

Алкоголь



"Питие на Руси

веселье есть"

(князь Владимир, 988г.)



Что такое алкоголь?

Этанол (этиловый спирт)

C_2H_5OH - используется как средство для улучшения настроения, а также в качестве растворителя, антифриза, дезинфицирующего средства и моторного топлива.



Действие алкоголя при различной концентрации в крови

| Промилле | Эффект |
|----------|---|
| 0,2 | Ощущение тепла, возможно легкое ощущение напряжения. |
| 0,5 | Снижение точности моторики, приподнятое настроение, нарушение психологического механизма сдерживания. |
| 0,8 | Размашистые движения, громкая речь. Запах алкоголя. |
| 1,0 | Невнятная речь, замедленная реакция, снижение контроля над мышечной деятельностью. Несдержанность, отсутствие контроля над своими эмоциями. |
| 1,5 | Нарушение равновесия, вплоть до падений, явное состояние опьянения. |
| 2 | Нечленораздельная речь, неспособность сохранять вертикальное положение, двоение в глазах. |
| 3 | Отсутствие реакции на внешние раздражители (ступор). |
| 4 | Потеря сознания (кома), угнетение дыхания. |
| 4-7 | Смертельная доза алкоголя. Тяжелое алкогольное отравление. |

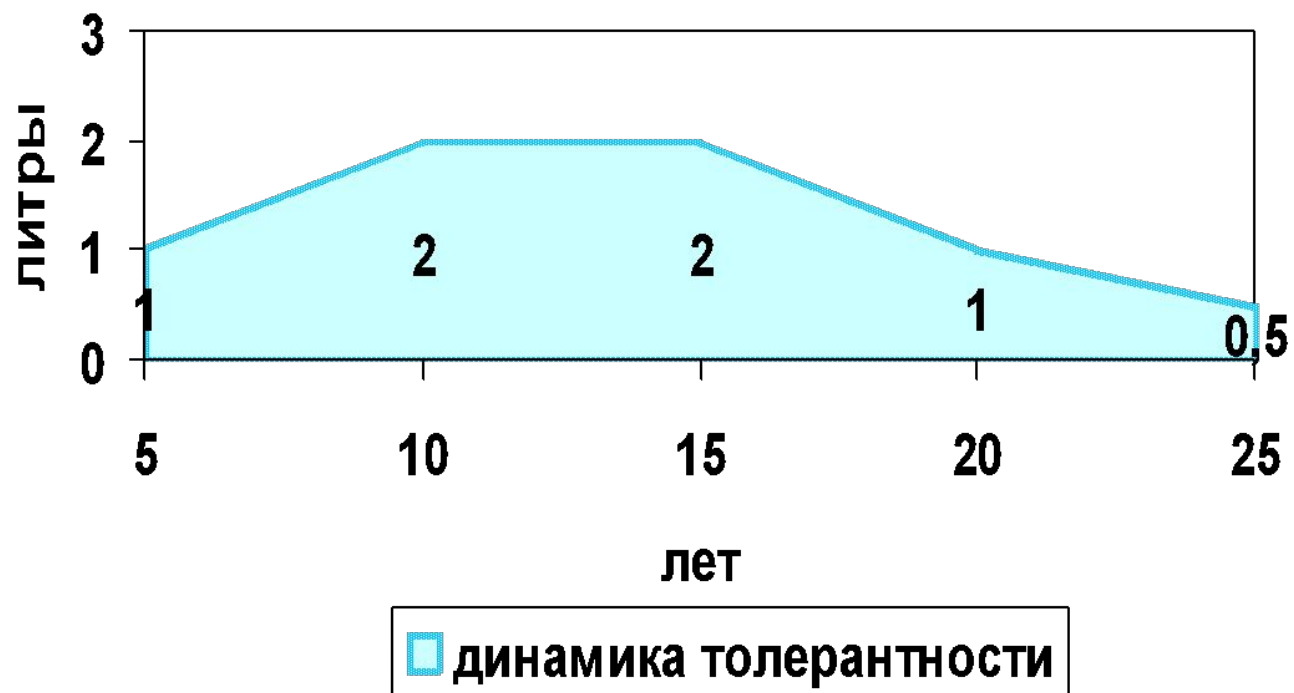
Промилле

1 промилле означает, что на 1000 частей крови приходится одна часть алкоголя.

1 промилле примерно соответствует 150 граммам водки, 0,5 литров вина или 4-5 банкам крепкого пива.

