

# 大量飲酒は脳を萎縮させ、ダメージを与えます

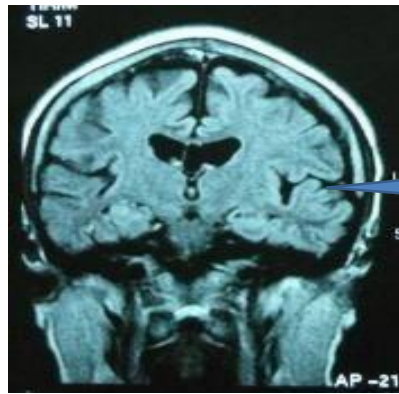
## なぜ、アルコールは脳を萎縮させてしまうのでしょうか？

アルコールの分解や脳神経の活動にはビタミンB1が使われます。しかし、多量飲酒者の場合はアルコールの分解ばかりにビタミンが使われてしまい、脳に行きわたらなくなります。

また、多量飲酒する方は食事をとらないことが多いです。そうすると、からだに必要なビタミンや脂肪が不足し、脳も栄養失調状態となり、脳神経が痩せ細ってしまいます。



32歳男性 通常飲酒



30歳男性 アルコール依存症

- ・脳萎縮の原因：1位加齢 2位 **飲酒**
- ・過量飲酒による脳機能の悪化は、一部断酒によって改善が期待できます。

左の2枚の写真、違いが分かりますか？

右側の写真は  
強く脳が萎縮しています。  
左の写真に比べ、明らかな脳室の拡大、脳溝の開大がみられます