

ΚΥΚΛΟΦΟΡΙΑΚΗ ΑΓΩΓΗ

Το αλκοόλ και η επίδραση του στον οργανισμό

Μάριος Κατσούρης
Μιχάλης Κυριάκου

Γ' 2

Υπ. Καθηγήτρια: Κα Άννα Παναγή
Μάθημα Βιολογίας

Πως επιδρά το αλκοόλ στον ανθρώπινο οργανισμό

- Το αλκοόλ που καταναλώνουμε απορροφάται από το ανθρώπινο σώμα μέσω του στομαχιού και του λεπτού εντέρου. Η τροφή επιβραδύνει το ρυθμό απορρόφησης και αυτός είναι ο λόγος που το αλκοόλ μας επηρεάζει περισσότερο και γρηγορότερα όταν είμαστε νηστικοί.
- Στη συνέχεια μεταφέρεται με το αίμα στην καρδιά, τον εγκέφαλο, τους μυς και σε άλλα όργανα.

- Αυτό συμβαίνει μόλις σε λίγα λεπτά της ώρας. Πολλές φορές αυτή η διαδικασία προξενεί ένα ευχάριστο συναίσθημα (ευφορία).
- Επειδή το σώμα μας δεν μπορεί να αποθηκεύσει το αλκοόλ, πρέπει να το ξεφορτωθεί. Αυτό συμβαίνει κυρίως μέσω του ήπατος και αποβάλλεται από τα ούρα.

- Ορισμένη ποσότητα αλκοόλ αποβάλλεται από τον ιδρώτα και την αναπνοή. Η δυνατότητα του καθενός να μεταβολίζει το αλκοόλ εξαρτάται από πολλούς παράγοντες, όπως είναι η ηλικία, το φύλο, το βάρος.
- Το σώμα μας αποβάλλει το αλκοόλ με ρυθμό περίπου 1 μονάδας την ώρα. Δεν υπάρχει κανένας τρόπος για να επιταχυνθεί αυτή η διαδικασία.



Ποσο επικίνδυνο είναι το αλκοόλ για οσους οδηγούν

- **Χρόνος αντίδρασης:** Τα χαμηλά αντανακλαστικά μπορούν να μειώσουν το χρόνο αντίδρασης σε μια έκτακτη περίπτωση.
- **Όραση:** Η λειτουργία των μυών των ματιών επιβραδύνεται, συμβάλλοντας σε θολή εικόνα και επηρεάζοντας την αντίληψη των χρωμάτων (ακόμη και από 0,2‰).
- **Παρακολούθηση της διαδρομής:** Επηρεάζεται σημαντικά η δυνατότητα αντίληψης της θέσης των άλλων οχημάτων, της διαχωριστικής γραμμής των δύο ρευμάτων, των λωρίδων και των σημάτων κυκλοφορίας.
- **Συγκέντρωση:** Μειώνεται η δυνατότητα προσήλωσης στην οδήγηση και αυξάνεται η αίσθηση υπνηλίας.

- **Κρίση και αντίληψη:** Η κατασταλτική επίδραση του αλκοόλ επηρεάζει τη δυνατότητα λήψης αποφάσεων και εκτίμησης των κινδύνων.
- **Συντονισμός:** Η οδήγηση επηρεάζεται από την αδυναμία συντονισμού των ματιών, χεριών, ποδιών.
- Η κατά μέσο όρο αποβολή αλκοόλης από τον οργανισμό είναι της τάξης του 0,1‰ / ώρα. Εάν κάποιος πει αρκετά και φτάσει το επίπεδο 1,3‰ π.χ., τότε για να μειωθεί το επίπεδο κάτω από 0,5‰ που είναι το νομικό όριο, θα πρέπει να περάσουν 9 ολόκληρες ώρες. Εάν θέλει δε να ανακτήσει πλήρως την ικανότητά του, τότε πρέπει να περάσουν 13 ώρες (0,0‰).



