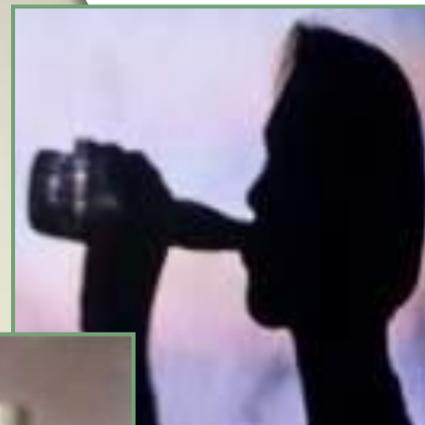
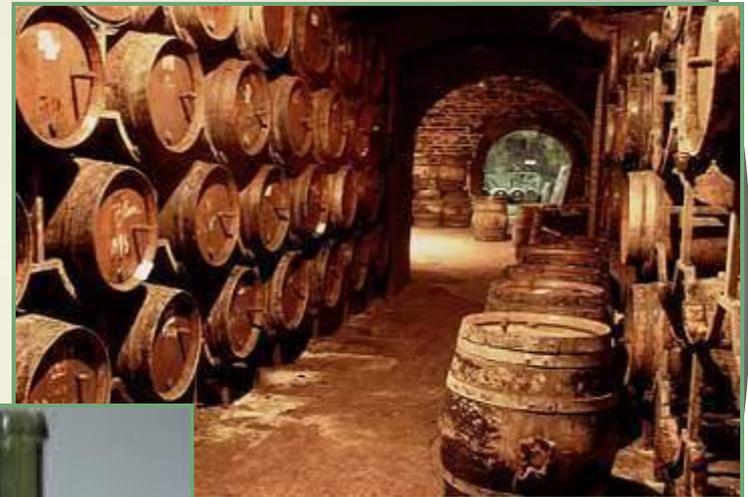


ВЛИЯНИЕ АЛКОГОЛЯ НА ОРГАНИЗМ ЧЕЛОВЕКА



Об опьяняющих свойствах спиртных напитков люди узнали не менее чем за 8000 лет до нашей эры



Исторические закономерности развития алкоголизма.

Опьяняющие напитки известны человечеству со времен первобытности. Их потребление чаще всего было частью религиозного ритуала, которым сопровождались празднества. Однако уже в древности появилось как чисто бытовое потребление алкоголя, так и злоупотребление им.



Появление алкоголя в Европе

Открытие технологии изготовления спирта сделали арабы в 9 в. Но в Европе она получила распространение лишь с 13–15 вв. Поэтому спиртные напитки были относительно слабыми, что сильно сдерживало распространение алкоголизма. Поэтому в древнем мире и в средние века алкоголизм существовал только как индивидуальное заболевание, но не как социальная патология.



**В Древней Руси
пили очень
мало.
Лишь на
избранные
праздники
варили
медовуху, брагу
или пиво**



Старинная кружка

Деревни или села имели свой питейный дом или корчму, где подавали пиво, брагу, меды, квасы.



Квасир на средневековой гравюре



Русская пивоварня



В наши дни очень актуальна проблема употребления алкоголя



Вред алкоголя очевиден



**Алкогольная
продукция, которая
выпускается
негосударственными
предприятиями,
содержит большое
количество ядовитых
веществ**

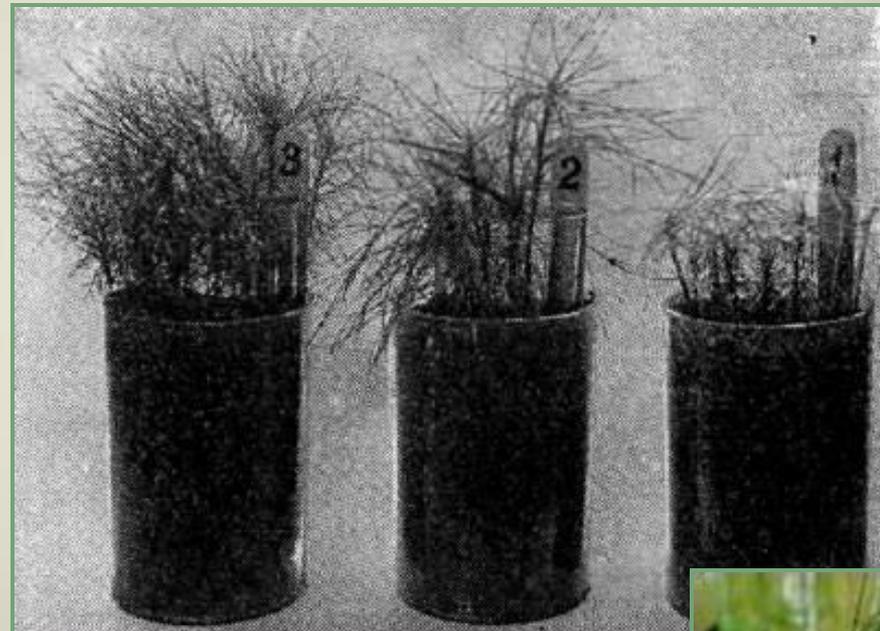
СРЕДНЕДУШЕВОЕ ГОДОВОЕ ПОТРЕБЛЕНИЕ СПИРТО-ВОДОЧНЫХ НАПИТКОВ В ЛИТРАХ

Страны	1932	1943	1963	1995	2002
Россия	3,6	3,1	4,3	3,8	5,2
Франция	5,0	6,1	2,9	2,3	3,5
США	5,4	6,6	3,8	2,9	3,2
Германия	6,4	7,0	2,1	3,0	3,3

Россия является лидером по употреблению спиртоводочных напитков.

