

## Как алкоголь влияет на память?

### Влияние алкоголя (механизм влияния) на мозг человека



Алкоголь оказывает негативное влияние практически на все органы человека, однако самым сильным и разрушительным является вред, наносимый головному мозгу. Спирт, содержащийся в пиве, вине или водке, всасывается в кровь, вместе с кровотоком попадает в человеческий мозг, где начинается процесс интенсивного разрушения коры головного мозга.

Попадая в кровь, алкоголь повреждает тонкий защитный слой эритроцитов, нарушая тем самым их слабый отрицательный заряд, который отталкивает их друг от друга в обычных условиях, и эритроциты начинают «слипаться». Для крупных сосудов подобные склейки не представляют большой опасности. Однако в мозгу ситуация совершенно иная. Мозг человека состоит из 15 миллиардов нервных клеток — нейронов, и каждая из них питается микрокапилляром, диаметр которого сопоставим с размерами одного эритроцита, т. е. две или три клетки уже не способны протиснуться через него. Сгустки крови, появление которых обусловлено потреблением алкоголя, закупоривают основание микрокапилляра, лишая тем самым нейрон питания и кислорода. Начинается гипоксия — кислородное голодание клеток мозга, через 7–9 минут нейрон безвозвратно и навсегда погибает. Состояние возбуждения, эйфорию, возникающую при приёме спиртных напитков, многие исследователи приписывают всё той же гипоксии головного мозга. После каждого употребления в головном мозге гибнут десятки тысяч нейронов, при употреблении 100 г водки может погибнуть до 8000 клеток мозга. Мозг человека становится меньше в объеме, на всей поверхности коры образуются микроязвы, микрорубцы и выпадения структур. Под влиянием алкоголя нарушается работа коры головного мозга, с чем связано алкогольное опьянение. При этом повреждаются: затылочная часть мозга (контролирующая вестибулярный аппарат) нарушается координация движений; нарушается работа «нравственного» центра, погибают клетки контролирующие поведение человека, притупляется чувство стыда, человек становится более развязным «раскрепощенным»; повреждение клеток отвечающих за процессы запоминания, нарушается память, воспоминания отрывочны, человек на следующий день не может вспомнить что делал, где был и т. д. Далее погибшие клетки начинают гнить и разлагаться непосредственно внутри мозга, что является причиной головной боли с утра после возлияний, в народе это состояние называется похмельем. Для того

чтобы избавиться от погибших нейронов, организм «накачивает» в череп огромное количество жидкости, которая растворяет и выводит погибшие клетки из организма через мочеполовую систему.

Таким образом, безвредных доз алкоголя не существует в принципе. Любое, даже однократное употребление алкоголя меняет возможности головного мозга и, прежде всего, коры головного мозга, обеспечивающей высшую нервную деятельность человека — ту деятельность мозга, которая и отличает людей от животных.

Употребление алкоголя затрудняет и замедляет работу мозговых центров, нарушаются внимание и память. Вследствие этих изменений, а также постоянного влияния алкоголя на человека, начинаются глубокие изменения его характера и психики. Помимо постепенного разрушения отдельных сторон мыслительной и психической стороны деятельности мозга, алкоголь во всё возрастающей степени приводит к выключению нормальной функции мозга. Личность меняется, начинаются процессы её деградации. Если в это время не прекратить пить, полного восстановления нравственных качеств может никогда не произойти.

П/санитарного врача филиала ФБУЗ «ЦГиЭ в Рязанской области  
в Шиловском районе      НАДЕЖДА КОЛДАЕВА