PICIE BEZPIECZNE

Najkrótsza droga do śmierci

19.08.2018

Można powiedzieć, że alkohol w ludzkim organizmie działa trochę jak ponury żniwiarz – bierze, co tylko potrzebuje. Począwszy od wielkich pokładów energii, których potrzeba do zmetabolizowania go, przez duże ilości wody, aż po osłabienie kory mózgowej. To wszystko prowadzi do jednego – łatwiej o śmierć za kółkiem.

Żniwiarz energii

Alkohol składa się głównie z etanolu. Aby go rozłożyć, organizm potrzebuje wiele energii – zaledwie 2 – 10% spożywanego alkoholu jest wydalane z organizmu w nierozłożonej postaci (przez płuca, nerki, a także z kałem, potem i śliną), a pozostała ilość zostaje wewnątrz celem zmetabolizowania. Właśnie dlatego w trakcie spożywania alkoholu poziom cukru we krwi spada, co prowadzi do podobnych objawów, jak w czasie niedożywienia – pojawia się drżenie rąk i zawroty głowy. Już samo to powinno być powodem, by pomyśleć o zamówieniu taksówki albo Ubera niż próbie powrotu do domu własnym samochodem.

Szkodliwe substancje są filtrowane przez nerki, które pobierają sporo wody – 250 mililitrów wina wymaga aż 500 mililitrów wody do procesu filtracji. Warto zwracać uwagę na to, ile się pije i pamiętać o nawadnianiu, gdyż odwodnienie z powodu ilości spożytego alkoholu może być bardzo niebezpieczne!

Żniwiarz rozsądku

Alkohol ma szczególne upodobanie do mózgu – reaguje z takimi substancjami jak glutaminian oraz serotonina, zmieniając ich stężenie oraz przyczyniając się do "spowolnienia" pracy neuronów. To z kolei zaburza pracę m.in. kory mózgowej, która jest ośrodkiem logicznego myślenia i rozsądnej oceny sytuacji. W połączeniu z wpływem alkoholu na móżdżek, który jest odpowiedzialny za koordynację ruchów i utrzymanie równowagi, mamy potencjalnego kandydata na ofiarę wypadku samochodowego. Taka osoba za kierownicą nie jest w stanie ocenić szybkości pojazdu, odległości pomiędzy nimi, wykonywać najprostszych manewrów (wystarczy spróbować zrobić "jaskółkę" albo trafić kluczem do zamka, by się przekonać) ani skoordynować własnych reakcji, by uniknąć ewentualnego zagrożenia.

Żniwiarz cierpliwości

Aby całkowicie opuścić organizm, mocne alkohole potrzebują na to około doby i nie mażadnych procesów, by to przyspieszyć – jakiekolwiek "pomoce" (tłuste śniadanie, McDonalds, czy zimny prysznic) zwyczajnie nie podziałają. Sprawią tylko, że poczujesz się lepiej. Dlatego teżwielu kierowców złapanych przez policję to ci, którzy pili mocne alkohole poprzedniego dnia i myśleli, że udało im się już "wywietrzeć". Organizm pozbywa się około 10 gramów alkoholu na godzinę, gdzie w półlitrowym, przeciętnym piwie (od 3,8 do 5,2% alkoholu w płynie) jest już 25 gramów etanolu.

Najkrótsza droga do śmierci...

…wiedzie właśnie przez osobę pod wpływem alkoholu za kierownicą. Wypicie zaledwie jednej lampki wina już wpływa na zachowanie i działanie mózgu. Nawet niewielkie ilości mogą doprowadzić do błędnej oceny sytuacji na drodze, a co za tym idzie – spowodować nieszczęście.

Nie pozwól, by alkohol rozpętał w Twoim życiu piekło – pij odpowiedzialnie i zamawiaj transport jeśli wiesz, że będziesz spożywać alkohol.

DOWIEDZ SIĘ WIĘCEJ

ZOBACZ WIĘCEJ ›

PICIE BEZPIECZNE

To tylko lampka wina.. To zdanie zaskakująco często pojawia się w różnych opowieściach o stanie błogosławionym.

PICIE BEZPIECZNE

Zdrowie albo alkohol. Co wybierasz?

© 2018 10dowodów All rights reserved