

【2021 全國科學探究競賽-這樣教我就懂】

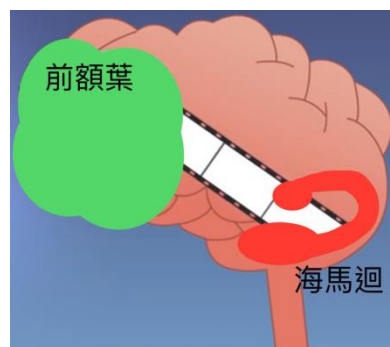
社會組 科學文章表單

文章題目：你是忘記了，還是害怕想起---為什麼喝酒後會造成記憶斷片

文章內容：

傳統禮儀上的敬酒文化，早已深植在台灣人心中，不管是在婚宴、尾牙、生意上的應酬以及過年圍爐都免不了喝個兩三杯，對於千杯不醉的人是一種享受，但對於一杯就倒的人可是噩夢呢！隔天一早醒來腦袋一片空白，對於昨天所做的一切，什麼也想不起來，究竟記憶被酒精帶去了哪裡呢？要知道這個祕密前，我們先來看看，我們的記憶是怎麼儲存的吧！

首先要介紹位於大腦靠近額頭的前額葉，這是人體負責處理當前的事以及決定該進行何種行為，在喝酒的時候，我們的行為、情緒、說話等等都是由前額葉所主導，但前額葉並非儲存記憶的地方，經過一陣子後會傳到位於後腦杓的海馬迴，也就是記憶區，負責短期記憶、長期記憶、以及空間定位的作用。也就是說，當我們透過前額葉所做出來的每一個行為，最後都會被傳送到海馬迴中儲存成長期記憶。



切回正題，那為什麼喝酒後會造成斷片現象呢？因為酒精會干擾海馬迴中的「N-甲基-D-天門冬胺酸受體」，阻斷記憶主要機制 LTP 的作用，導致人體開始釋放抑制神經元的物質。簡單來說，酒精會干擾記憶的形成，造成那段時間在前額葉所產生的行為不會傳到海馬迴中儲存成長期記憶，這種現象就是我們所謂的斷片。

但不是每一個人喝酒後都會出現斷片，那我們來看看什麼樣的人，比較容易出現斷片現象呢？基本上對於酒精的吸收是由基因決定的，像是亞洲人常有的酒精不耐症，是一種先天的基因缺陷，無法正常代謝酒精。容易造成酒後斷片還有女性、體型偏瘦的人、發育未完的青少年，或空腹喝酒，這些人發生酒後斷片現象機率都是比較高的。

最後提醒大家，酒精對人體健康有不好的影響，尤其是對於大腦及肝臟的傷害，千萬不要長期酗酒，不只會傷身體，也容易做出令人無法想像的事，事後卻什麼也記不得，還有若不知道自己的酒量如何，就不要大量飲酒，避免意外發生，別讓自己一時的快樂，造成自己以及他人永久的傷害。

參考資料

- 【酩酊大醉】酒精對身體有什麼影響？<https://reurl.cc/WEbnd9>
- 【健康蘋道】酒後斷片阻海馬迴記憶！不僅被撿屍嚴重恐致死 <https://www.youtube.com/watch?v=tE5uvGRBr4Y>
- 【醫健一分鐘】飲醉酒點解會斷片？<https://www.youtube.com/watch?v=a9SbbrOJ3VE>
- 額葉維基百科 <https://zh.wikipedia.org/zh-tw/%E9%A1%8D%E8%91%89>
- 前額葉的功能與精神疾病 https://doc1856.blogspot.com/2009/12/blog-post_19.html
- 海馬迴維基百科 <https://reurl.cc/Xe2zeg>
- N-甲基-D-天門冬胺酸受體維基百科 <https://reurl.cc/e9prEx>
- LTP 維基百科 <https://reurl.cc/ynOqEO>
- 台灣酒精不耐症衛教協會 <http://taies.org/ALDH2/>