**Влияние алкоголя на орган зрения**

8 августа отмечается Международный день офтальмологии. Многие понимают, что чрезмерное употребление вредит не только печени, сердечно-сосудистой и другим системам и органам, но также отрицательно сказывается и на здоровье глаз. Установлено, что спиртное не щадит зрительные органы и может даже привести к слепоте.

Чрезмерное употребление алкоголя приводит к таким заболеваниям, как:

- заболевания роговицы;

- заболевания сетчатки;

- аметропии (нарушению способности зрительного органа преломлять световые лучи);

- катаракте (помутнение хрусталика);

- к ослаблению зрения;

- к полной и необратимой слепоте.

Некоторые люди считают, что алкоголь полезен, т.к. якобы, расширяет сосуды, после чего улучшается кровоток. Действительно, многие алкогольные напитки действуют как сосудорасширяющие вещества, НО! Эффект от такого «расширения» держится недолго и сразу сменяется резким продолжительным сужением сосудов, что может приводить  к образованию тромбов. Поэтому такой способ является крайне опасным.

Воздействие алкоголя на зрение человека:

* Уменьшение размеров предметов и расстояний между ними.
* Возникновение диплопии (двоение в глазах). Мышцы левого и правого глаза начинают функционировать несогласованно.
* Сужение полей зрения. Боковые предметы практически полностью выпадают из поля зрения («туннельное зрение»).
* Цветовая слепота. Спирт, воздействуя на печень, вызывает недостаток ферментов, участвующих в синтезировании светочувствительного пигмента сетчатки.
* Помутнение хрусталика. Хрусталик состоит из белков, а алкоголь их окисляет, что является одной из главных причин возникновения катаракты.
* Покраснение слизистой глаза. Этиловый спирт может приводить к снижению в крови эритроцитов. Их недостаток становится причиной падения уровня гемоглобина, к тканям глаза поступает мало кислорода.

После употребления крепких напитков низкого качества или суррогатов алкоголя даже в небольших дозах человек может остаться полностью слепым. Зрение может пропасть внезапно.

Откажитесь от спиртного полностью! Берегите себя и своих близких!