

## Влияние употребления алкоголя на сердце



Отрицательное воздействие спиртных напитков на сердечно-сосудистую систему трудно переоценить: алкоголь является причиной трети внезапных смертей в связи с острыми нарушениями функции главной мышцы организма. Однако пагубное влияние обусловлено не только злоупотреблением крепкими напитками, первые реакции берут начало даже при разовом употреблении небольшой дозы спиртного.

Содержание статьи

- [Что происходит с сердцем после употребления алкоголя?](#)
- [Боли в сердце при регулярном употреблении алкоголя](#)
- [Алкоголь и сердце: комментарии врачей](#)

### Что происходит с сердцем после употребления алкоголя?

Первыми реакциями на поступление спиртного являются следующие:

1. Расширяются сосуды, снижается артериальное давление.
2. Возрастает нагрузка на сердечную мышцу. Увеличивается частота сердечных сокращений (частота пульса составляет около 100 ударов в минуту).

После употребления алкоголя он быстро всасывается в кровь и циркулирует в организме не менее 7 часов (в зависимости от дозы), поэтому в течение этого времени сердце работает в усиленном режиме. Однако даже после начала выведения продуктов спиртного нагрузка продолжает оставаться высокой, что выводит мышцу «из строя» еще на несколько дней.

Для того, чтобы определить, как алкоголь влияет на сердце, необходимо знать следующий факт: уже в самом начале формирования алкогольной зависимости происходят опасные изменения: нарушается процесс кровообращения в капиллярах, возникает кислородное

голодание тканей сердца, вследствие этого имеют место головокружения, одышка, слабость.

После выведения алкоголя сосуды реагируют противоположным образом: они сужаются, повышается артериальное давление, что заставляет сердце продолжать работать с возрастающей нагрузкой.

Основную опасность в себе таит хронический алкоголизм, когда вышеописанные явления возникают регулярно и влекут за собой необратимые изменения.

## Боли в сердце при регулярном употреблении алкоголя

Боли в сердце могут возникать как сразу после употребления спиртного, так и на утро после застолья или в течение некоторого времени после начала регулярного приема. Существует несколько причин этому, и нередко они сочетаются между собой.

Кардиомиопатия – одно из самых распространенных последствий алкоголизма. Это заболевание характеризуется структурными и функциональными изменениями сердечной мышцы и формируется спустя 10 лет злоупотребления спиртным.

Нарушается иннервация тонуса коронарных сосудов, поскольку алкоголь оказывает комплексное воздействие на всю нервную систему, в том числе на те ее отделы, которые призваны регулировать функцию главной мышцы организма.

Сердце начинает увеличиваться в размерах, что обуславливается компенсаторными механизмами в связи с невероятной нагрузкой на мускулатуру. Увеличенную сердечную мышцу начинают окружать соединительная и жировая ткань, такое сердце называют «бычьим».

Биохимические и обменные процессы при употреблении спиртных напитков также обуславливают нарушения функции сердечно-сосудистой системы. Алкоголь нарушает окислительные процессы и реакции с участием жирных кислот, что приводит к недополучению энергии тканями сердца и усугублением его состояния.

Помимо нарушения иннервации и циркуляции крови не следует забывать и о прямом токсическом воздействии продуктов распада алкоголя: он является ядом, а волокна мышцы получают вредные вещества наравне с другими внутренними органами.

Артериальная гипертензия является спутником большинства алкоголиков и также может вызывать боли в области сердца. Повышение уровня холестерина в крови также не лучшим образом сказывается на работе сердечно-сосудистой системы и может повлечь за собой образование холестериновых бляшек и атеросклероза.

Дистрофические изменения и отеки, тахикардии и стенокардии, аритмии и нарушения проводимости – это лишь неполный перечень последствий алкоголизма.

## Алкоголь и сердце: комментарии врачей

Врачам-кардиологам нередко приходится слышать вопросы о том, какой алкоголь меньше всего влияет на сердце. Ответ однозначен: никакой. Спиртные напитки в равной степени влияют на состояние сердечной мышцы, поскольку молекулы алкоголя одинаковы и в крепких, и в слабоалкогольных, а продукты распада этанола оказывают одинаково негативное воздействие.

На сегодняшний день существует несколько распространенных мифов о воздействии алкоголя на сердце. Бытует мнение, что небольшие дозы алкоголя положительно сказываются на сердечно-сосудистой системе, однако это заблуждение: алкогольная микрокардиодистрофия может сформироваться даже при кажущейся умеренности употребления, высоком качестве напитка и «терапевтических» дозах.

Поэтому важно знать, как избавиться от алкоголя, чтобы не допустить необратимых изменений. Риск формирования сердечной недостаточности, возникновения инфаркта в раннем возрасте в разы возрастает при систематическом употреблении спиртного, а своевременное начало терапии позволяет предупредить нарушения работы сердечной мышцы.

Методы лечения алкоголизма у человека, уже получившего сердечные заболевания, выбираются тщательно: у некоторых используемых для этого медикаментов и способов имеются противопоказания, поэтому основной тактикой избирается психологическая и социальная работа (метод 12 шагов, групповые тренинговые занятия и др.).

В том случае, если алкоголик не осознает своего пагубного пристрастия или не желает лечиться, целесообразно принудительное лечение алкоголизма – в противном случае риск неблагоприятного исхода возрастает. Однако прежде стоит изучить вопрос, как уговорить родного пройти курс лечения – работа с мотивационной бригадой специализированных учреждений в большинстве случаев позволяет получить нужный результат и направить зависимого.

Оптимальным способом профилактики необратимых изменений сердца является прохождение лечения от алкоголизма.