάται γρήγορα από το στομάχι, γρηγορότερα αν είναι άδειο
- Φθάνει στο αίμα σε 45 λεπτά
- Κυκλοφορεί στο σώμα

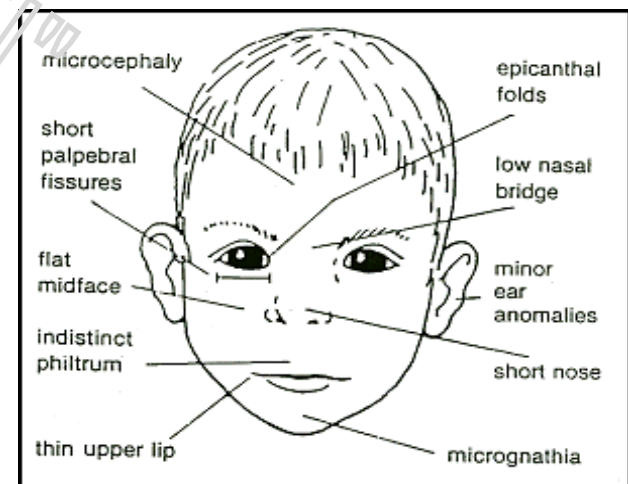
Κατανομή της αιθανόλης

- Κατανέμεται στους ιστούς για 30-60 λεπτά με μείωση των επιπέδων από το αίμα.
- Μεγαλύτερες συγκεντρώσεις παρατηρούνται στους ιστούς που έχουν μεγαλύτερη περιεκτικότητα σε νερό.
- Τα όργανα με μεγαλύτερη αιμάτωση παρουσιάζουν την μεγαλύτερη συγκέντρωση (εγκέφαλος, νεφρά, πνεύμονες).
- Όργανα με μικρότερη αιμάτωση και μεγαλύτερη περιεκτικότητα σε λίπος έχουν την μικρότερη συγκέντρωση (μυϊκός και λιπώδης ιστός).

Κατανομή της αιθανόλης

- Στις γυναίκες που παρουσιάζουν μεγαλύτερη ποσότητα λίπους, ίδιες προσότητες αιθανόλης μεταφράζονται σε μεγαλύτερες συγκεντρώσεις στην κυκλοφορία.
- Διέρχεται τον πλακούντα σε εγκύους.

Fetal Alcoholic Syndrome



Σύνδρομο Εμβρυϊκού Αλκοολισμού (FAS)

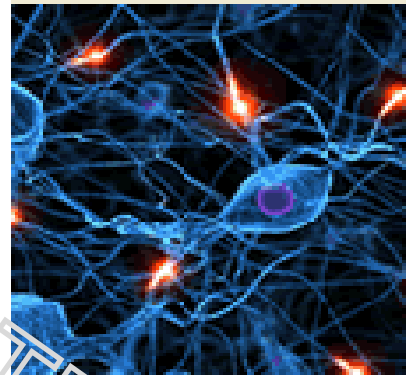
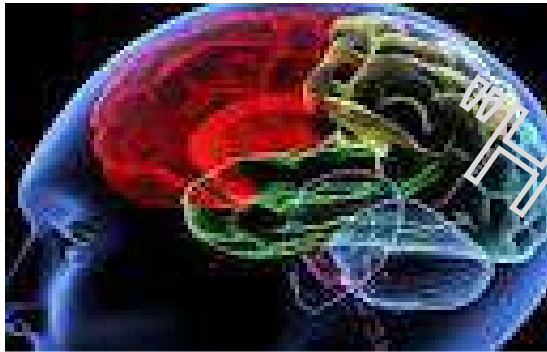
Το νεογνό παρουσιάζει Συγγενείς Ανωμαλίες

- Κοντό και λιποβαρές
- Ανωμαλίες στην ακοή
- Νοητική και κοινωνική έκπτωση
- Υπερκινητικότητα
- Δυσκολία στο μυϊκό συντονισμό
- Δυσμορφίες
- Δυσκολίες στην εκπαίδευση για ομιλία και τουαλέτα, στη βάδιση
- Κακή όρεξη
- Κακό ύπνο



