

Madhara ya pombe kwa mwili na akili

By SW - Melkisedeck Shine · April 15, 2022

Ujana na Makuzi | Mapenzi na Ngono Salama

Pombe huingia kwenye damu na kuzunguka mwili mzima pamoja na kwenye ubongo wako. Ina madhara kwa viungo vya mwili wako na ubongo wako na hivyo huathiri tabia na hisia zako.

Unywaji wa pombe kupita kiasi unaweza kuathiri viungo vingi kwa mfano, ini ambalo ndilo huathirika zaidi. Ini hilo linafanya kazi ya kufyonza kilevi katika mwili wako. Kama ukinywa zaidi utaathiri ini kiasi kwamba halitaweza kufanya kazi kikamilifu au litashindwa kabisa hatimaye utakufa. Kilevi kingi husababisha kansa ya ini na tumbo.

Hatari kubwa siku hizi ni kupata na kusambaza virusi vya UKIMWI. Mlevi mara nyingi huwa mzembe na husahau kinga muhimu kama vile kutumia kondomu wakati wa kufanya mapenzi. Anaweza pia kufanya mapenzi na watu ambao hafahamu afya zao, kama ni wagonjwa au la. Zaidi ya hayo mlevi mara nyingi huwa dhaifu, hivyo ni rahisi kushambuliwa na magonjwa mbalimbali pamoja na VVU.

Pombe inaathiri pia uwezo wa kufanya tendo la ndoa. Huwa ni vigumu kwa uume kusimama. Pia huathiri ubongo hasa sehemu zile zinazomiliki ufahamu na mihemko.

Kwanza unaweza kujisikia mchangamfu na huru, lakini mara tu unaanza kujisikia taabu na kushindwa kutembea vizuri. Utakuwa na matatizo ya kutoona vizuri na matatizo ya kutoa uamuzi sahihi. Watu huanza kuwa na vijitabia vya ajabu na vipya baada ya kulewa. Kugombana na watu wengine na kufanya mambo yasiyokubalika kama vile kujikojolea mbele za watu. Kama utaendelea kunywa kuna uwezekano mkubwa wa kupata madhara. Kila dhara huharibu mamilioni ya seli za ubongo wa binadamu.

Kwanza hutakuwa na kumbukumbu ya nini kimetokea, lakini unaweza pia kupoteza kabisa kumbukumbu zako. Kama ukinywa pombe kupita kiasi kwa muda mrefu unaweza kupungukiwa akili na mwisho kuharibu kabisa akili. Pombe pia ni dawa ya kulevya kwani huweza kukutawala. Watu waliotawaliwa na pombe, hutumia pesa nyingi na muda mwingi kwenye pombe, hali ambayo inaweza kuwa ni mzigo mzito kwa familia na jamii, na pindi mtu anapotawaliwa, ni vigumu kunywa kidogo au kuacha kabisa. Kama mtu atajaribu kuacha, hupata matatizo kama kutetemeka, mapigo ya moyo kuongezeka, kutokwa na jasho jingi, na kukosa usingizi wakati wa usiku. Hali hiyo husababisha maumivu na ni hatari kwa watu ambao wametawaliwa na pombe.