Наименее затронуты «зеленым змием» страны ислама, где религия строго запрещает употребление спиртного.

**Опыты на растениях, жуках, птицах,
животных показали, что алкоголь вреден для
живых организмов**



**Спирт ослабляет рост семян растений и
убивает в них жизнеспособность**



При попадании спиртового раствора в улей, пчелы прекращали рабочие вылеты и целыми днями оставались в улье, забывая о работе



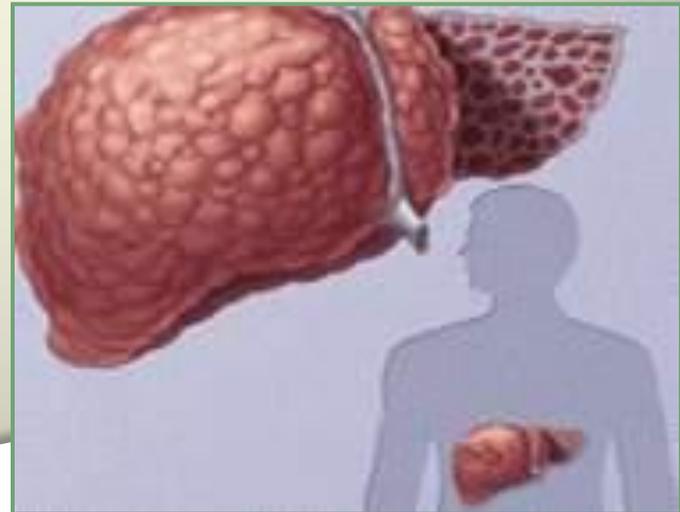
Действие алкоголя на организм человека основано на его химических свойствах.

- Химическая формула **этилового спирта**, входящего в состав любого спиртного напитка (вина, водки, шампанского, пива и т.д.) – **C_2H_5OH**



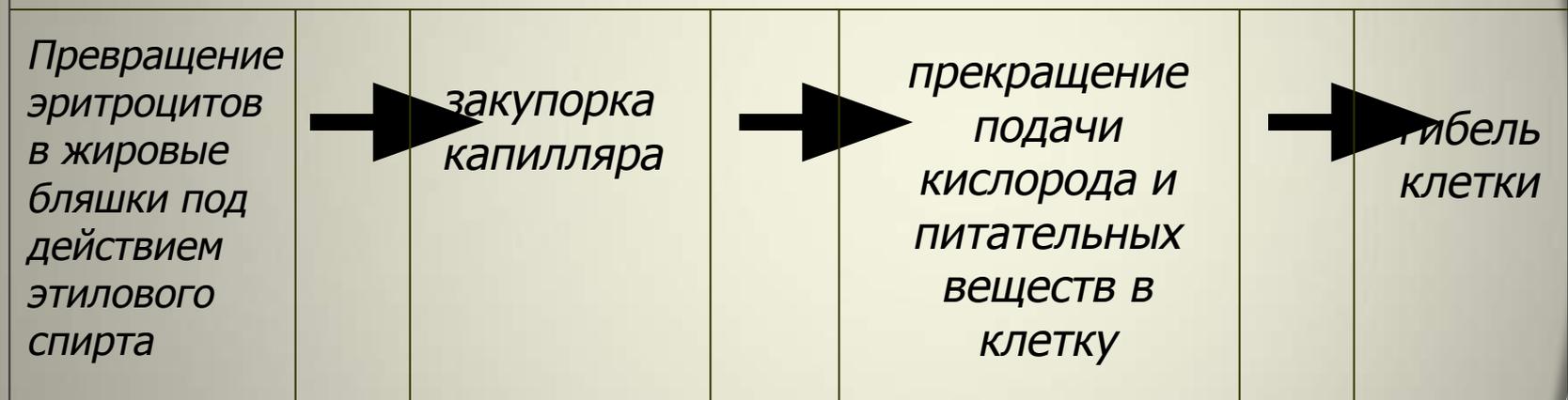
Химические свойства спирта

- Этиловый спирт + белки = жиры + вода
- Таким образом, сократительные и строительные белки перестают выполнять свои функции, что ведет к инфаркту миокарда, ожирению сердца, кровеносных сосудов, печени и почек (цирроз).



Механизм гибели клеток при употреблении спиртного был раскрыт в 1960-х советскими и американскими учеными

Эритроциты – клетки крови, содержащие белок гемоглобин



Химические свойства спирта

- Этиловый спирт + кислород = углекислый газ + вода
- Под действием избыточно образующегося углекислого газа возникает головная боль, учащается дыхание и сердцебиение, развивается утомление.