Δράση στον εγκέφαλο

- Στομάχι → Αίμα → Εγκέφαλος



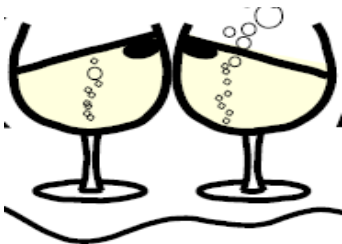
Εκεί δρα κατευναστικά σαν αναισθητικό πλήττοντας συνάψεις και νευρώνες

- Δημιουργεί **άμεσα** συνθήκες ευεξίας και μία αίσθηση ψευδούς απελευθέρωσης από τα ταμπού και τις αναστολές τόσο έντονα όσο περισσότερη είναι και η ποσότητα που καταναλώνεται.
- Παράλληλα όμως δημιουργεί και καταστολή της προσοχής μειωμένο έλεγχο της συμπεριφοράς, και των αντανακλαστικών, μείωση της νυχτερινής όρασης, ταραχή, ευερεθιστότητα, βίαιη συμπεριφορά, προβλήματα μνήμης.....

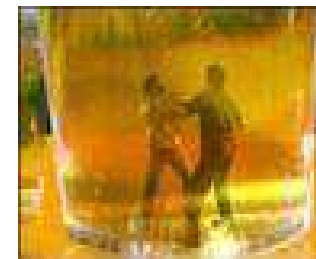
Ο ανθρώπινος εγκέφαλος

- Στον ανθρώπινο εγκέφαλο υπάρχουν 100 δισεκατομμύρια νευρώνες που ωριμάζουν και συνδέονται μεταξύ τους (συνάψεις) για την ολοκλήρωση των λειτουργιών του εγκεφάλου έως τα 21 έτη.

