



お酒に、強い人と弱い人がいるのはなぜ

お酒に強い人と弱い人がいる、一つの理由は体重

お酒を飲んで、よっぽらいやすい人と、そうでない人がいるのは、いろいろな理由がありますが、その一つは体重です。大きな体の人は少しお酒を飲んでも、小さな体の人ほどには感じません。これは、薬のききめと同じようなものです。

もう一つの理由は、お酒にふくまれているアルコールが、体の中で分解されてできる物質を、どんどん害のないものに変えるはたらきをする、酵素というものを、生まれつきたくさんもっている人と、そうでない人がいるからで、たくさんもっている人ほど、お酒によわずお酒に強いのです。

顔が赤くなることは、お酒に強いとか弱いとかには関係がない

お酒を飲んで顔が赤くなるのは、顔の皮ふにある血管が広がり、そこを通る血液の量が多くなるからです。その反対に、血管が縮まると、そこを通る血液の量が少なくなり、顔は青くなります。

わたしたちの血管ののび縮みは、自律神経という、神経のはたらきによって行われており、わたしたちの意思では、自由になりません。自律神経には交感神経と副交感神経の、2種類の神経があり、交感神経の力が強いときには、血管が縮んで青くなり、副交感神経の力が強いときには、血管がひらいて赤くなるというわけです。しかし、お酒を飲んで顔が赤くなることと、お酒に強いとか弱いとかには関係がありません。（監修・保志 宏）

