

Mahmureala

Daca beti prea mult, veti fi mahmur. Insa ce se intampla cu organismul dumneavoastra?

Alcoolul este absorbit prin stomac, iritand celulele mucoasei gastrice. De asemenea, favorizeaza producerea de acid clorhidric in stomac. Voma este o modalitate prin care corpul dumneavoastra se elibereaza de toxine.

Simptomele obisnuite de mahmureala sunt deshidratare, durere de cap, oboseala, greata si dureri de stomac

Alcoolul inhiba producerea hormonului anti-diuretic, hormon care pastreaza urina concentrata. Ca urmare, in loc sa reabsoarba apa in corp, rinichii dumneavoastra o elimina in urina. Veti urina mai mult si corpul dumneavoastra se va deshidrata. Pentru a compensa, organele din corp incearca sa absoarba apa. Creierul dumneavoastra se contracta, ceea ce conduce la dureri de cap.

De asemenea, urinarea in exces inlatura din corp sarurile și potasiul necesare. Aceasta poate duce la oboseala și ameteli.

Glicogenul reprezinta principala sursa de energie stocata in organism. Alcoolul metabolizeaza glicogenul in ficat și il elimina din corp prin urina. Lipsa de glicogen va poate face sa va simtiti obositi și slabiti.

In momentul in care ficatul metabolizeaza alcoolul, acesta produce o substanta toxica, acetaldehida. Aceasta trebuie sa fie metabolizata de o substanta numita glutatation. In momentul in care este prea mult alcool in corp, depozitul de glutatation al ficatului se termina, lasand acetaldehida toxica sa se acumuleze in corp, generandu-va astfel dureri de cap și stari de greata.

Glutamina este un stimulent existent in organism. Alcoolul inhiba producerea acestuia. Insa in momentul in care incetati sa beti, corpul reactioneaza prin producerea de glutamina in exces. Glutamina stimuleaza creierul, generandu-va probleme cu somnul și sentimente de anxietate.

desprealcool.ro

este un website dedicat informarii persoanelor pentru a face alegeri in cunostinta de cauza referitoare la alcool

alte website-uri

Aceste website-uri contin informatii suplimentare care va pot fi folositoare. Cu toate acestea, SABMiller nu este raspunzator pentru continutul acestor website-uri.

- Howstuffworks, How Hangovers Work
<http://health.howstuffworks.com/hangover2.htm>