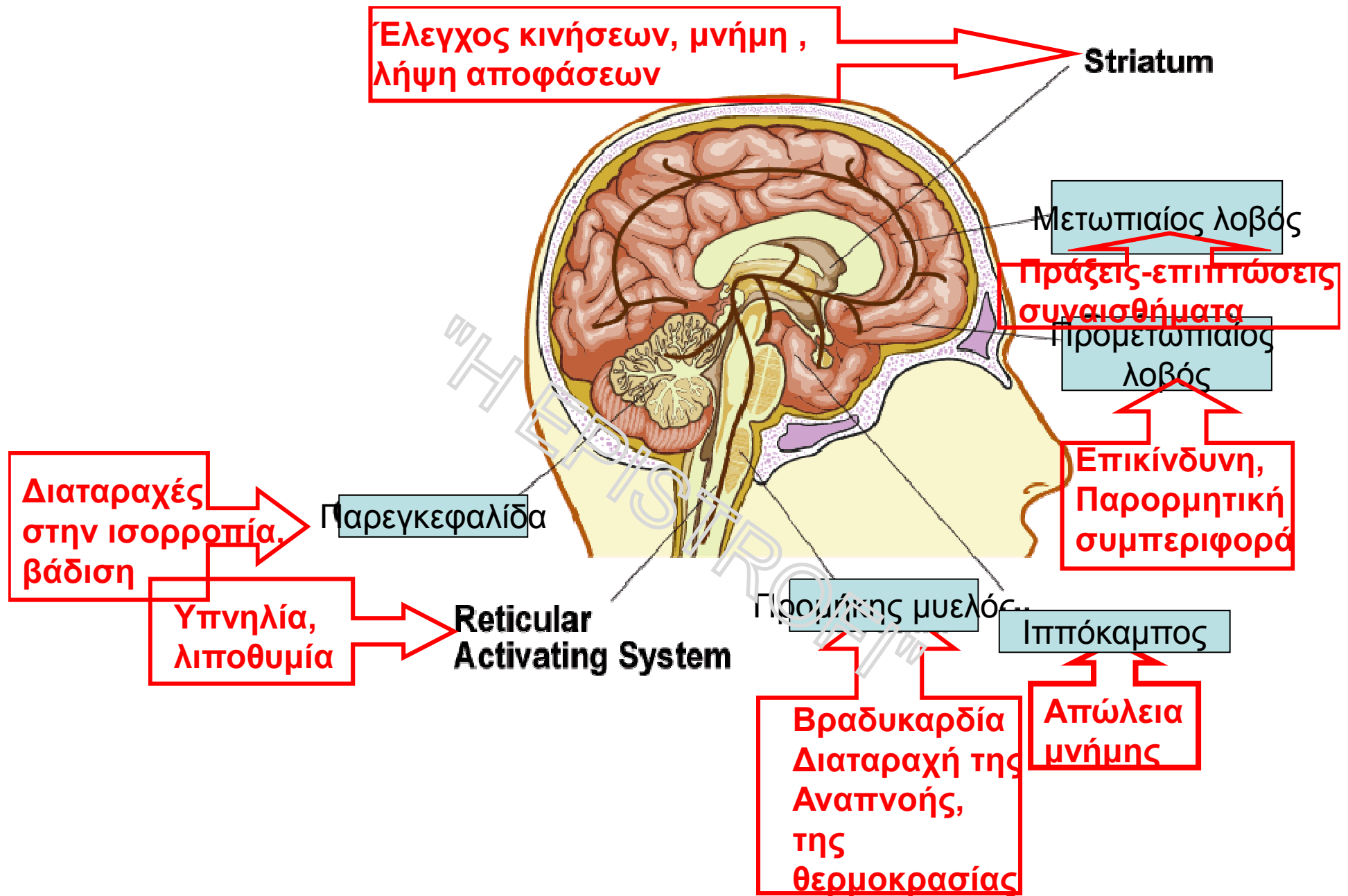




Επιδράσεις ΣΤΟΝ εγκέφαλο σε σχέση με την ποσότητα

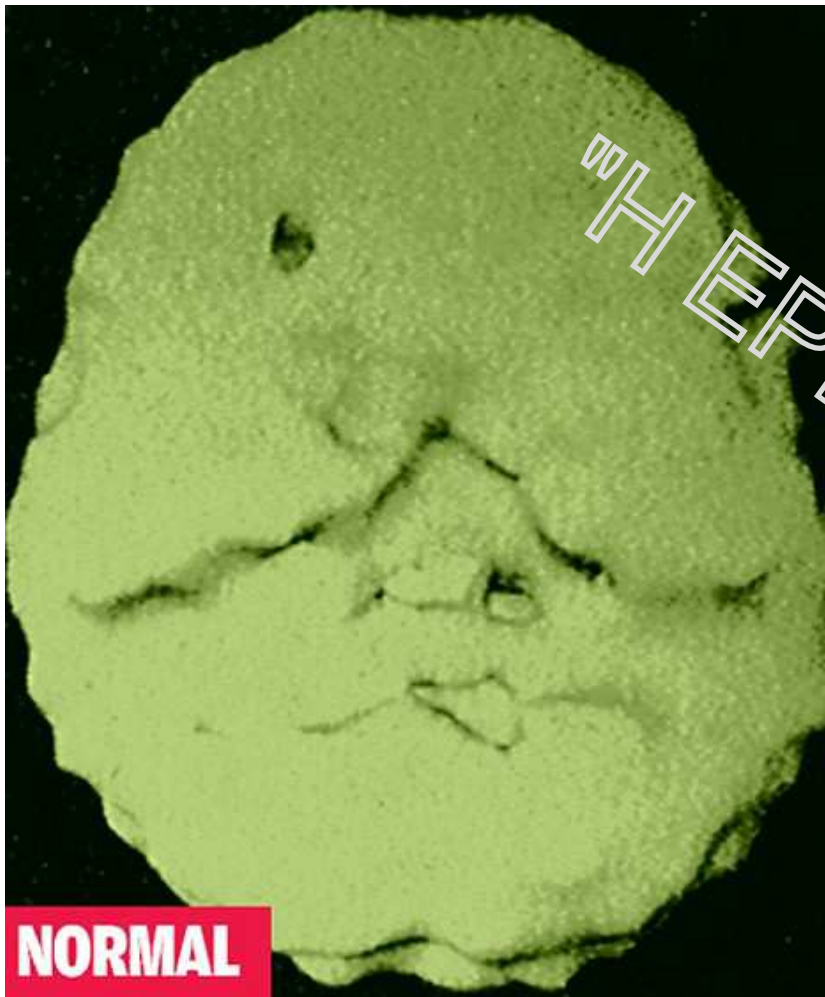


<u>Συγκέντρωση</u>	<u>Αίσθημα</u>	<u>Διαταραχές</u>
0,01- 0,05 1-5 μονάδες	Χαλάρωση Μείωση αναστελών	Διέγερση Κρίση
0,06- 0,10 6-10 μονάδες	Ευχαρίστηση Ναυτία υπνηλία Διέγερση	Συντονισμός κινήσεων Παρακολούθηση αντικειμένων
0,11- 0,20 11-20 μονάδες	Θυμός, θλίψη, Διαταραχή συναισθημάτων	Κοινωνική συμπεριφορά Ομιλία
0,21- 0,30 21-30 μονάδες	Επιθετικότητα Μείωση αισθήσεων Κατάθλιψη	Ισορροπία Ρύθμιση θερμοκρασίας
0,31- 0,40 31-40 μονάδες	Λιποθυμία Κώμα	Δυσκολία αναπνοής
> 0,40 >41 μονάδες	Θάνατος	Βραδυκαρδία



Επιπτώσεις στον εφηβικό εγκέφαλο

(νέος 18 ετών με συστηματική κατανάλωση αλκοόλ 1 έτος)



Εγκεφαλικές Διαταραχές μετά από χρόνια κατάχρηση

Μερικά αναστρέψιμες από τη διακοπή

- **Άνοια**
 - Καταστρέφονται νευρώνες, δενδρίτες και συνάψεις.
- **Εγκεφαλοπάθεια Wernicke**
 - Έκπτωση μνήμης και προσανατολισμού, αταξία, οφθαλμοπληγία
