

ФАКТ 12. ПАГУБНОЕ ВЛИЯНИЕ НА ЖКТ

Алкоголь отрицательно влияет на тонкий кишечник. Он изменяет структуру клеток, и все полезные вещества перестают нормально усваиваться в организме. Также отрицательно сказывается на желудок. Происходит поражение слизистой оболочки, отмирание клеток эпителия, нарушается выделение желудочного сока. В связи с этим алкоголь может вызвать такие болезни, как: гастрит, панкреатит, различные виды язв, сахарный диабет

ФАКТ 13. ВЛИЯНИЕ АЛКОГОЛЯ НА ПЕЧЕНЬ

Печень – очень важный для нашего организма «механизм», он служит нам своего рода фильтром, который защищает наш организм. При длительном употреблении алкоголя появляется воспалительный процесс, под названием «Алкогольный гепатит», а после него возникает всем известный «Цирроз печени».

ФАКТ 14. АЛКОГОЛЬ И СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТАЯ СИСТЕМА

Распространенным негативным влиянием алкоголя является на сердце, его увеличение. Активное потребление несет за собой инфаркты, инсульты, и в целом разрушает сердечно-сосудистую систему. Тем, кто страдает сердечными заболеваниями, алкоголь противопоказан даже в малых дозах.

ФАКТ 15. ВЛИЯНИЕ НА ПОЧКИ

При употреблении алкоголя большой опасности подвергаются и почки. При частом употреблении они собирают много токсичных веществ, которые содержит спиртное, и тогда ткани органов видоизменяются и прогрессируют различные болезни, такие как некроз, камни в почках, почечная недостаточность и другие заболевания.

РЕКОМЕНДУЕМ ПРОЧИТАТЬ:

1. **Алкогольная и наркотическая зависимость у подростков : пути преодоления** [Текст] : учебное пособие / под ред. Э. Ф. Вагнера и Х. Б. Уолдрон ; пер. с англ. А. В. Александровой ; науч. ред. русского текста Н. А. Сирота, В. М. Ялтонский. – Москва : Академия, 2006. – 476 с. – Предм. указ.: с. 405-410.
2. **Вашкин, Д. В. Алкоголизм – не приговор!** [Текст] : научно-популярное издание / Д. В. Вашкин. – Москва : Эксмо, 2011. – 192 с. : ил.
3. **Кормушин, Ю. В. Убережь своего ребенка от опасностей. Как?** [Текст] : угрозы дома и на улице, наркотики и детский алкоголизм, детская игра, доступные приемы спасения : от младенчества до совершеннолетия / Юрий Кормушин. - Москва : Эксмо, 2010. - 318 с. : ил.
4. **Моисеев, В. С. Алкоголь и болезни сердца** [Текст] : [руководство для врачей] / В. С. Моисеев, А. А. Шелепин. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2009. - 162 с. : табл. - (Библиотека врача-специалиста. Кардиология. Наркология).
5. **Ципоркина, И. В. Анонимных алкоголиков не бывает** [Текст] / И. В. Ципоркина, Е. А. Кабанова // Практическая психология для подростков, или Вся правда о наркотиках. – Москва : АСТ-ПРЕСС КНИГА, 2008. – С.166-227.

**Пить или не пить выбор каждого.
Но перед тем, как решить взять
бутылочку пива, подумайте прежде
всего не о себе, а о тех,
кто рядом с вами.**

И будьте здоровы!

МБУ «ЦБС Верхнеуслонского
муниципального района РТ»,
Русско-Макуловская библиотека»

АЛКОГОЛИЗМ. Только факты.



Буклет
о вреде раннего
алкоголизма
к Всемирному дню
трезвости и борьбы с
алкоголизмом.

2023. Октябрь

АЛКОГОЛИЗМ. ТОЛЬКО ФАКТЫ. 15 ДОКАЗАННЫХ ФАКТОВ О ВРЕДЕ УПОТРЕБЛЕНИЯ АЛКОГОЛЯ

Каждый человек знает, что алкоголь вреден для здоровья. Несмотря на общеизвестное пагубное влияние на организм, алкоголь намертво закрепился в нашем обществе. В каждой стране есть свой национальный алкогольный напиток, и даже есть культура его употребления. Противостоять этой «культуре к выпивке» может только осознание того, какие опасности несет для каждого из нас употребление алкогольных напитков на самом деле.

