

Jinsi Ambavyo Bia na Pombe Zinavyoathiri Mwili

Wakati mwingine watu hunywa bia au pombe ili waburudike na marafiki zao au kutuliza uchungu au kujisaidia kupata usingizi na kuepuka ndoto mbaya au kwa sababu zingine.

Ukinywa bia nyingi au pombe, inaweza kudhuru mwili wako.

Athari za Muda Mfupi:

Ukinywa bia au pombe nyingi kwa wakati mmoja, inaweza kusababisha athari zifuatazo kwa mwili:

- Kuzungumza kusikoeleweka
- Kusinzia
- Kutapika
- Kuendesha
- Maumivu tumboni
- Maumivu kichwani
- Ugumu wa kupumua
- Kuona na kusikia hafifu
- Kuamua kulikoathirika
- Utambulizi na ukarabati pungufu
- Kupoteza fahamu
- Upungufu wa damu (kupoteza seli nyekundu za damu)
- Coma
- Kifo
- Kupoteza fahamu kabisa (kutokumbuka, hasa ambapo mlevi hawezi kumbuka matukio yaliyotokea alipokuwa amelewa)
- Majeraha yasiyokusudiwa kama ajali ya gari, mianguko, michomo, kuzama majini
- Majeraha yaliyokusudiwa kama majeraha ya bunduki, dhuluma ya kimapenzi, vita vya kinyumbani
- Kuathiriwa na pombe

Athari za Muda Mrefu:

Unywaji mwingi wa bia na pombe hasa kwa muda mrefu huweza kusababisha shida zifuatazo mwilini:

- Kuathirika kazini na kutokuwa mtendaji
- Shida nyingi za kifamilia, uhusiano kuvunjika
- Kuathiriwa na pombe
- Shinikizo la juu la damu, kiharusi, na magonjwa mengine ya moyo
- Ugonjwa wa ini
- Kuharibika kwa neva
- Matatizo ya kingono
- Uharibifu wa kabisa wa ubongo
- Upungufu wa Vitamini B₁, unaoweza kusababisha ugonjwa usababishao kutokumbuka, kutojali na kuchanganyikiwa
- Vidonda vya tumboni
- Gastritis (kuvimba kwa kuta za tumbo)
- Utapiamlo
- Saratani ya mdomo na koo