- **Σύνδρομο Korsakoff**
 - Αμνησία, παλιά και καινούργια
- **Παρεγκεφαλιδική εκφύλιση**
 - Τρόμος, αταξία
(40% των χρόνιων αλκοολικών)

Μέθη



- Προκαλείται από αλκοόλ (άλλης ποσότητας ανά περίπτωση) σε σύντομο χρονικό διάστημα
- **Οξεία δηλητηρίαση** από αλκοόλ.
- Παρατηρείται αλλαγή στην συμπεριφορά που το μέγεθός της (από την ευφορία ως το κώμα) εξαρτάται από την ποσότητα αλκοόλ στο αίμα.



Σεμινάριο προς εκπαιδευτικούς,
"Η ΕΠΙΣΤΡΟΦΗ" 19/1/2015



Δράση του αλκοόλ στην οδήγηση



ΔΕΝ ΧΡΕΙΑΖΕΤΑΙ ΝΑ ΜΕΘΥΣΕΙΣ!!

- Για 1 ώρα μετά από 1 μονάδα αλκοόλ στο αίμα →
 - **Αργά αντανακλαστικά** (φρενάρισμα από 0.75 sec σε 1.5 sec).
 - **Όραση σε τούνελ**
 - **Μειωμένη συγκέντρωση**
 - **Υπνηλία**
 - **Αίσθημα ευφορίας «σιγουριάς» με υποτίμηση των κινδύνων**

Μεταβολισμός

- Στομάχι → Αίμα → Εγκέφαλος → Έπαρ Μεταβολίζεται στην δηλητηριώδη ουσία **ακεταλδεύδη** που μετά από περαιτέρω μεταβολισμό, αποβάλλεται σαν CO_2 και H_2O .



