

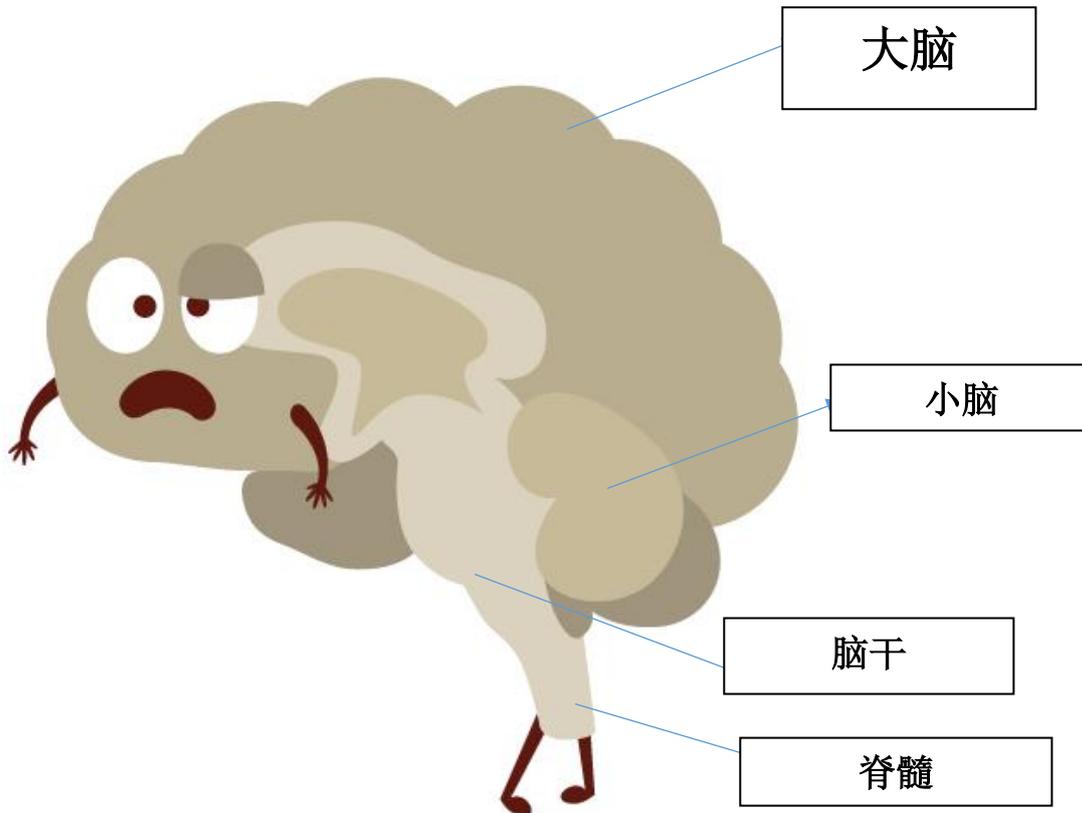
How alcohol affects your health and body (Chinese Simple)

酒精的威胁

1.对中枢系统的影响：视力很差

很难与行走的车辆保持一定的距离，颜色分辨不清。对强光不能适应。而因夜间视力影响更大，容易跌倒、撞伤或造成其他意外。

人的中枢神经包括了：大脑，小脑，脑干，与脊髓



丧失记忆力及定向力消失

不辨人、时、地及方向。常常在酗酒后隔日，忘记前日发生的事情，造成难以挽回的伤害。平日之专心、注意力和记忆力也受到损害。

身心失调

长期依靠酒精的人会出现谵望状态—不能分辨眼前发生的事、人、时、地，有视听幻觉。一但停酒，会有震颤，幻想等现象。

丧失感觉

过量酒精会使痛觉减弱或丧失，还会导致不醒人事，昏迷、甚至死亡。

How alcohol affects your health and body (Chinese Simple)