Толерантность

Привыкание к алкоголю



Вредные последствия употребления алкоголя:

- Гастрит и язва желудка,
- Диабет,
- Нарушение работы печени и поджелудочной железы, мышечная слабость и боли в спине,
- Кожные и инфекционные заболевания,
- Преждевременный износ сердечной деятельности: существует специфическое заболевание - «алкогольная кардиомиопатия»,
- Белковая недостаточность, авитаминоз,
- Изменения психики: нарушение работоспособности, памяти и сна, приступы ревности, высокая вероятность самоубийств и несчастных случаев,
- Отражается на окружающих людях: ДТП, преступления, семейные трагедии,
- Социальные последствия: потеря работы, жилья, семьи и друзей.

Однако

Несмотря на все отрицательные последствия алкоголизма в России зарегистрировано около 3 миллионов алкоголиков. По оценкам экспертов не менее 10 миллионов человек являются алкоголиками (при населении 147 миллионов). Ежегодно в стране более 45 000 россиян умирает от фальсифицированной водки и еще больше от заболеваний, связанных с алкоголизмом.

Исследования показывают, что 87% девочек и 82% мальчиков уже в школе пробовали алкоголь.

Алкоголь приводит к зависимости

зависимость

физическая

психическая

Физическая зависимость

Если при регулярном употреблении возникает перерыв, возникает состояние абстиненции: дрожь, сердцебиение, повышение артериального давления, чувство тоски и беспокойства, бессонница.

Это состояние можно облегчить с медицинской помощью, оно обычно проходит через несколько суток.

Психическая зависимость

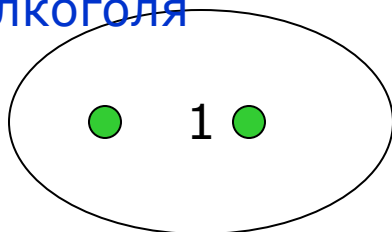
Человек очень быстро привыкает к состоянию опьянения, так как алкоголь стимулирует в мозге «центр удовольствия».

Состояние опьянения становится главной целью и содержанием жизни, вытесняя все прочие интересы. Освободится от этой зависимости очень нелегко.

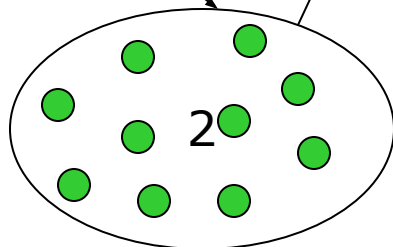
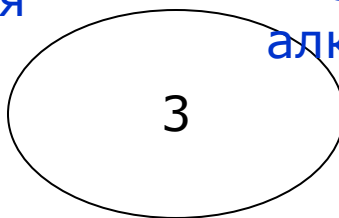
Для избавления от психической зависимости существуют специальные центры реабилитации алкоголиков, а также ассоциации Анонимных алкоголиков («АА»), куда люди ходят много лет.

Почему человек становится зависимым от алкоголя?

клетка до употребления
алкоголя



клетка при отказе от
алкоголя



клетка после
употребления

● - молекула спирта.

В малых количествах
алкоголь улучшает
дыхание клетки и
увеличивает обменные
процессы

НО!

Привыкание возникает
незаметно, болеет
каждая клеточка
организма, а человек
этого не осознает.

Чем раньше происходит
знакомство с алкоголем,
тем большие проблемы
он вызывает в будущем!



В России

- Потребление алкоголя возросло после 1991г. В связи с бурным развитием рыночной экономики.
- За последние года средняя продолжительность жизни у мужчин снизилась с 63,8 до 57,6 лет. Основная причина – употребление алкоголя.
- Россия занимает одно из первых мест в Европе по количеству ДТП, связанных с употреблением алкоголя.

Государственные меры против алкоголизма:

- Официально запрещено продавать алкоголь лицам, не достигшим 21 года,
- В 1995 году введены ограничения на производство алкоголя, введена система лицензирования,
- Введены пошлины на ввоз алкогольной продукции, ужесточены требования к магазинам, осуществляющим продажу этих напитков,
- Крепкие спиртные напитки запрещено продавать после 24.00,
- Запрещено распивать крепкие спиртные напитки в общественных местах,
- В настоящее время в Государственной Думе проходит проект о запрещении употребления пива в общественных местах.

Что **ТЫ** выбираешь?

**Затуманенное
сознание,
болезни,
несчастные случаи,
несчастье близких
тебе людей**



**Ясность сознания,
трезвость мысли,
здоровье,
перспективы,
долгую жизнь,
радость близких**