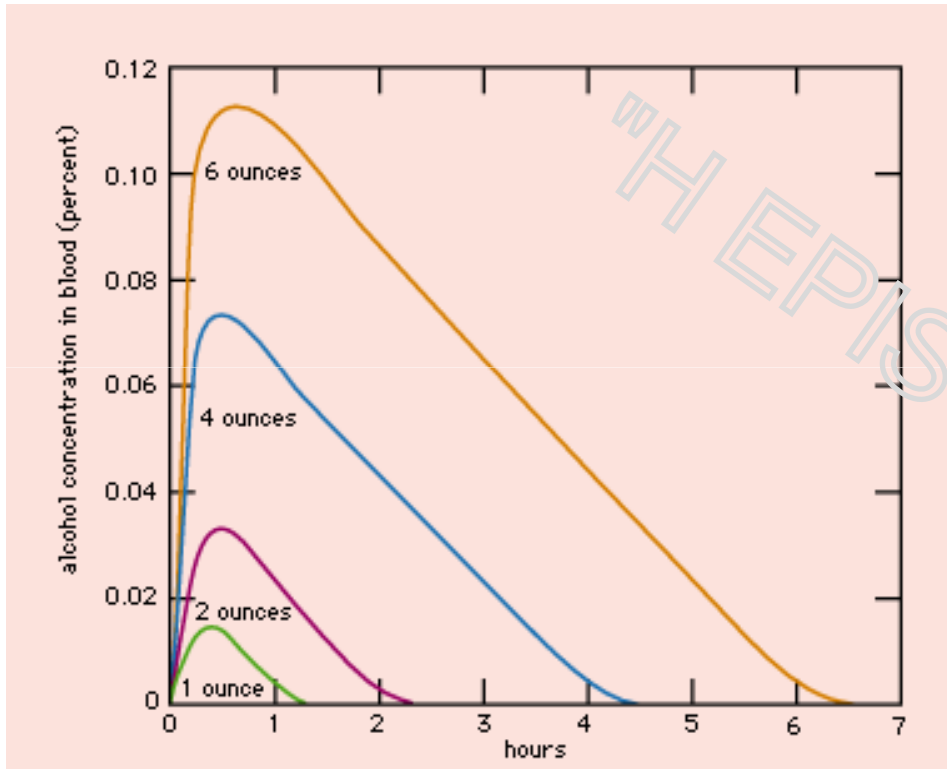
- Σε 45-90 λεπτά από την κατανάλωση υπάρχει αντιστοιχία ανάμεσα στα επίπεδα στο αίμα και στον εκπνεόμενο αέρα (**αλκοολόμετρο ή alco-test**).

Μεταβολισμός αιθανόλης σε μικρή και χρονίως μεγάλη κατανάλωση αλκοόλ **Φαινόμενο Ανοχής**

Μικρή κατανάλωση	ADH	90%
	P450	8%
	Καταλάση	2%
Χρονίως μεγάλη κατανάλωση	ADH	45%
	P450	50%
	Καταλάση	5%