支气管输运气体功能转成缓慢。

呼吸系统容易遭受感染

酒精减低人体的抵抗力，呼吸系统很容易受到各种病菌的侵袭，致生不同种类的慢性呼吸系统疾病。肺结核就是最常侵袭酗酒者身体的例子。

3.对心脏与血管系统的影响：

长期酗酒会产生不规则的心脉、心肌负荷过度、心脏扩大，容易造成心肌病、血管硬化、高血压、出血性及缺血性脑中风、心脏病或心肌衰竭。

脑细胞受损

继续过量饮酒，会导致脑细胞受损害，会永久丧失判断力及学习力，甚或造成酒精性痴呆，现实感变差，需要他人协助自我照顾。

神经系统病变

酗酒对中枢神经与周边神经造成危害，造成忧郁症、癫痫、酒瘾、精神病、失忆或失智症、多发性神经病变等。

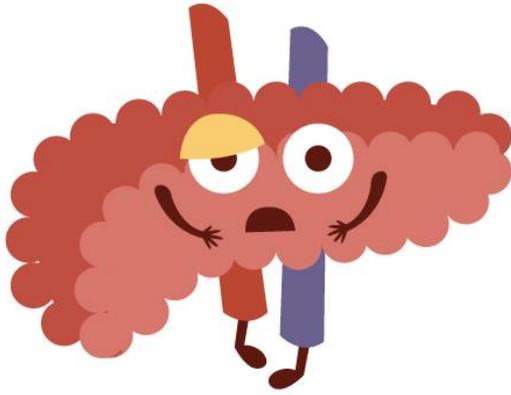
2.对呼吸系统的影响：

抑制呼吸中枢作用

若持续酗酒，使人的脑部受压，压制呼吸中枢的作用产生，使呼吸不能通畅，肺器官变弱，

How alcohol affects your health and body (Chinese Simple)

4. 对胰脏与肝脏的影响



P A N C R E A S

胰腺炎- 急性或慢性的胰腺炎、影响胰岛素的分泌导致糖尿病。

脂肪肝-长期的酗酒会增加血脂浓度，产生急性或慢性脂肪肝，合并产生其他肝脏病变。

酒精性肝炎

脸色带黄，体重减轻、体弱易倦、微量发热、胃口变差、恶心、呕吐，严重者更有腹水肿胀、深褐色的尿液和灰白色的粪便，若患者能及早完全戒除酒精，此种肝炎痊愈机会很大。否则，严重者会有死亡危险或演变成不可医治的肝硬化，甚或肝癌。

酒精性肝硬化

长期嗜酒，肝细胞被酒精破坏，无法再生新细胞，组织起疤痕变硬化，硬化的肝组织失去活动和功能，肝组织部位硬化越大功能越少。由于肝功能的破坏，影响体内其他器官亦发生问题。



L I V E R

5. 对消化系统的影响：

食道

酒精会使下括约肌的收缩力减低，致使胃内食物逆流至食道，造成胸口不适，疼痛，恶性呕吐、食道炎、食道出血、食道溃疡、食道癌。

How alcohol affects your health and body (Chinese Simple)

