

## Что же такое алкоголизм?

Пьянство и алкоголизм - серьёзное препятствие на пути развития любого общества. По данным Всемирной организации здравоохранения, злоупотребление алкоголем находится на третьем месте среди причин смертности (после сердечно-сосудистых и онкологических заболеваний). Подсчитано также, что систематическое употребление алкоголя уменьшает продолжительность жизни примерно на 15-20 лет. Лицами в нетрезвом состоянии совершается почти 40% всех преступлений, они - частые виновники дорожно-транспортных происшествий.

Справочно: алкоголь, или этиловый спирт, является наркотическим ядом, действующим на клетки организма человека, парализуя и разрушая их. Учеными доказано, что 100 г водки губит 7,5 тыс. активно работающих клеток головного мозга. Доза 7-8 г чистого спирта на 1 кг тела является смертельной для человека.

Алкоголь в любых дозах через формирование структурных изменений мозга подавляет интеллект, инициативность, творческие способности, снижает социальную активность, подавляет чувство гордости, чести, ответственности, заметно снижает половые способности как мужчин, так и женщин, формирует стандартность мышления, подавляет человека физически и нравственно, отягощает наследственность и т. д.

Систематическое потребление спиртного приводит к стойкому расширению кровеносных сосудов, непосредственно повреждая сердечную мышцу. Почки перестают выделять из организма вредные продукты жизнедеятельности.

Органом, наиболее повреждаемым при злоупотреблении алкоголем, является печень. Она перерабатывает около 95% алкоголя, поступившего в кровь. В результате в печени откладываются жирные соединения, что ведет к ее ожирению и замещению функционирующих печеночных клеток нефункционирующей рубцовой тканью - циррозу печени. Алкогольный цирроз является основной причиной смерти, связанной со злоупотреблением алкоголем.



В жизни есть не только преступность как таковая, но и явления, близкие к ней, из которых она произрастает или без которых определенные ее виды просто не могут существовать.

К таким явлениям относятся пьянство и алкоголизм - социально негативные явления с высокой степенью криминогенности.

Пьянство играет одну из «ведущих» ролей среди социальных явлений и процессов, обуславливающих существование преступности и совершение конкретных преступлений.

Совершение многих преступлений - умышленных и неосторожных, насильственных и корыстных, против общественного порядка и общественной безопасности - связано с употреблением алкоголя.

Пьянство, являясь одним из самых распространенных, криминогенных факторов, вместе с тем представляет собой весьма серьезную, социальную проблему.

МАУДО г. Нижневартовска  
«СШОР «Самотлор»

Телефон 8 (3466)41-49-49

Адрес электронной почты – [igroviki@yandex.ru](mailto:igroviki@yandex.ru)

12+

Реализация муниципальной программы «Комплексные меры по пропаганде здорового образа жизни (профилактика наркомании, токсикомании, алкоголизма) в городе Нижневартовске на 2018-2025 и на период до 2030 года»

## НЕ ВЫПАДАЙ ИЗ ЖИЗНИ (алкоголизм)



В человеческом мозге алкоголь окисляется в 4000 раз медленнее, чем в печени. Алкоголь концентрируется в клетках головного мозга до одного месяца. Установлено, что уже после четырех лет потребления алкоголя имеет место сморщенный мозг из-за гибели миллиардов корковых клеток. По оценкам зарубежных ученых, употребление алкоголя в дозе 200 г. сухого вина подавляет интеллект пьющего на 18-20 дней. Если люди выпивают два раза в месяц, то это означает, что их интеллект постоянно снижен.

Алкоголь оказывает воздействие на иммунную систему, повреждая ее защитный механизм. Наконец, одно из самых негативных последствий злоупотребления алкоголем состоит в том, что под его воздействием в мозгу происходит совокупность химических и физиологических перестроек, ведущих к установлению стойкой алкогольной зависимости. Алкоголь включается в обменные процессы организма. Все это дает основание рассматривать алкоголизм как тяжелую болезнь, с которой часто «больные» не в состоянии справиться самостоятельно. Порой недостаточно даже таких решительных действий, как выведение из запоя, кодирование, попытки бросить пить. Сформированная зависимость от алкоголя настолько сильна, что даже когда человек не пьет, он находится, как говорят медики, в состоянии ремиссии. Стоит принять хоть немного спиртного – и болезнь возвращается, несмотря на воздержание от употребления алкоголя в течение многих месяцев или даже лет. Для полного исцеления зависимый человек должен преодолеть себя, переродиться физиологически и психологически. При этом в ряде случаев не обойтись без длительного, сложного и дорогостоящего курса медико-психологического лечения и социальной реабилитации.