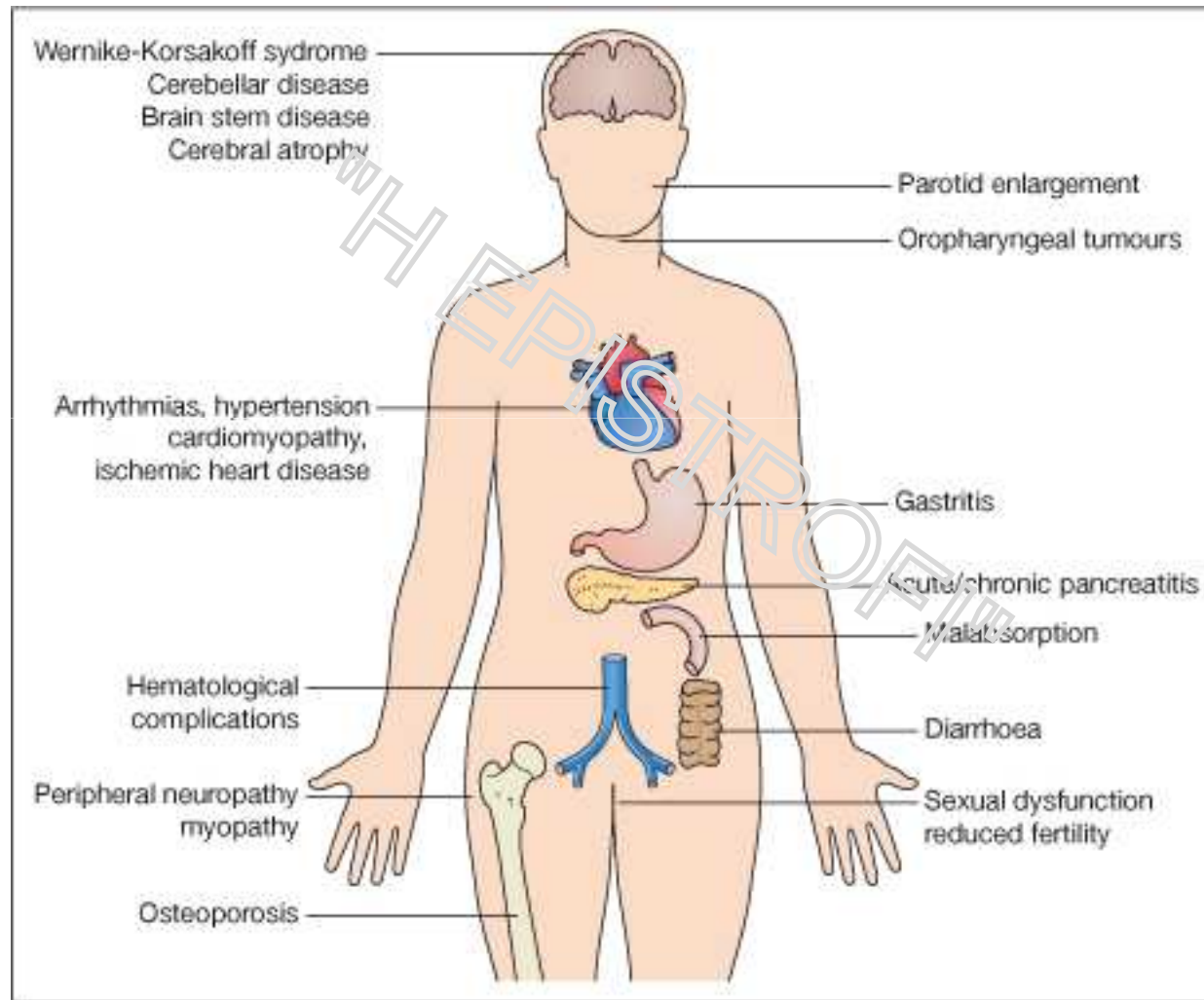
- Αύξηση της ταχύτητας μεταβολισμού της αιθανόλης.
- Αυτό συνεπάγεται ταχύτερη μείωση της αιθανόλης στο αίμα, με αντίστοιχη μείωση της δράσης της.
- Αυτή η ενζυματική επαγωγή συνιστά την βιοχημική βάση της μεταβολικής ανοχής (tolerance, γερό ποτήρι!!!!!!).

Απέκκριση



- Η ταχύτητα απομάκρυνσης (καταβολισμού) της αιθανόλης από το αίμα ανέρχεται σε 0.1-0.2 g/L/ ώρα. Σε χρόνιους χρήστες έως 0.3g/L/ώρα.
- Σε άτομα με κίρρωση ή κακή θρέψη, η απομάκρυνση επιβραδύνεται.
- Τα μέγιστα επίπεδα αιθανόλης στα ούρα παρατηρούνται περίπου 2 ώρες μετά τα αντίστοιχα του αίματος.

