

Вред алкоголя: мифы и реальность

Миф: поднимает настроение.

Реальность: в реальности вызывает лишь наркотическое опьянение. Потребность поднять настроение таким способом считается ненормальной и говорит о уже сформировавшейся, в какой-то степени, алкогольной зависимости.

Миф: снимает усталость.

Реальность: он, парализуя активность коры у головного мозга, может вызвать лишь дурашливую расторможенность. Лучше отдохнуть, выспаться или переключиться на другую деятельность.

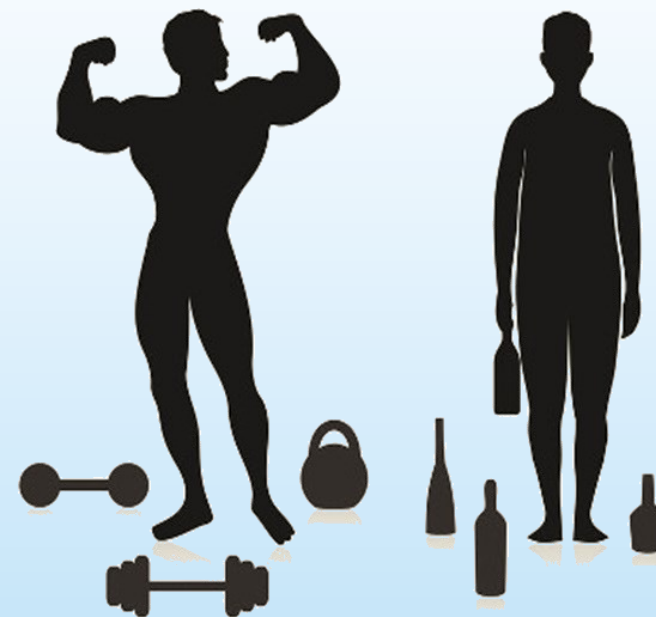
Миф о том, что алкоголь может снять стресс.

Реальность: алкоголь вводит в состояние, аналогичное «временному наркозу», выход из которого на много тяжелее самого стресса. Более эффективно уйти в учёбу, пообщаться с семьей, друзьями, порелаксировать, заняться физическими нагрузками или завести хобби.

Миф: употребление алкоголя - личное дело человека. Где и сколько он употребляет, никого не касается.

Реальность: употребление алкоголя сказывается на отношениях в семье, с друзьями, в общественных местах. Так как значительное число преступлений, убийств совершается в состоянии алкогольного опьянения.

Миф: алкоголь улучшает сон.



Наш адрес:
г. Горно-Алтайск,
пр-т Коммунистический, 89

Контактный телефон:
8 (388-22) 6-30-79

Наш сайт в сети Интернет:
<http://aura-kcson.ru>

**Как алкоголь
влияет на
организм человека?**

г. Горно-Алтайск, 2020

Алкогольная статистика

Неутешительны цифры, демонстрирующие опасность алкоголизма:

◇ На 10 взрослых человек приходится один, имеющий серьезные проблемы, вызванные употреблением алкоголя.

◇ Одна треть вызовов скорой помощи приходится на алкогольные интоксикации.

◇ В психиатрических стационарах половина пациентов – мужчины-алкоголики.

◇ Причина каждых двух из трех смертей – отравление алкоголем.

◇ Половина смертей и опасных травм при ДТП происходит по вине алкогольного опьянения.

◇ Причина 80 % пожаров – сон с сигаретой в состоянии алкогольного опьянения.


◇ Отмечен рост алкоголизации за счет употребления пива, приобщения женщин и подростков.

◇ Среди подростков алкоголь употребляют 88 % юношей и 93 % девушек. В этом возрасте отмечается максимальное потребление алкоголя.

◇ В России за год от алкоголя умирает 3500 человек (в результате «перепоя»).

◇ Алкоголь укорачивает жизнь в среднем на 10 лет.

Влияние алкоголя на организм



МОЗГ • замедляет циркуляцию крови в сосудах мозга, приводя к постоянному кислородному голоданию его клеток, в результате чего наступает ослабление памяти и медленная психическая деградация

СЕРДЦЕ • вызывает повышение уровня холестерина в крови, стойкую гипертонию и дистрофию миокарда

ЖЕЛУДОК • подавляет продукцию муцина, выполняющего защитную функцию по отношению к слизистой желудка, и является причиной язвенной болезни

ПОДЖЕЛУДОЧНАЯ ЖЕЛЕЗА • разрушает поджелудочную железу, нарушает обмен веществ и вызывает диабет

ПЕЧЕНЬ • возникает воспалительный процесс (гепатит), а затем и рубцовое перерождение (цирроз)

КРОВЬ • угнетает продукцию тромбоцитов, а также белых и красных кровяных телец. Итог: малокровие, инфекции, кровотечения

Алкоголизм – болезнь, развивающаяся на фоне частого употребления алкоголя и формирования патологической тяги к нему, психологической, а после нее физической зависимости. Алкоголь нарушает обменные процессы в организме, накопительный