

ВРЕДНЫЕ ПРИВЫЧКИ. АЛКОГОЛИЗМ

Приведем одну неутешительную цифру из криминальной статистики: 70 % преступлений против личности совершается людьми в состоянии алкогольного опьянения. Язык не поворачивается назвать алкоголизм и пьянство деликатным термином «вредная привычка». Это порок, это бич, это, как сказал древний философ, «добровольное сумасшествие». Ещё в глубокой древности познакомился человек с необычным веселящим действием некоторых напитков. Самое обычное молоко, мед, соки плодов, постояв на солнце, меняли не только свой внешний вид, вкус, но приобретали способность возбуждать, вселять ощущение легкости, беззаботности, благополучия. Не сразу люди заметили, что на следующий день человек расплачивался головной болью, разбитостью, дурным настроением. Разумеется, наши далекие предки и догадываться не могли, какого страшного врага они приобрели. К сожалению, печальные последствия употребления спиртного привлекали к себе меньше внимания, чем улучшения настроения, сопутствующее употреблению алкоголя.

В мифах, легендах и сказках древнего мира - всюду фигурирует вино, опьянение, разгул. Пьянство процветало, а за ним следовали его неизменные спутники - разврат, преступления, тяжелые болезни.

По - разному сказывается влияние алкоголя на людях. Одни быстро спиваются и становятся алкоголиками, у них развивается болезненная зависимость от спиртного в виде запоев и похмельного синдрома. Другие остаются, как их называют, бытовыми пьяницами. Медики объясняют, что все дело в наследственных факторах, передаваемых от родителей детям через гены, которые обуславливают процессы обмена веществ в организме человека и, соответственно, склонность к употреблению алкоголя. Однако алкоголиком теоретически может стать любой человек.

МАМА, не пей!

Очень опасен алкоголь для юных, особенно для девушек, поскольку их организм в период роста легче подвергается воздействию наркотиков. Пьющие (особенно девушки) под влиянием алкоголя делают развязными, болтливыми, несдержанными, не достаточно критичными к своему поведению. В пьяном виде девушки теряют стыд, женское достоинство, становятся склонными к легкомысленному поведению. Последствия в результате опьянения, бывают трагичными.

Если женщина по той или иной причине начинает пить, то у нее очень быстро по сравнению с мужчинами развивается зависимость от алкоголя и все остальные симптомы алкоголизма. Так, к примеру, если мужчинам требуется от 10 до 20 лет непрерывного пьянства, чтобы стать больным алкоголизмом, то женщинам уже 3-5 лет, а иногда и меньше. Кроме того, уже начавшаяся болезнь развивается у женщин по сравнению с мужчинами стремительно от начальной стадии к конечной. Очень рано у женщин появляются все сопутствующие алкоголизму болезни внутренних органов (гепатит, цирроз печени, панкреатит и другие), а также очень рано возникают психические изменения, которые еще больше способствуют продолжению пьянства.

Резко изменяется характер. В первую очередь обостряются и усиливаются имеющиеся до болезни психопатические черты: истеричность, раздражительность, эгоистичность, злоба и т.д. Очень рано наступает так называемая алкогольная энцефалопатия, проявляющаяся слабоумием и деградацией личности. Если в начальной стадии болезни полному отказу от алкоголя мешают обострившиеся психопатические черты, когда женщина

«вспыхивает» по малейшему поводу, то в стадии разгара болезни этому мешает присоединившееся алкогольное слабоумие – больная не может в достаточной мере осознать трагизм своего положения и необходимость прекратить употреблять спиртное.

Таким образом, из женщины-кормилицы, женщины-оплота очага и матери своих детей она очень быстро превращается в грязную опустившуюся, ведущую паразитический, асоциальный образ жизни и притом зачастую никому не нужную больную.

Очень часто такие низко павшие и потерявшие человеческий облик женщины сексуально распущены, имеют несколько любовников из подобных ей бомжей, имеют кучу родившихся детей, которые воспитываются в детских домах и приютах.

Зачастую эти дети имеют массу физических и психических недостатков, ослаблены, часто болеют и очень рано умирают, поскольку их будущая мать продолжает употреблять спиртное во время беременности, не говоря о других нарушениях режима. Дети, родившиеся у алкоголичек, имеют врожденные пороки сердца, деформацию черепа и лица, плохо оформлены ушные раковины и глазные впадины. Они чаще заболевают, дольше болеют, болезни протекают тяжело. Недоношенность, недоразвитость, врожденное истощение младенца – признаки употребления алкоголя матерью. Известно, что дети алкоголиков в 4 раза чаще заболевают алкоголизмом и наркоманией.

Обязать такую распущенную и больную алкоголизмом женщину не рожать детей или бросить пить хотя бы во время беременности очень непростая задача. Считается, что в семье, где пьет мать, не бывает детей без невротических расстройств и дальнейших нарушений школьной адаптации.

Тревогу надо бить уже тогда, когда появляется желание выпить по поводу и без, особенно ежедневно, т.е. наступает алкогольная зависимость. Это становится злой потребностью, привычным состоянием, при этом любитель спиртного не замечает, что характер его меняется к худшему: он делается забывчивым, обидчивым, агрессивным, а иногда просто деградирует, глупеет.