Αλκοολική Νόσος

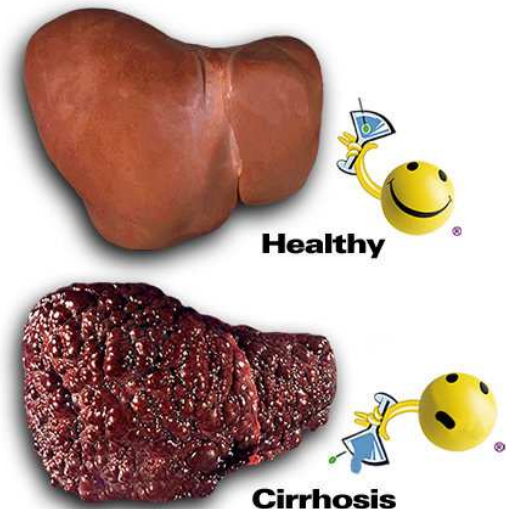


Σεμινάριο προς εκπαιδευτικούς,
"Η ΕΠΙΣΤΡΟΦΗ" 19/1/2015

Αλκοολική νόσος- Ήπαρ

Η αλκοολική ηπατοπάθεια εκδηλώνεται με τρεις μορφές:

- Ηπατική στεάτωση ή λιπώδες ήπαρ .
- Στεατοηπατίτιδα , Οξεία αλκοολική ηπατίτιδα.
- Αλκοολική κίρρωση .



Αλκοολική νόσος- Καρδιαγγειακό σύστημα:

- Λόγω της τοξικότητας στο μυοκάρδιο προκαλείται **αλκοολική μυοκαρδιοπάθεια** με **αρρυθμίες, υπερχοληστελαιμία.**



ΜΥΘΟΣ!

Το αλκοόλ κάνει καλό στην καρδιά!

- Ένα ποτήρι τη μέρα **κόκκινου κρασιού** ελαττώνει τον κίνδυνο Στεφανιαίας Νόσου λόγω της περιεκτικότητας του σε αντιοξειδωτικές ουσίες (πολυφαινόλες, ρεβεστρολή).

ΕΝΩ

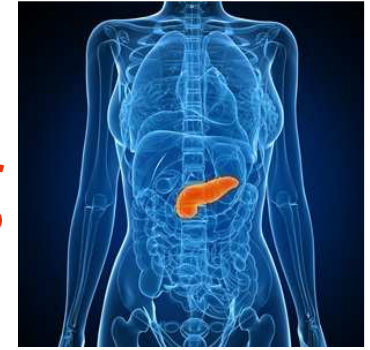
- Ο κίνδυνος Στεφανιαίας Νόσου αυξάνει για κατανάλωση αλκοόλ μεγαλύτερη του ενός ποτηριού τη μέρα.
- Προκαλείται αύξηση της Αρτηριακής πίεσης.

Αλκοολική νόσος- Αιμοποιητικό και Ανοσολογικό σύστημα:

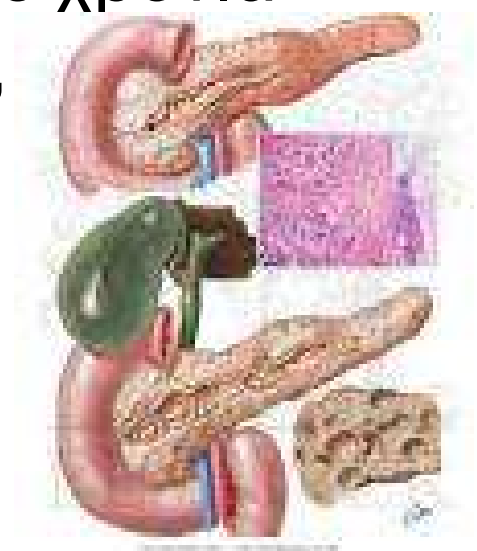
1. Από άμεση τοξική επίδραση στον μυελό των οστών που μειώνει την παραγωγή των συστατικών του αίματος
2. Από την συχνή έλλειψη απαραίτητων τροφικών συστατικών και κυρίως βιταμινών και
3. Στις πιο ακραίες περιπτώσεις λόγω της κίρρωσης,

Πολύ συχνά παρατηρείται **αναιμία** και **ανοσοκαταστολή** που έχει σαν αποτέλεσμα μεγαλύτερη ευαισθησία στις λοιμώξεις.