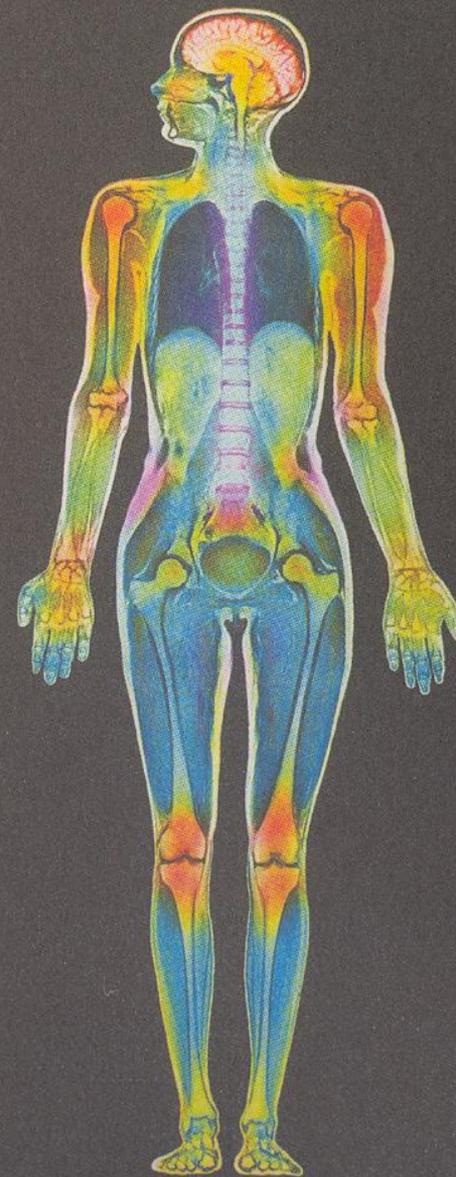
Химические свойства спирта

- Этиловый спирт + вода = стойкое соединение спирта с водой
- Возникает поглощение спиртом воды из организма, то есть обезвоживание, сильная жажда, смарщивается кожа (преждевременное старение)
- У беременных женщин при употреблении алкоголя наступает обезвоживание плода, ребенок может родиться мертвым.

Влияние алкоголя на организм человека.

Принятый алкоголь быстро всасывается и поступает в кровь. Из крови алкоголь поступает в ткани, где распределяется неравномерно.

Поскольку он хорошо растворяется в липидах – жироподобных веществах, которыми богаты нервные клетки, – то наибольшее его накопление происходит в мозгу. Именно эти клетки и гибнут в первую очередь.

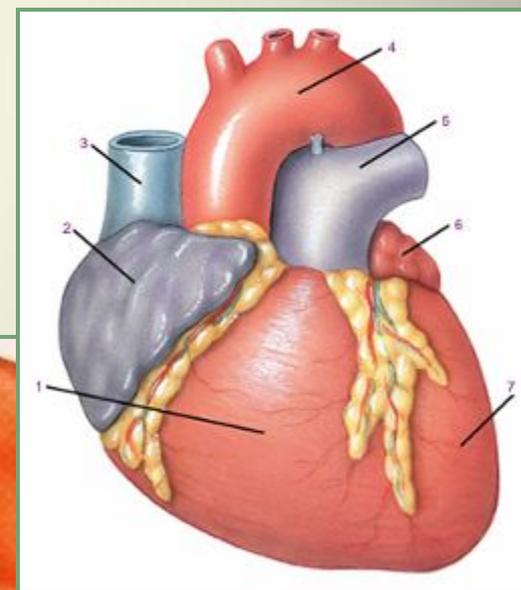
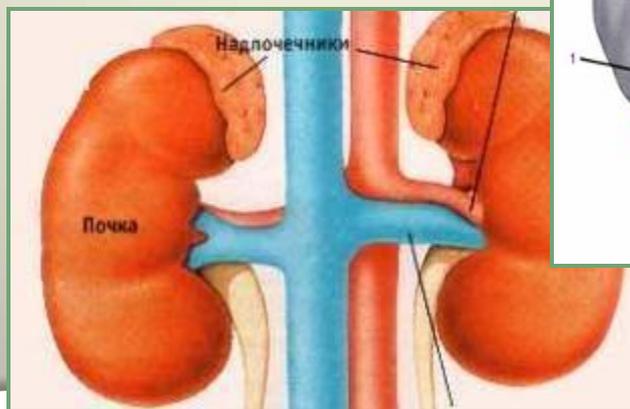


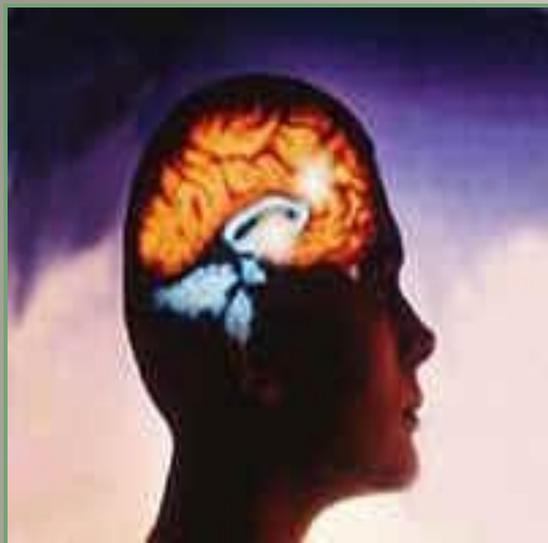
В организме алкоголь:

- замедляет работу центральной нервной системы, снижает ее эффективность;
- стимулирует производство мочи (вследствие этого клетки обезвоживаются);
- выводит из строя печень



**После одного
приема
небольшой дозы
спиртного
алкоголь
сохраняется в
мозгу, сердце,
почках, желудке
от 49 часов до 15
суток**

