



ГБУЗ "ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ
И МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ" МЗ КК

АЛКОГОЛЬ

воздействие
на организм



падает уровень сахара

Под действием алкоголя падает уровень сахара в крови, потому что питательные вещества не перерабатываются в энергию.





ПЛОХОЙ СОН

Алкоголь негативно влияет и на сон,
что замедляет восстановление организма.



риск смерти от разных болезней

Но самое главное, что доказано: риск смерти от разных болезней, - в частности, от рака, - пропорционально растет с уровнем выпитого спиртного.

Минимальный уровень опасности равен нулю.





ЛИШНИЙ ВЕС

Наш организм под действием этанола медленнее сжигает калории. Количество выпитого по сути значения не имеет. Печень всегда будет выводить алкоголь в первую очередь, чтобы обезвредить организм, а уже потом приниматься за все остальное. В итоге, выпитое спиртное замедляет сжигание, в том числе, жира, и человек полнеет.