Αλκοολική νόσος- Πάγκρεας

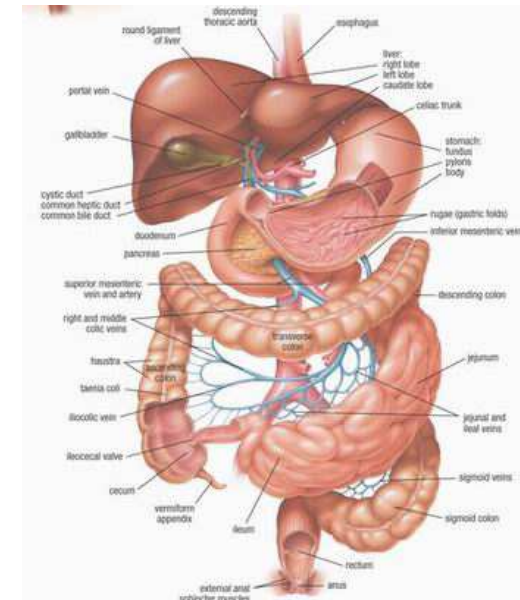


- **Αλκοολική παγκρεατίτιδα** είναι το αποτέλεσμα μιας νεκροφλεγμονώδους διαδικασίας που συμβαίνει στο πάγκρεας σαν αποτέλεσμα αυτοπεψίας του οργάνου.
- Δυνατός κοιλιακός πόνος, εμετοί και αύξηση των παγκρεατικών ενζύμων καταλήγουν σε χρόνια παγκρεατίτιδα (συνεχή κοιλιακό πόνο, Δυσαπορρόφηση, Σ. διαβήτη).



Αλκοολική νόσος- Πεπτικό σύστημα:

- **Διαταραχές στην πέψη και την απορρόφηση** που όμως περιορίζονται στο 12δ/λο και στην νήστιδα.
- **Γαστρίτιδα**
- **Ναυτία, ανορεξία, δυσπεψίας**
- **Διάρροιες**



Αλκοολική νόσος- Ενδοκρινές σύστημα

- **Διόγκωση των παρωτίδων** που προκαλεί φουσκωμένα μάγουλα.
- **Στον άνδρα:** εξαφανίζονται σταδιακά τα ανδρικά χαρακτηριστικά (ατροφία των όρχεων, χάνεται η δευτερογενής τριχοφυΐα, μείωση της libido) εμφανίζεται γυναικομαστία.
- **Στην γυναίκα:** εμφανίζονται σημεία υπογοναδισμού δηλαδή σταδιακά μειώνονται τα γυναικεία χαρακτηριστικά, εμφανίζονται **διαταραχές της περιόδου έως πλήρη αμηνόρροια, στειρότητα, μείωση της libido.**

Αλκοόλ και καρκίνος

- Η κατάχρηση αλκοόλ συνδέεται με αυξημένη επίπτωση **καρκίνου του ήπατος, στόματος, λάρυγγα, οισοφάγου, παγκρέατος.**
- Ο κίνδυνος εμφάνισης καρκίνου αυξάνει με την δόση, την ταυτόχρονη συνύπαρξη καπνίσματος.
- Θεωρείται ότι το 80% των καρκίνων αυτών θα μπορούσε να προληφθεί με αποχή από αλκοόλ και κάπνισμα.



Σύλλογος εθελοντών στήριξης απόμων
με προβλήματα από το αλκοόλ
Γλαύκου 55, ΤΚ 71409, Ηράκλεια,
mail: sylogosepistrofi@yahoo.gr
site: www.alkoologia.gr



Αλκοολογικό
Ιατρείο ΠΑ.Γ.Ν.Η.

email: iatreioalkool@yahoo.gr, www.pagni.gr
τηλ. ραντεβού: 2810 542107



ΚΟΤΤΑ ΚΡΗΤΗΣ