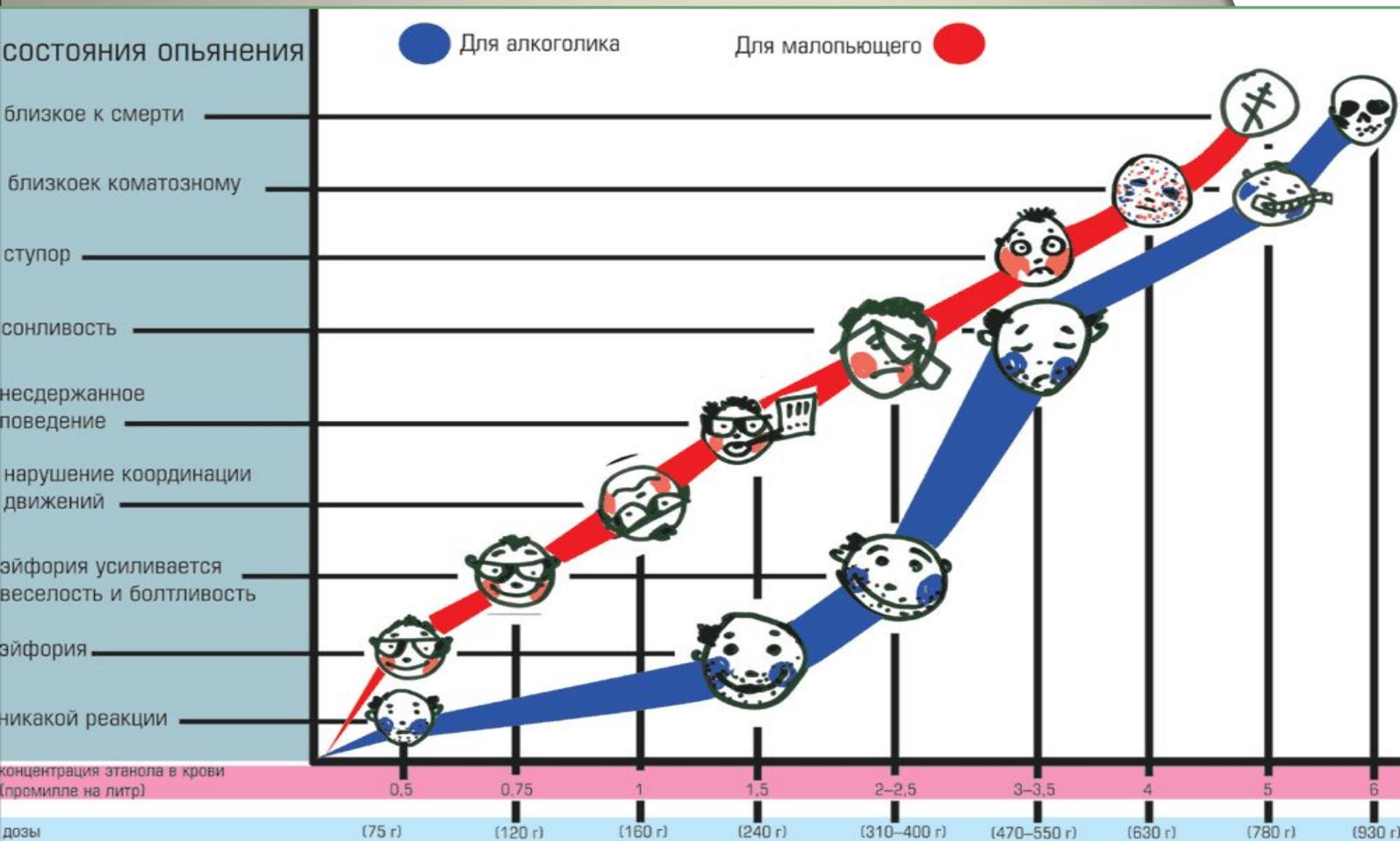




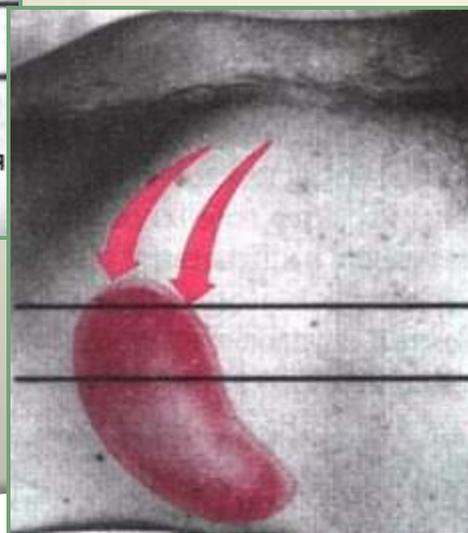
При употреблении алкоголя исчезают запреты, беспокойство и волнение, они уступают место ощущению эйфории; ухудшается зрение, речь и координация движений.