胃

过量胃酸分泌，腹痛、胃胀和消化不良、易患胃炎、胃出血、胃溃疡或十二指肠溃疡，严重者引致胃癌。

小肠

消化酵素的改变，影响脂肪、蛋白质和脂溶性的维他命 A、D、E 和 K 的吸收，造成营养吸收不良，身体衰弱、便秘。

6. 对泌尿与生殖系统的影响：

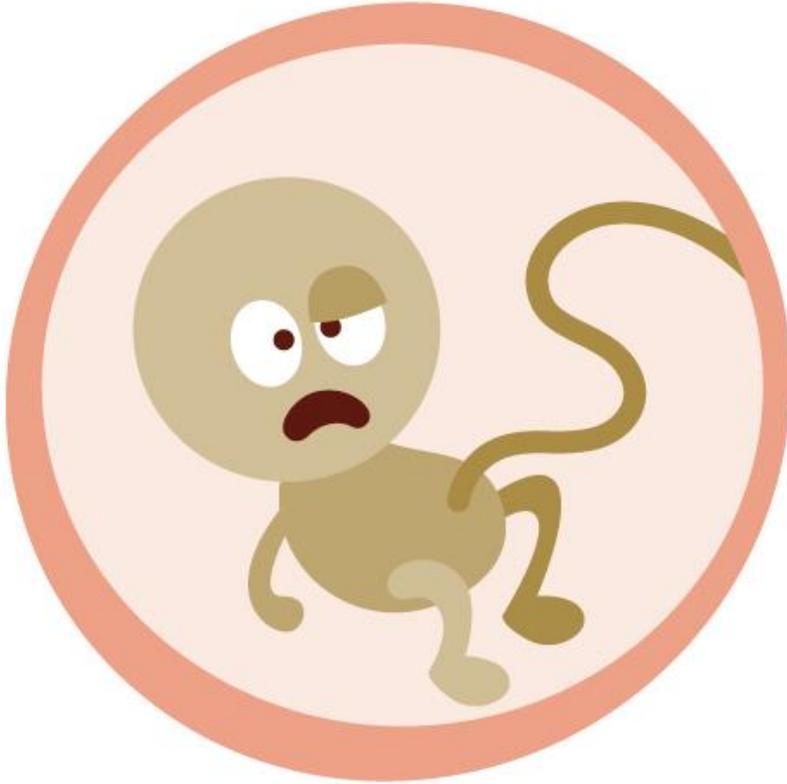
泌尿系统

酒精会造成频尿或甚至小便不能控制，易致成尿道炎、前列腺炎，或其他泌尿系统疾病。体内水分不断的增加，形成患者足踝浮肿，腹水肿胀。

荷尔蒙分泌失调

酒精导致分泌的作用失调，男性嗜酒者体内的女性荷尔蒙增加，胸部加大，睾丸内缩，耻毛稀疏性欲减弱或性无能。女性嗜酒者体内的男性荷尔蒙加多，乳房日渐缩小，声音粗哑，唇上生小胡子，月经失调，甚至不孕。

How alcohol affects your health and body (Chinese Simple)



妊娠与胎儿

使胎儿发育发生障碍，产生「胎儿酒精中毒症」，婴儿出生，身体瘦小，面目轮廓古怪，头部特细，眼睛很小，嘴唇凸出，全身震颤不停。严重的胎儿酒精中毒，刚出母体的新生婴儿，呼吸带有酒味，心脏和脑神经系统亦被酒精侵害，产生很多严重的并发症。

How alcohol affects your health and body (Chinese Simple)

酒精中毒

所谓的「酒精中毒」泛指长期喝酒后，对身体造成的慢性影响或危害。患者随着酒精中毒的加深，体内不同的器官会产生很多不同的并发症，使患者健康受损，导致容貌与外型有明显改变。此外，喝酒时或喝酒后出现适应不良的行为表现异常，例如无法控制性或攻击冲动、情绪易变、判断力受损、社会或职业功能损害，导致人际关系、家庭和工作的破裂。



酗酒与家庭暴力

酗酒及吸毒习惯，都可能是促发与持续婚姻暴力的原因。研究指出，婚姻或家庭暴力的失虐者，约有 50% 左右都有酒精滥用的情形。酒精会导致个人行为的失控，然而有些人却借着喝酒来壮胆，做其平常不敢做的行为，或借着喝酒合理化自己的暴力行为，对家庭及社会的伤害是不容忽视的。「家庭暴力

防治法」(Domestic Violence Act)自 1995 年公布施行后，针对法院裁定「家庭暴力加害人」需施以处遇计画(Domestic Violence offender treatment program)，酗酒者需接受成瘾疾病治疗(AOD counselling)及辅导，瘾君子不可不引以为戒，在饮酒作乐后的暴力行为，造成的后果将是一生的憾事。