ФАКТ 1. ТРЕТЬЕ МЕСТО ПО ПОПУЛЯРНОСТИ ПРИЧИНОЙ СМЕРТИ ЯВЛЯЕТСЯ АЛКОГОЛЬНОЕ ОТРАВЛЕНИЕ

Каждый день в России от алкогольного отравления умирают полумиллиона человек. Отравление происходит из-за яда, которое содержит алкоголь. Он сокращает продолжительность жизни на 20 лет, не говоря о её качестве и последствиях.

ФАКТ 2. АЛКОГОЛЬ ВЫЗЫВАЕТ ЗАВИСИМОСТЬ

Алкоголь – это наркотик, как и любой наркотик он вызывает зависимость. Алкоголизм – тяжелая хроническая болезнь, чаще всего трудно излечима. Для алкоголика состояние опьянения лучше психологическое состояние. Это жажда находится в таком состоянии не дает человеку бросить пить.

ФАКТ 3. ИЗМЕНЕНИЕ ПСИХИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ

Доказано, что при длительном употреблении алкоголя меняется психологическое состояние человека. Появляется агрессия, подавленное состояние, депрессия, беспричинное вступление в конфликты.

ФАКТ 4. БЕЛАЯ ГОРЯЧКА

Белая горячка – это алкогольный психоз. Чаще всего возникает в состоянии похмелья. Сопровождается бессонницей, дрожанием рук, появляются безосновательные страхи, слуховые и зрительные обманы (движение теней, шум, звонков).

ФАКТ 5. 80% САМОУБИЙСТВ ПРОИСХОДИТ ПОД АЛКОГОЛЕМ

Практически 80% самоубийств приходится на людей в состоянии алкогольного опьянения по заключению судмедэкспертизы. Больше 75% всех изнасилований, убийств, разбоев и грабежей также лежит на совести преступников, которые совершали противозаконные действия в нетрезвом состоянии

ФАКТ 6 УБИЙСТВА СОВЕРШАЮТСЯ ПОД АЛКОГОЛЬНЫМ ОПЬЯНЕНИЕМ

По официальным данным 82% убийств в РФ совершается под алкогольным опьянением.

ФАКТ 7. ЖЕНЩИНЫ СПИВАЮТСЯ БЫСТРЕЕ МУЖЧИН

Доказанный факт, что женщины по биологическим причинам в 4 раза быстрее спи-

ваются, чем мужчины. Дети в таких семьях деградируют 5 раз быстрее.

ФАКТ 8. АЛКОГОЛИЗМ ПЕРЕДАЕТСЯ РЕБЕНКУ ОТ РОДИТЕЛЕЙ

В семье, где родители страдают алкогольной зависимостью, 89% детей и подростков тоже пристрастились к алкоголю.

ФАКТ 9. ПОДРОСТКИ БОЛЬШЕ СКЛОННЫ К АЛКОГОЛЬНОЙ ЗАВИСИМОСТИ

В подростковом возрасте развивается и формируется человеческий организм, поэтому в этот период их организм более чувствителен и поэтому формирование зависимости происходит в ускоренном режиме за 2-3 года (чем раньше ребенок попробовал алкоголь, тем быстрее).

ФАКТ 10. РАЗРУШАЕТСЯ ГОЛОВНОЙ МОЗГ

Алкоголь очень опасен для нашего головного мозга. Этанол проникает во все системы нашего мозга. Он начинает провоцировать тромбоз, после лопаются сосуды и в головном мозге умирают нейроны. стакан слухового вина подавляет процесс работы мозга на 12-15 дней.

ФАКТ 11. ИНФЕКЦИОННЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

В последнее время установлена причинно-следственная связь между вредным употреблением алкоголя и заболеваемостью такими инфекционными болезнями, как туберкулез, а также ВИЧ/СПИД.