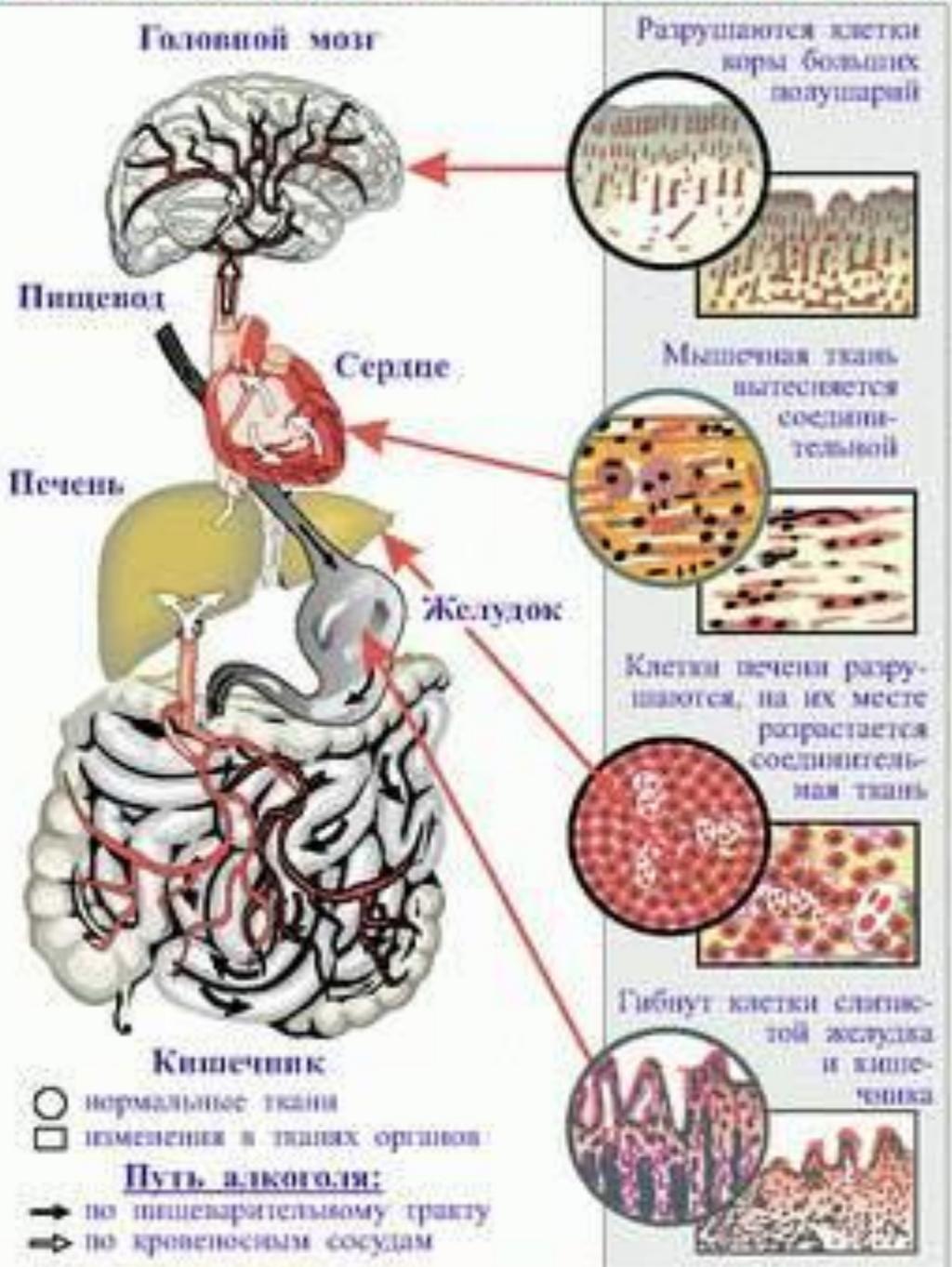
Влияние алкоголя на организм или "индивидуальная доза" тесно связаны с концентрацией его в крови



**У сильно пьющих людей
развивается
алкогольный гепатит и
цирроз печени,
увеличивается селезенка**

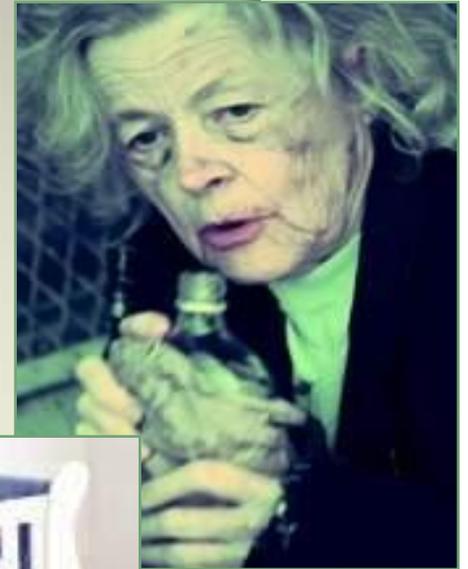


ВЛИЯНИЕ АЛКОГОЛЯ НА СИСТЕМЫ ОРГАНОВ ЧЕЛОВЕКА



Последствия
алкоголизма:
поражение мозга,
пищеводное
кровотечение из
варикозных сосудов,
функциональная
почечная
недостаточность,
анемия, нарушение
свертываемости
крови

Алкоголь, отрицательно сказываясь на здоровье женщины, нарушает нормальное функционирование ее половых органов