На распространенность пьянства и алкоголизма основное влияние оказывают следующие факторы:

- низкий уровень жизни населения;
- отсутствие интересных занятий в свободное время;
- неправильное воспитание в семье;
- тяготы повседневной жизни;
- «питейные» традиции и обычаи;
- доступность приобретения спиртных напитков;
- семейные ссоры и конфликты и другие.

В последние годы в молодежной среде набрал значительные «обороты» так называемый пивной алкоголизм. Это отнюдь не безобидная вещь. Дело в том, что из-за слабой концентрации в пиве алкоголя его пьют в больших количествах, чем водку или вино.

Поэтому алкоголизм на почве употребления пива развивается в 3-4 раза быстрее, чем от крепких спиртных напитков.

### **Какие факторы, способствуют формированию алкоголизма**

Алкоголиками не рождаются, ими становятся. Этому способствуют различные факторы.

**Биологические факторы** – играют определенную роль в образовании алкогольной зависимости. Наследуется биологическая предрасположенность (биохимическая основа), на почве которой может развиваться болезненная зависимость. На основании исследований пришли к выводу, что у 60% зависимых от психоактивных веществ лиц (алкоголь, наркотики и т.п.) их ближайшие родственники страдали зависимостью.

**Социальные факторы** – распространение проблем, связанных с алкоголем, неотделимо от обычаев и представлений общества об алкоголе, семейной обстановке, способной как увеличивать, так и уменьшать риск возникновения зависимости. Социальная нестабильность, безработица, жизненные потрясения, проживание в районах с низким имущественным цензом, духовный и культурный «вакуум» и т.д.

**Психологические факторы** алкогольной зависимости включают:

- а)определенный склад личности (бездуховность, отсутствие серьезных интересов и цели в жизни, повышенная внушаемость);
- б)патологические черты характера (склонность к колебаниям настроений, трудности в установлении контактов, застенчивость, низкая или наоборот завышенная самооценка, неумение справляться со своими чувствами и т.п.); завышенная самооценка, неумение справляться со своими чувствами и т.п.);
- в) астенические (физические) и нервно – психические слабости организма) и истерические расстройств.

**Духовные факторы** – отношение человека к самому себе, окружающему его миру и людям, которое связано с качеством участия в жизни. Алкоголизм – это болезнь души со всеми вытекающими отсюда последствиями.

**Частота употребления** спиртных напитков, их относительная дешевизна и доступность – способствуют привыканию к алкоголю.



### **Признаки алкоголизма**

**Первый признак** – первичное патологическое влечение к алкоголю, желание в определенном ритме потреблять алкоголь, причем это желание должно быть обязательно удовлетворено. Здоровый человек легко отказывается от реализации этого желания, если обстоятельства требуют такого отказа. Больной алкоголизмом либо не может отказаться от выпивки при любых обстоятельствах, а если он не сможет реализовать свое патологическое влечение, он испытывает раздражение, злость или депрессию.

**Второй признак раннего алкоголизма** – рост толерантности к алкоголю, способность перенести ту или иную долю вещества. Здоровые люди обычно удовлетворяются приемом 100-150 мл крепкого алкоголя (за вечер), а при передозировке алкоголя испытывают тошноту и рвоту. Организм старается освободиться от яда. Поэтому эта нормальная реакция на алкоголь называется «защитный рвотный рефлекс». Больные алкоголизмом способны употреблять гораздо большие дозировки алкоголя без каких-либо защитных рефлексов. Дозировка 400-500 мл водки за вечер уже должна настораживать как окружающих так и самого потребителя алкоголя.

**Третий признак алкоголизма** – утрата контроля над дозой. Здоровый человек в процессе употребления алкоголя испытывает чувство насыщения. Он выпивает бутылку пива или бокал сухого вина и продолжать выпивку нет желания. Больной алкоголизмом выпивает некую ключевую дозу – обычно она составляет 100-150 мл водки – у него развивается непреодолимое желание продолжить выпивку дальше. Контроль над дозой утрачен, в случае продолжения пьянства, через несколько лет любая доза алкоголя будет вызывать тяжелый эксцесс или запой. После какого-то периода трезвости больной под влиянием первичного патологического влечения к алкоголю выпивает некоторую дозу спиртного, утрачивает контроль над потреблением, сильно напивается, наутро чувствует себя плохо (похмельный или абстинентный синдром), опохмеляется, но вновь не контролирует дозу, опять сильно напивается. Тяжелый алкогольный эксцесс может длиться от 2-3 дней до нескольких месяцев.