

## 喝酒脸红是怎么回事

### 1、喝酒脸红是怎么回事

面部皮肤潮红是因为皮下暂时性血管扩张所致，主要原因是乙醛引起的，医学上把这种现象称之为“饮酒性面红”。乙醛具有让毛细血管扩张的功能，而脸部毛细血管的扩张才是脸红的原因。而喝酒脸红的人能迅速将乙醇转化成乙醛，也就是说有他们高效的乙醇脱氢酶。另外还有一种酶——乙醛脱氢酶，喝酒脸红的人是只有乙醇脱氢酶没有乙醛脱氢酶，所以体内迅速累积乙醛而迟迟不能代谢，所以会出现面如关公的情况。

### 2、喝酒容易脸红到底好不好

喝酒容易脸红的人体内缺少乙醛脱氢酶，会导致大量的乙醛累积在体内，让肝脏慢慢进行分解，会导致肝脏的负担加重。但相比喝酒不脸红的人来说，喝酒容易脸红的好处在于，只要一脸醉红色，说自己已经到了极限了，一般人就不会再行劝酒，而已经摄入的酒精只要通过睡一晚上就能被分解干净，对于人体的伤害还不是最大的。如果喝酒不会脸红，但体内又缺乏两种酶，这种人往往容易摄入超越自己承受量的酒量，肝脏的负担就会超出想象的繁重。

### 3、长期喝酒脸红会造成怎样的健康问题

长期大量喝酒导致常常脸红，造成持续性的脸红，就有可能发出很多看起来像青春痘的丘疹、脓疱，到了晚期鼻子部位的皮脂腺肥大，鼻子变形，这就是酒渣鼻。因此，要学会克制情绪，保持稳定，同时不可贪杯，适量饮酒，才能避免脸红给自己带来的健康问题。

