

がい からだ まも アルコールの害から 体を守るために

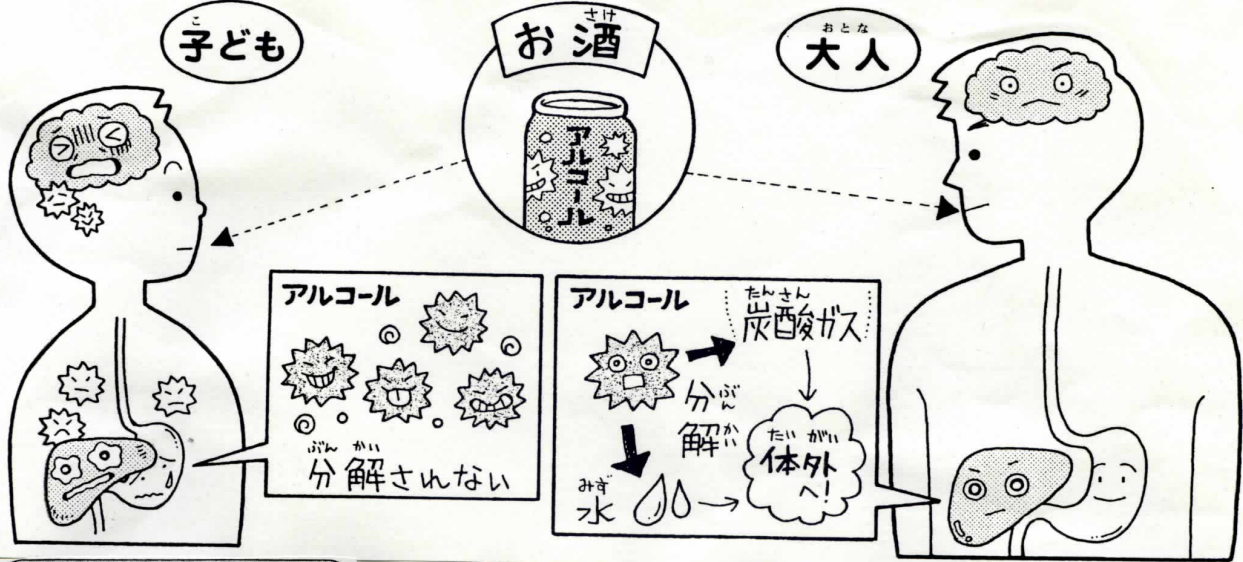
指導 鈴木メンタルクリニック院長 鈴木 健二 先生

12月、1月はクリスマス、お正月と、友だちや親せきが集まってお祝いをする機会が多くなりますね。そのような席で、身近な「大人」から「1杯だけでもお酒を飲まないか」とさそわれたことは、ありませんか？しかし、「子ども」にとって、アルコールはとても害があり、子どもの健康を守るために、未成年者（20才まえの子ども）の飲酒は「未成年者飲酒禁止法」という法律で禁止されています。

さそわれても、きちんとことわり、またジュースなどとまちがって飲むことのないようにしましょう。

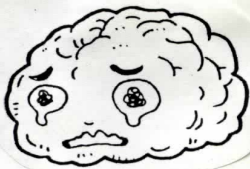
● ● どうして子どもはお酒を飲んではいけないの？ ● ●

体の中に入ったアルコールは、肝臓の中で水や炭酸ガスといった害のないものへと分解されます。しかし、子どもの肝臓はそのはたらきがとても弱く、多くが分解されずに、脳や全身へと回ってしまうのです。そして、将来とても重い病気につながることもあるのです。



飲酒の体への影響

脳



・脳の成長が止まる
・急性アルコール中毒を起こす

肝臓



・脂肪肝、
肝硬変の原因になる

・心筋症(心筋こうそく)
・胃出血(胃かいよう)
・骨粗しょう症
・成長障害

・ホルモンバランスの崩れなどを引き起こすことがある。