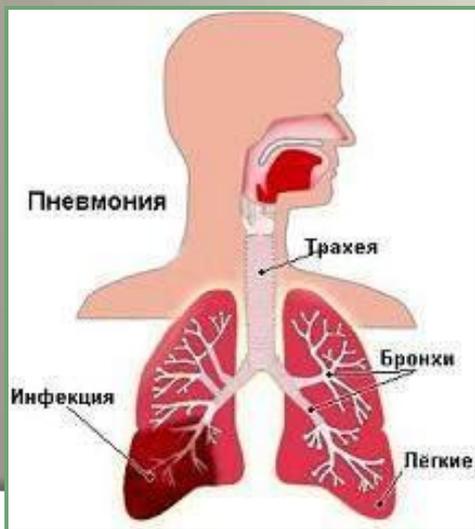


Будущим мамам следует задуматься

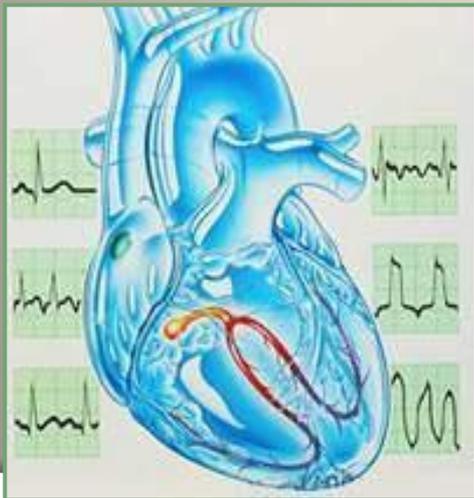
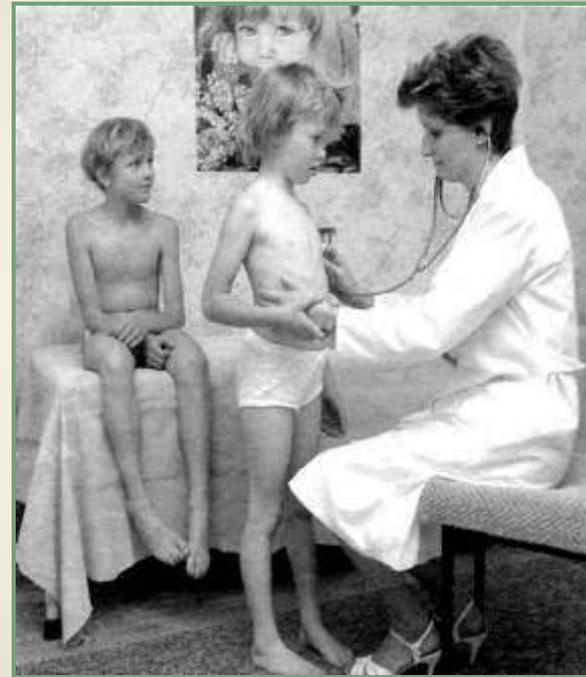
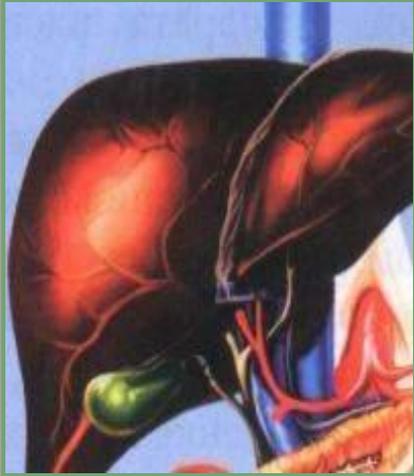


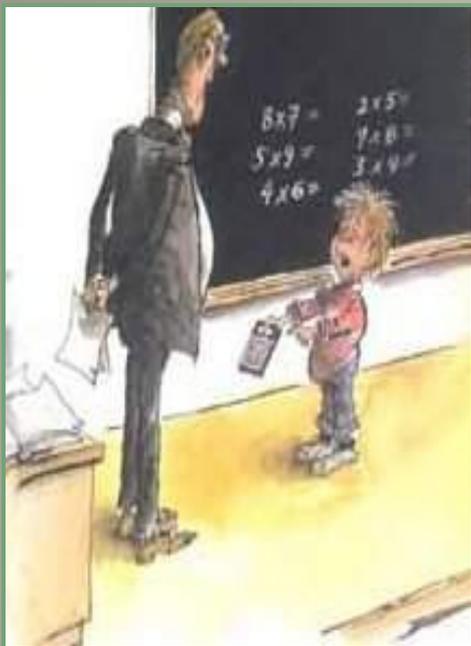


Дети и подростки, употребляющие алкоголь подвержены инфекционным заболеваниям

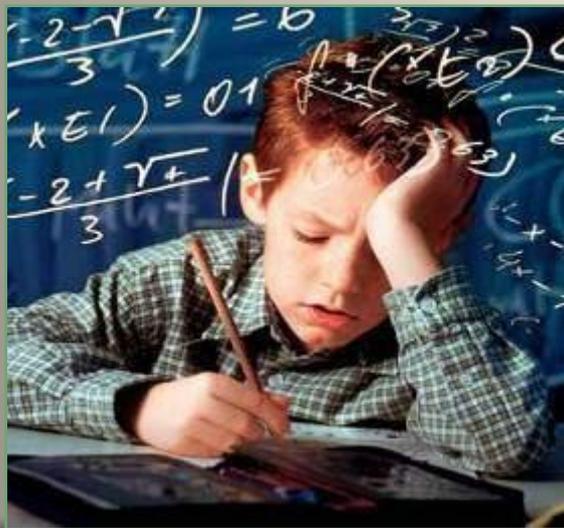


Под действием спиртного у подростков нарушается работа ритма сердца, выработка ферментов в печени, нарушается фильтрующая функция почек, ухудшается память и мышление





**Задержка
умственного
развития детей -
одно из главных
последствий
алкоголизма
родителей**



**Продолжительность
жизни сильно
пьющих на 10 – 12
лет меньше средней**

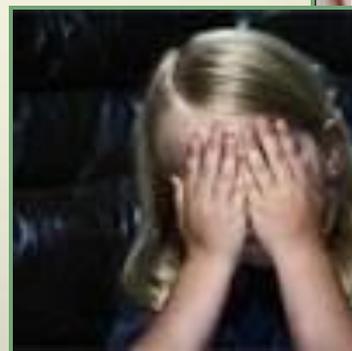


**Подростковый
алкоголизм возникает
и при чрезмерном
употреблении пива**





**Дети алкоголиков в 3-4 раза чаще
становятся алкоголиками**



Пристрастие к алкоголю - причина различных преступлений



Почему же люди пьют?

