

Az alkohol gyengíti az immunrendszert

Létrehozás: 04/08/2025 - 14:57

Szerző: Melano

 [1]

Amikor az egészségünkről beszélünk, sokan gondolnak vitaminokra, sportra vagy helyes táplálkozásra, de kevesen foglalkoznak azzal, hogy a drogok és az alkohol milyen mértékben gyengítik le a szervezetet

A világjárványok, a mindennapi fertőzések és betegségek korában életbevágóan fontos, hogy az immunrendszerünk erős maradjon. A drogok viszont erőteljesen rombolják ezt – legyenek azok akár legális, akár illegális drogok.

Az idei Egészségnap alkalmából a Drogmentes Világért Alapítvány magyar képviselője több ezer tájékoztató anyagot osztott szét, hogy rávilágítson: a drog- és alkoholfogyasztás nemcsak lelki és társadalmi problémákat okoz, hanem a kábítószeres használat drámaian megnöveli a fertőző betegségek kockázatát, és hosszú távon teljesen leépíti a szervezet védekezőképességét.

2022. januárjában a Szív Világszövetség (WHF) hivatalosan is megkérdőjelezte azt az ősi elképzelést, hogy a mértékletes alkoholfogyasztás jól tesz az egészségnek. A WHF azzal érvelt, hogy ahelyett, hogy jól tenné a szív- és érrendszer egészségének, az alkoholfogyasztás a szív- és érrendszeri betegségek vezető oka. Emellett rávilágítottak, hogy az alkohol fogyasztás legyengíti az immunrendszert, a fogyasztók nagyobb valószínűséggel kapnak fertőző betegségeket.

Világszerte az alkohol okozza az éves halálozások mintegy 4,3%-át, a 15 és 49 év közötti férfiak körében pedig a halálozások 12,6%-át. Amellett, hogy az alkoholfogyasztás károsítja a szív egészségét és potenciálisan halálos szív- és érrendszeri betegségekhez vezethet, a rákos megbetegedések, az emésztőrendszeri betegségek, valamint számos fertőző betegség tényezője is.

Az egyéb drogokkal – legyenek azok akár legális akár illegális kábítószeresek – még rosszabb a helyzet. Noha nem gyakran számolnak be róla, meglehetősen sok tudományos adat áll rendelkezésre, amelyek összefüggést mutatnak a szerhasználat és a legyengült vagy károsodott immunrendszer között. És a következtetés mögött meghúzódó logika önmagában is meglehetősen helyes. A drog veszélyes, kémiai káros mérgező anyag. Amikor a felhasználó beadja az injekciót, dohányzik, szippant vagy bármilyen más módon fogyaszt kábítószeres, a szervezetnek arra kell összpontosítania, hogy megbirkózzon azokkal a mérgező anyagokkal. Minél kevésbé tud a szervezet más feladatokra összpontosítani, például a betegségek elkerülésére, annál kiszolgáltatottabb és legyengültebb lesz.

További kutatások azt mutatják, hogy gyakorlatilag minden tudatmódosító szernek van bizonyos fokú „immunmódosító” hatása. Ez azt jelenti, hogy az olyan kábítószeresek, mint például az opiáttabletták,

kokain, met, heroin, alkohol, marihuána és sok más, befolyásolja a szervezet immunrendszerét, és megakadályozza alapvető funkcióinak ellátását. A kábítószereszedése csökkenti vagy gátolja a szervezet immunrendszerét, ami viszont hajlamosabbá teszi az egyént a betegségekre és a betegségek egyéb formáira.

Az Egészségnap során a Drogmentes Világért Alapítvány magyar képviselőinek önkéntesei több ezer példányban osztották ki országszerte azokat a drogfelvilágosító füzeteket, amelyek közérthetően mutatják be a valós információkat az alkoholról, a drogokról és azok rövid és hosszútávú hatásairól a testre és az elmére.

A kampány célja, hogy előbb érjen el az igazság a gyerekekhez, mint a drogdíler hazugságai. A szervezők kiemelik: nemcsak a gyerekeket, hanem többek között a szülőket, a pedagógusokat és családsegítőket is szeretnék megszólítani, hiszen a megelőzés közös felelősség, és fontos az összefogás a gyermekeink jövője érdekében.

Forrás: Drogmentes Világért Alapítvány

Tags:

[alkoholfogyasztás](#) [2]

Panoráma:

[Sajtóközlemény](#) [3]

Forrás webcím: https://www.melano.hu/az_alkohol_gyengiti_az_immunrendszert

Hivatkozások

[1] https://www.melano.hu/sites/default/files/articles/beer_drinking_2017.jpg

[2] <https://www.melano.hu/tags/alkoholfogyasztas>

[3] <https://www.melano.hu/panorama/sajtokozlemeney>