

Губительный самообман

> Пиво содержит аналог трупного яда

ОБЩАЯСЬ с пациентами, часто слышу, что пивной алкоголизм и вред пива – надуманная проблема. Мне приводят доводы в защиту «напитка»: пиво снижает употребление водки, пиво богато витаминами и микроэлементами, рассказывают о пользе для мозга, сердца, почек, уверяют, что пиво способствует пищеварению и выделению желудочного сока, что пиво полезно для нервной системы, так как успокаивает, снимает стресс, создает хорошее настроение.

Хочу развеять величайший самообман о пользе пива. Пиво – это алкоголь. В пиве содержится этиловый спирт, который и вызывает зависимость. Пивной алкоголизм – то же, что и водочный, коньячный, но его отличия еще опаснее.

Первое отличие – психологическое. Пиво для человека стало частью быта. Его воспринимают как газировку или сок. Если для вина, водки нужно создавать повод, соблюдать ритуал, то пиво «можно выпить просто так». Нет необходимости в накрытых столах, не нужен хотя бы формальный повод для выпивки, пить можно одному, можно в компании. Вполне нормальным считается выпить пиво по дороге домой, дома на диване. Из-за вкуса, наличия седативных компонентов и «несерьезности в градусах» бороться с влечением к пиву сложнее, чем к водке. Пивной алкоголизм развивается более вкрадчиво, чем водочный, но в три-четыре раза быстрее.

Второе отличие – химическое. В составе пива вредные моноамины – продукты распада хмеля, которые и дают основной элемент пив-



ного опьянения – состояние пришибленности, тупости, что пациенты расценивают как глубокое седативно-расслабляющее действие, покой. С пивом человек приучает себя не только к обычному опьяняющему действию алкоголя, но и к седативному средству. Проходит определенное время, и без пива уже невозможно расслабиться, успокоиться и отдохнуть. Со временем начинают нарастать дозы пива, появляются алкогольные эксцессы, начинает ухудшаться память. Первая за день «пивная доза» переносится на более ранний срок, сначала на поздний день, на полдень, и, наконец, доходит до того, что первая выпивка

употребляется сразу после сна. Формируется пивной алкоголизм, пиво входит не только в привычку, но и в биохимию.

В процессе спиртового брожения и в пиве сохраняются ядовитые соединения – побочные продукты брожения: альдегиды, си-вушные масла, метанол, эфиры. Кроме того, пиво уже давно не является слабоалкогольным напитком, ведь за последние годы содержание алкоголя в пиве достигает 14 процентов.

В результате – явный вред для сердца, головного мозга, почек, пищеварительного

тракта, нервной системы. Наличие в пиве кобальта, применяемого в качестве стабилизатора пивной пены, способствует расширению полостей сердца, утолщению его стенок. Так возникает синдром «пивного сердца», которое становится дряблым и плохо качает кровь. Развивается кардиомиопатия.

Мужчина превращается в женщину

Содержащийся в пиве кобальт вызывает воспалительные процессы в пищеводе и желудке. В материалах ВОЗ указано, что потребление именно пива достоверно повышает риск развития рака толстой кишки. Страдает и печень: большие дозы любого алко-

голя приводят циррозу. При пивной алкоголизации клетки мозга страдают гораздо сильнее, чем при водочной. Среди веществ, действующих на клетки мозга, в пиве в микродозах содержится кадаверин – аналог трупного яда. Постоянное потребление пива влияет на интеллект человека, снижает его способность к обучению. Больные пивным алкоголизмом попадают в больницу чаще всего с выраженным слабоумием и снижением личностной оценки.

При употреблении пива в больших дозах возникает избыточное поступление натрия, хлора и воды. Мощный мочегонный эффект вымывает из организма

«стройматериалы» – белки и микроэлементы, особенно калий, магний и витамин С, что то для растущего человека – катастрофа. При дефиците калия происходят срывы сердечного ритма, возникает сухость кожи, боли в икрах, слабость в ногах. Дефицит магния опасен сменой настроения, человек становится раздражительным, плаксивым, плохо спит. С вымыванием витамина С снижается иммунитет, развивается гипоксия мозга, страдает интеллект, чаще возникают простуды.

Миф о том, что пиво полезно для потенции, тоже придется развеять. Из-за токсического действия на надпочечники алкоголь ингибирует выработку в них андрогенов, обуславливающих половое влечение, расплата за злоупотребление – снижение полового влечения, а в далеко зашедших случаях возможно развитие полового равнодушия.

В пиве были обнаружены фитоэстрогены – растительные аналоги женских половых гормонов, они попадают в напиток из хмеля. Их достаточно для гормонального воздействия на организм человека. Когда мужчина начинает употреблять пиво, у него накапливается много гормонов, похожих на женский гормон прогестерон, смещается гормональное равновесие, и он начинает отекать, толстеть. Из мужчины он потихоньку превращается в женщину – постепенно исчезает мужской характер, становится тонким голос, исчезает влечение к женщинам, меняется фигура – растет так называемый «пивной животик».

Думаю, достаточно причин, чтобы отказаться от пива в пользу здоровья. Выбор за вами ☺

ДИНА КУРШЕВА,
врач-гастроэнтеролог,
диетолог АНО «МСЧ
АГ и ОАО «ММК»

> КОНКУРС Лучший невролог

В ПРОШЛОМ ГОДУ министерство здравоохранения Челябинской области объявило конкурс «Лучший врач по специальности». Цель конкурса – найти талантливых, инициативных, профессионально состоявшихся докторов и поднять престиж профессии врача.

Врач детской поликлиники № 1 Оксана Печенкина заявила работу в номинации «Лучший невролог года». Ее конкурсная работа связана с неврологией детского возраста, в которой теория подкреплялась фактами из практики.

Диплом «Лучший невролог Челябинской области» Оксана Вячеславовна получила из рук министра здравоохранения области В. Тесленко.

Иногда лучше не жевать

> ПСИХОЛОГИЯ

ЖЕВАНИЕ жвачки плохо отражается на способности человека концентрироваться и запоминать – с таким предупреждением выступили американские врачи из Исследовательского института Скриппса.

В ходе эксперимента врачи предложили добровольцам запоминать слова и цифры в добровольном порядке. Иногда их показывали, а иногда зачитывали. Кроме того, им было также предложено определить, какие предметы исчезли из ряда, который до этого показывали. «Часть испытуемых при этом постоянно жевали жвачку, – рассказывает доктор Рон Девис. – И оказалось, что практически все они испытывали трудности с запоминанием порядков слов, цифр и предметов». Особенно сильно это начало проявляться примерно через 20 минут жевания. Ученые объясняют этот феномен так: жевание – это постоянно повторяющееся, довольно монотонное действие. Подобные действия, например, когда мы в состоянии стресса начинаем наводить порядок в доме или барабаним по столу пальцами, помогают нам справиться с волнением, но в то же время мешают нам сконцентрироваться.



> Всегда, особенно когда в руках стакан с напитком, не забывайте о чувстве меры