Алкоголизм – это заболевание, наступающее в результате употребления спиртных напитков и болезненного пристрастия к ним.

Алкоголь уничтожает клетки печени, а ведь в ней происходит образование АТФ (аденозинтрифосфорной кислоты) – основного источника энергии в организме, детоксикация (обезвреживание) ядов, депонирование крови, выработка ферментов (катализаторов химических процессов в организме) и многое другое. Губительное действие оказывает алкоголь на половую сферу. Нарушается работа половых желез, нарушается сексуальная жизнь. Развивается половая слабость – импотенция, которой страдает около 60 % мужчин, злоупотребляющих алкоголем, остальные 40 % даже при сохранении полового влечения не способны к полноценной половой жизни.

По уровню потребления алкоголя медики делят людей на три группы:

I-я группа – лица, употребляющие алкоголь редко (в праздники, торжества, не чаще 1 раза в месяц) в небольшом количестве (2-3 рюмки вина или крепких напитков).

II-я группа – употребляющие алкоголь умеренно (1-3 раза в месяц, но не чаще 1 раза в неделю). Повод – праздники, семейные торжества, встречи с друзьями.

Количество напитков 200 г крепких или 400-500 г легких (с учетом возраста, пола и физического развития). Лица, «знающие свою меру», не допускающие конфликтных ситуаций.

III-я группа – злоупотребляющая алкоголем:

а) без признаков алкоголизма, т.е. пьющие несколько раз в неделю более 0,5 л вина или 200 г крепких напитков; мотив «за компанию», «хочу и пью». Это асоциальные лица, конфликтные в семье и на работе, постоянные клиенты медвытрезвителей и милиции. **У них уже проявляется алкозависимость**;

б) с признаками алкоголизма – утрата контроля, психическая зависимость от алкоголя. что примерно соответствует III стадии алкоголизма как болезни;

в) с выраженными признаками алкоголизма – физическая зависимость от алкоголя, абстинентный синдром (похмелье).

Стадии алкоголизма. Выделяются три основные стадии развития алкоголизма как болезни.

1 стадия. Нарушается работа внутренних органов. Появляются различные отклонения со стороны нервной системы, снижается умственная работоспособность, ухудшается память, внимание, расстраивается сон, возникают головные боли, раздражительность. Иначе говоря, просматриваются функциональные изменения органов и систем, утрата контроля, зависимость. Эта стадия носит название начальной – неврастенической.

2 стадия. Характеризуется более выраженными нарушениями интеллектуальной и эмоционально-личностной сферы. Возникают алкогольные психозы, дозы спиртного увеличиваются до максимальных. Это средняя, наркоманическая стадия, которая выражается нарушением психики и постоянным пьянством.

3 стадия. Ослабление всего организма, утрата эмоций и этических норм. Типичные изменения во внутренних органах. Вспомогательные процессы периферических нервов. Эта стадия проявляется в запойном пьянстве, с выраженным проявлением психоза, бреда ревности, утратой потенции.

Мотивы, побуждающие к употреблению алкоголя:

- самоутверждение (а что я, хуже других),
- символическое участие, не отставать от других, друзей,
- снятие психодинамического напряжения (смелость, развязность).

Мотивация воздержания от алкоголя:

- мотивы культурного порядка – 53 % (вредно, совет врача);
- препятствие (запрет родителей) – 28,8 %;
- вкусовые (не вкусно, противно) – 16,8 %;
- мотивы здоровья (тошнота, недомогание) – 8,8 %;
- прочие мотивы – 8 %.

Люди, злоупотребляющие алкоголем, думают и даже хвалятся, что здоровье у них железное и потеряют они его очень не скоро, поэтому не отказывают себе в удовольствии принять новую дозу спиртного. Но деградация личности все равно происходит: у кого-то раньше, у кого-то позже. Алкоголь особенно вреден для молодого растущего организма. Так называемые взрослые дозы для юношей могут быть смертельными. Алкогольное отравление у них наступает быстрее. А при поражении головного мозга могут произойти необратимые изменения, способные привести к инвалидности и смерти.

Среди причин смертности и болезней алкоголизм занимает третье место, уступая только сердечнососудистым заболеваниям и злокачественным

образованиям. Средняя продолжительность жизни при злоупотреблении алкоголем уменьшается примерно на 20 лет. **Алкоголь – причина преступлений**, травматизма, несчастных случаев в быту и на производстве. Самой важной особенностью алкоголизма является то, что больной человек не может прийти к выводу, что ему нужно совсем прекратить употреблять алкоголь и не возвращаться к этому никогда.

При отравлении алкоголем следует напоить пострадавшего водой (чаем или соком, не содержащими газировку), вызвать рвоту (чтобы вывести яды из организма). При отравлении, например, средством от кашля, инсектицидом или французской водкой необходимо дать 2-3 таблетки активированного угля (чтобы связать оставшийся в организме яд).

Обязательно следует вызвать скорую помощь.

Итак, Вы узнали, что такое алкоголизм, какие люди больше всего склонны к алкогольной зависимости, к каким страшным последствиям приводит алкоголизм.

**Не наносите вреда своему организму и организмам ваших детей! Помните, что здоровое продолжение вашего рода, ваших семей – это ваши здоровые дети! Подавайте правильный пример!
Будьте здоровы и счастливы!**