С сарказмом перечисляет поводы для пьянства английский поэт Роберт Бернс:

- У пьянства есть такие поводы:
- Поминки, праздник, встреча, проводы,
- Крестины, свадьбы и развод,
- мороз, охота, Новый год,
- Выздоровленье, новоселье,
- Печаль, раскаянье, веселье,
- Успех, награда, новый чин,
- И просто пьянство – без причин.

Но на самом деле алкоголь – это наркотик, к нему возникает привыкание. Алкоголизм – это болезнь, избавиться от которой крайне сложно.

Мифы об алкоголе



Миф 1 С помощью алкоголя можно быстро согреться!?



Алкогольные напитки часто называют горячительными.

Почему?

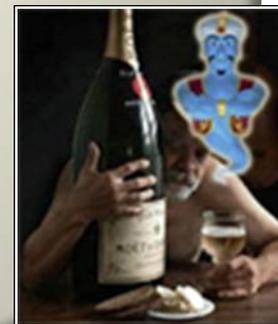
В подобном утверждении содержится лишь маленькая толика истины.

Люди уверены в том, что спирт обладает согревающим эффектом, и для замерзшего человека глоток чего-нибудь крепкого - самое лучшее лекарство.

Дело в том, что при охлаждении помогают примерно 50 граммов водки или коньяка вместе с горячим чаем.

Последующие же дозы алкоголя усиливают кровоток в коже. Она краснеет, появляется приятное чувство тепла.

Но оно очень обманчиво - ведь в этом случае усиливается теплоотдача, и организм начинает остывать еще больше. Причем у человека сохраняется субъективное ощущение полного благополучия., но он может получить обморожения даже при температуре 2-3 градуса мороза.



Так что согревающий эффект спиртных напитков очень преувеличен.

Миф 2. Алкоголь усиливает аппетит

Спиртное действительно возбуждает аппетит.

Но появление легкого чувства голода провоцируют только крепкие напитки, да и то лишь малые их количества.

Речь идет о 20-25 граммах водки.



Она воздействует на центр голода и подавляет его.

Поэтому пить "для аппетита" прямо перед едой в корне неверно.

Ведь за считанные секунды голод не появится: на это требуется более длительное время.

К тому же алкоголь перед едой - тоже не выход из положения. Спиртное будет агрессивно вести себя по отношению к слизистой голодного желудка.

В результате возможно развитие гастрита!



Не слишком ли высокая цена за то, чтобы с аппетитом поесть?

Миф 3. Алкоголь снимает стресс

Часто уставшие люди пытаются поднять себе настроение с помощью алкоголя.

Здесь сценарий может развиваться по двум путям.



Первый - усугубляется усталость, снижается настроение, появляется тоскливое состояние, которое только усиливает чувство внутреннего утомления.



Второй - это алкогольная эйфория, которая тоже неизбежно заканчивается депрессией.



Миф 4. Алкоголь повышает работоспособность

Многие уверены, что под воздействием алкоголя работаетя легче, чем обычно.

Имеется в виду легкая степень опьянения, при которой якобы активизируются мыслительные процессы.

Но такое ощущение абсолютно субъективно, и это было недавно доказано австралийскими учеными.

С помощью опытов они пришли к интереснейшим выводам.

Оказывается, у слегка опьяненных людей скорость мыслительных и двигательных реакций действительно может возрастать.

Но реакции эти часто бывают ошибочными.

К тому же даже небольшие дозы алкоголя вызывают снижение концентрации внимания и ухудшение качества

умозаключений. Может быть, работа и будет выполнена быстрее, но в ней непременно появятся различного рода ошибки.



Таким образом, трудиться "под градусом" себе дороже!

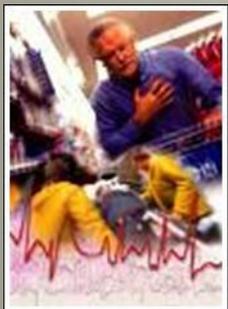
Миф 6. Алкоголь понижает артериальное давление

Многие думают, что понизить давление можно с помощью алкоголя. Он, мол, расширяет сосуды...

В этом утверждении есть доля истины – очень небольшие дозы спиртных напитков действительно ослабляют тонус сосудистой стенки.

Но наряду с этим они усиливают частоту сердцебиения.

А артериальное давление напрямую зависит от объема крови, "выталкиваемой" в кровяное русло.



Чем этот объем больше, тем давление выше.

Поэтому алкоголь ни в коем случае нельзя считать лекарством от гипертонии.



Ситуация усугубляется еще и тем, что многие спиртные напитки содержат биологически активные вещества.

Эти соединения сами по себе могут оказывать влияние на артериальное давление, причем в большинстве случаев неблагоприятное.



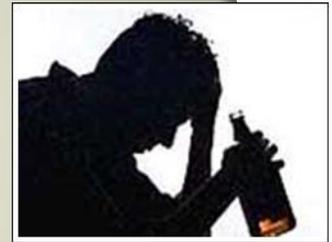
Миф 7. Качественный алкоголь вреда не наносит

Любой алкоголь оказывает на организм токсическое действие.

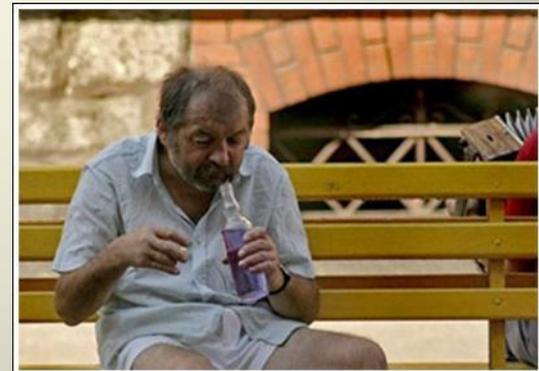


Это обусловлено тем, что один из продуктов распада этилового спирта - уксусный альдегид

Он-то и творит в организме различные бесчинства.



