

Автор: В. Жураковский, заместитель главного врача



Алкоголь токсично влияет на весь организм.

Одно из последствий алкоголизма – остеопороз: тонкость и хрупкость костей. Согласно статистике, эта болезнь встречается у каждого третьего пьющего человека. Также идет сильная потеря веса, особенно в нижних конечностях, возникают слабость и дряблость мышц. Почему так происходит? Во-первых, алкоголь подавляет деятельность клеток, образующих костную ткань, а из-за его отрицательного воздействия на желудок и кишечник уменьшается всасывание кальция - важного для здоровья костей компонента. Повышается и уровень паратиреоидного гормона, который со временем сокращает резервы кальция в организме. Кальциевый баланс еще больше нарушается из-за того, что хронический алкоголизм снижает переработку витамина Д, который повышает всасывание этого компонента в кишечнике.

Также алкоголь существенно уменьшает уровень тестостерона – гормона, ответственного за рост мышечной массы и связанного с производством остеобластов, то есть клеток, стимулирующих костеобразование. Под воздействием спиртного тестостерон теряет свои функции и через некоторое время мышечная ткань начинает деградировать, а кости - становиться все тоньше. У пьющих мужчин риск заболеть остеопорозом в 6,5 раза выше, чем у непьющих. Но если такой мужчина еще и курит, то вероятность возрастает уже в 20 раз. У женщин же хронический алкоголизм нарушает менструальный цикл, снижая тем самым Уровень эстрогена и повышая риск остеопороза. Но, оказывается, стоит пьющим людям начать воздерживаться от спиртного, как выработка остеобластов идет активнее. Можно даже говорить о частичном восстановлении потерянной костной массы.

