



АЛКОГОЛЬ И РЕПРОДУКТИВНОЕ ЗДОРОВЬЕ МУЖЧИН

Злоупотребление алкоголем представляет собой общемировую проблему, оказывающую значительный социальный и экономический ущерб отдельным людям и обществу в целом. Несмотря на общеизвестный факт пагубного действия алкоголя на организм человека, потребление спиртного по-прежнему исчисляется литрами на человека в год, включая младенцев и детей. В частности, по официальным данным на 2021 год россиянин потребляет 6,2-6,3 литра абсолютного алкоголя, то есть спирта, на человека в год. Несмотря на то, что по данным Росалкоголь-регулирования последние 5 лет в стране снижается потребление алкогольных напитков и регистрируется снижение уровней заболеваемости алкоголизмом, а также смертности от заболеваний, обусловленных алкоголем, чрезмерное употребление спиртных напитков по-прежнему остается ведущим фактором риска нарушений здоровья.

По заявлениям экспертов Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), во всем мире в результате употребления алкоголя ежегодно умирают 3 миллиона человек, что составляет 5,3 % всех случаев смерти. Алкоголь является причиной более 200 заболеваний и травм. Злоупотребление алкоголем отрицательно влияет на психическое здоровье, повышает риск развития заболеваний желудочно-кишечного тракта, сердечно-сосудистой системы, онкологических, инфекционных заболеваний и т.д. Губительное действие спиртные напитки оказывают и на репродуктивное здоровье.

Этиловый спирт и продукты, образующиеся в результате его распада, представляют собой токсические соединения. Молекула этанола хорошо растворяется в воде и жирах, поэтому с легкостью проникает практически во все ткани, оказывая негативное воздействие на целые системы органов (в том числе на органы, ответственные за репродуктивную функцию).

Первые отчеты о влиянии употребления алкоголя на репродуктивную систему появились более 30 лет назад. Исследования эякулята мужчин позволили выявить взаимосвязь между употреблением алкоголя и частотой возникновения бесплодия. По результатам последних исследований с участием десятков тысяч мужчин было установлено, что употребление алкоголя напрямую влияет на объем эякулята, а также подвижность и строение мужских половых клеток, принимающих непосредственное участие в процессе зачатия.



Механизмы пагубного воздействия алкоголя на фертильность (то есть способность половозрелого организма к зачатию) многочисленны и на современном этапе полностью не изучены. Однако имеющиеся данные позволяют утверждать, что мужчины, регулярно употребляющие алкоголь, имеют значительно более высокие концентрации воспалительных элементов в семенной жидкости. Даже умеренное регулярное употребление алкогольных напитков приводит к повреждению наследственного материала, который содержится в мужских половых клетках, развитию аномалий строения сперматозоидов, что снижает вероятность зачатия здорового потомства. Кроме того, употребление алкоголя влечет за собой образование большого количества активных форм кислорода, оказывающих разрушительное действие на сперматозоиды.

При систематическом употреблении спиртных напитков происходит угнетение синтеза тестостерона. Тестостерон известен также как «главный мужской гормон». Он играет важную роль в производстве сперматозоидов, влияет на развитие мышечной ткани, силу, выносливость и сексуальную функцию. Известен конкретный механизм пагубного воздействия спиртного на продукцию мужских гормонов. Этанол кровотоком разносится по всему организму, попадая в том числе и в яички. Он оказывает прямое повреждающее действие на клетки Лейдига, которые и секретируют тестостерон. Кроме того, по мере «обезвреживания» в организме токсичного этилового спирта происходит выброс гормона стресса – кортизола, который также оказывает угнетающее действие на процесс образования тестостерона. Изменение гормонального фона, в свою очередь, может стать причиной возникновения эректильной дисфункции, снижения сексуального желания и полового влечения.

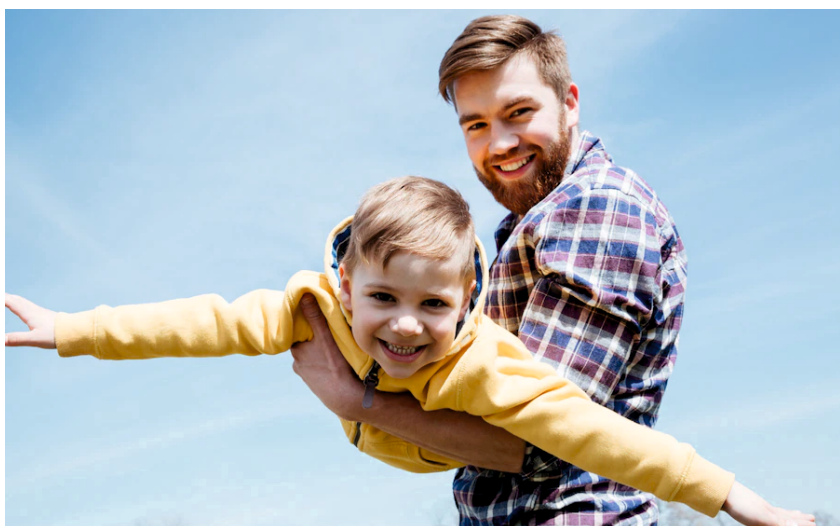
Еще одним неприятным свойством алкоголя является увеличение риска развития метаболического синдрома. Под последним принято понимать совокупность отклонений, включающих гипертонию, повышенный уровень сахара и холестерина в крови, а также ожирение. Согласно последним данным, ежедневное употребление алкоголя, эквивалентного всего семи граммам этанола, повышает риск ожирения у мужчин сразу на 10 %. И чем выше доза спиртного, тем выше шанс стать обладателем тучной фигуры. В жировой ткани содержится фермент под названием ароматаза, который превращает тестостерон в эстроген – женский половой гормон. Поэтому если у мужчины есть избыток жировой ткани, тестостерон более активно преобразуется в эстроген, и его уровень снижается.

При острой и хронической алкогольной интоксикации повышается риск возникновения алкогольной полинейропатии, которое представляет собой неврологическое заболевание, характеризующееся поражением периферического отдела нервной системы. Нейропатия, в свою очередь, может приводить к нарушению иннервации органов малого таза и, как следствие, снижению половой функции.

Не стоит забывать, что под воздействием алкоголя очень часто происходят незащищенные половые контакты, которые в результате могут привести к венерическим заболеваниям. И хоть это не является результатом прямого воздействия алкоголя на репродуктивную систему мужчины, все же связано с половой функцией. Заболевания, передающиеся половым путем, могут стать причиной бесплодия или поставить под угрозу здоровье человека.



Алкоголь и здоровье – вещи несовместимые. Вести ли здоровый образ жизни – личный выбор каждого человека, однако не стоит забывать: здоровье – первая необходимость, составляющая успех мужчины.



Куклин Дмитрий Николаевич
врач уролог-андролог
БУЗ УР «1 РКБ МЗ УР»,
Кельдибеков Максим Юрьевич
врач по медицинской профилактике
БУЗ УР «РЦОЗ МП МЗ УР».



РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР
ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ
УДМУРТСКОЙ РЕСПУБЛИКИ