Любые горячительные напитки, даже подвергаясь должному очищению, содержат сивушные масла и ацетон, которые во много раз усиливают токсическое действие алкоголя.



Миф 8. Алкоголь – лекарство от простуды

Многие лечатся от простуды водкой - с яблоками, с медом, с чем-нибудь еще.

Считается, что такое снадобье и температуру снижает, и насморк останавливает, и боль в горле уменьшает.



Откуда взялось такое поверье - никто не знает.

Однако многие почему-то уверены, что это старинный русский рецепт и что все наши предки лечились подобным образом.

Вполне возможно, что русичи боролись с простудой с помощью

водки другое, - современная медицина такого способа не признает и не подтверждает.

Во-первых, иммунитет "огненная вода" никоим образом не улучшает.

Во-вторых, спирт далеко не лучшим образом сказывается на воспаленном горле.



Оно начинает болеть после "лечения" еще больше!
Так что верить в целебную силу водки абсурдно!



Миф 9. Пиво – это не алкоголь

Сейчас многие думают, что раз пиво является слабоалкогольным напитком, то оно не наносит здоровью никакого вреда.

Это катастрофическое заблуждение!

В пиве действительно не очень много спирта.

Но это совершенно не значит, что данный напиток безобиден.

Он тоже является алкогольным, а, следовательно, вызывает привыкание.

Недаром в последнее время все чаще и чаще медики говорят о так называемом пивном алкоголизме.

Кроме того, хмельной напиток очень плохо влияет на печень, почки и сердце, вызывает образование жировой ткани, что приводит к появлению «пивного живота»

Эти органы претерпевают перерождение и начинают плохо функционировать.

Учитывая все это, ни в коем случае нельзя относиться к пиву как к лимонаду.

Нельзя поглощать его ежедневно литрами!

Такое бездумье очень быстро скажется на здоровье!



Миф 10. Алкоголь не калориен

Многие люди подсчитывают все съеденные калории.

А выпитые калории не учитывают.

Между тем алкоголь обладает очень высокой энергетической ценностью, причем, чем крепче напиток, тем эта ценность больше!

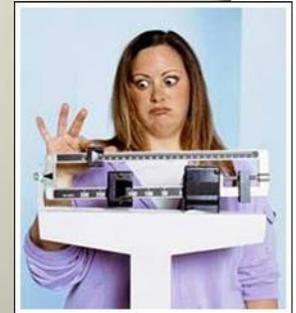
Наиболее высок данный показатель у водки.

Немного по-другому дело обстоит с вином.

Энергетическая ценность этого напитка частично обусловлена углеводами, которые легко расщепляются и легко сгорают.

И, тем не менее, любой алкоголь очень калориен!

Это правило не знает исключений, поэтому прежде, чем выпить, нужно подумать не только о своем здоровье, но и о фигуре.



Великие люди об алкоголе

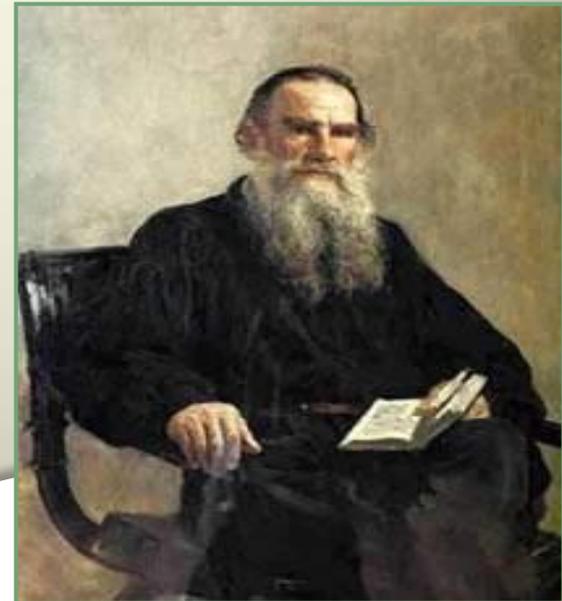


В. Белинский. Пьют и едят все люди, но пьянствуют и обжорствуют только дикари.



А. Чехов. Водка белая, но краснит нос и чернит репутацию.

Л. Толстой. Пьянство заглушает голос совести. В этом главная причина самоодурманивания людей. Спирт так же консервирует душу и ум пьяницы, как он консервирует анатомические препараты

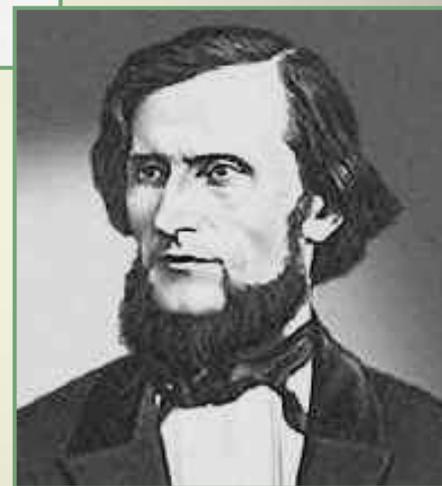


Феодосий Печерский.

Бесноватый страдает по неволе и может удостоится жизни вечной, а пьяный страдает по собственной воле и предан на вечную муку



К. Ушинский. Пьяному на светлой улице темно



Н. Семашко. Можно сказать, что сколько мужья выпили водки, столько их жены и дети пролили слез