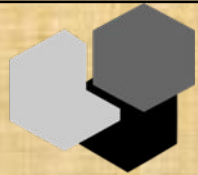


	МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ КРАСНОЯРСКОГО КРАЯ
	краевое государственное автономное профессиональное образовательное учреждение «Красноярский колледж сферы услуг и предпринимательства»

Группа КМТ20-09Б

Специальность 29.03.41

Конструктор Модельер Технолог

Основы безопасности жизнедеятельности

# АЛКОГОЛЬ И ЕГО ВЛИЯНИЕ НА ЗДОРОВЬЕ

Работу выполнил: Шарова Е.М.

Работу проверил : Рахимулина В.

**Цель работы:** изучение влияния алкоголя на организм и жизнь человека.

**Задачи:**

- ❖ Дать понятие ,что такое алкоголь;
- ❖ Рассмотреть влияние алкоголя на внешний вид человека;
- ❖ Проанализировать особенности поведения человека в алкогольном опьянении;
- ❖ Рассмотреть последствия алкоголя для организма человека.

# Актуальность данной проблемы

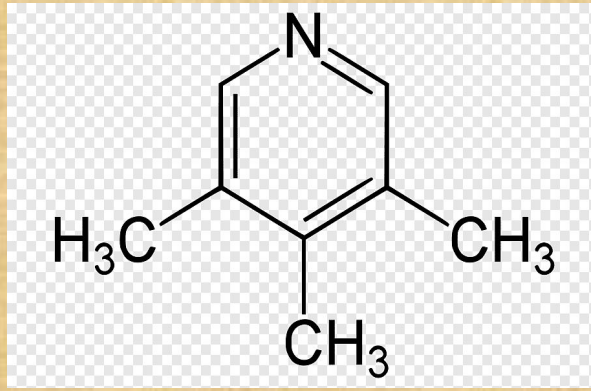
- На сегодняшний день от алкоголизма в России ежегодно умирает около 700 тысяч человек, что сопоставимо с населением среднестатистического города, поэтому актуальность проблемы алкоголизма выходит на первый план. Самым страшным фактом при этом является то, что 4/5 алкоголиков заболевают в возрасте до 20 лет. Проблема алкоголизма среди молодежи ставит под угрозу не только здоровье будущих поколений, но и сам факт существования нации.

# АЛКОГОЛИЗМ

— это форма химической зависимости, отличающаяся от наркомании тем, что алкоголь является легальным веществом. Самой важной особенностью алкоголизма является то, что больной человек не может прийти к выводу, что ему нужно совсем прекратить употреблять алкоголь и не возвращаться к этому никогда.

# АЛКОГОЛЬ

Алкоголь – бесцветная жидкость, в чистом виде алкоголь – это этиловый спирт. Он успокаивает и подавляет работу центральной нервной системы. Употребляют алкоголь в виде слабоалкогольных напитков – пиво, вино, и крепких алкогольных напитков (водка, виски, ром). Время попадания алкоголя в кровь занимает минуты.



Алкоголь – это своеобразный наркотик, даже употребление небольшого количества алкоголя нарушает работу человеческого мозга. Одним из первых страдает самоконтроль, самообладание. Систематическое употребление алкоголя нарушает формирование личности, плавно приводит к ее деградации. Алкоголь негативно влияет на работу нервной системы – человек становится агрессивным, раздражительным и грубым.

# Влияние алкоголя на внешность человека

- ✓ Меняется оттенок кожи, он становится сероватым, поверхность сухая, может шелушиться.
- ✓ Нарушается обмен веществ, из-за чего человек может либо полнеть, либо наоборот сильно худеть.
- ✓ Белки глаз мутнеют, покрываются красноватыми прожилками из-за повышенного холестерина.
- ✓ Волосы становятся блеклыми, кончики секутся. Нередко наблюдается поредение как у женщин, так и у мужчин.
- ✓ Если давление повышено, то лицо краснеет или становится кирпичного тона.
- ✓ Ногти легко ломаются, слоятся, покрываются заусеницами.

## До и после употребления алкоголя



# Восстановление организма

После отказа от спиртного организм не может восстановиться мгновенно. Некоторые патологии являются необратимыми, поэтому не стоит рассчитывать, что после лечения зависимости вернутся былая красота, молодость.

Внешность улучшится спустя пару лет, но многие дефекты лица и фигуры можно устранить только с помощью врачей. Для оттока жидкости, стимулирования мышц рекомендуются массаж, лимфодренаж. Убрать сосудистые звездочки помогают лазерные процедуры. Стабилизировать тонус мышечных волокон можно с помощью биомикротоковой терапии.

Кроме физиотерапии восстановить лицо и тело бывшим алкоголикам помогают корректировка питания, прием витаминных комплексов, занятия спортом. Главное условие – никогда не принимать алкоголь, даже в малых дозах. Если алкоголик снова начнет пить, то об улучшении внешности можно не мечтать.

# Особенности поведения человека в алкогольном опьянении

Человек в состоянии алкогольного опьянения может вести себя совершенно по-разному. Кто-то становится агрессивным и придирчивым, другой может начать плакать и жаловаться.

Отдельно стоит остановиться на случаях психической неадекватности. Если человек начал лезть в драку, бегать с ножом за «монстрами», «драконами» и т.д., лучше всего обратиться за помощью к медикам. Ни в коем случае нельзя начинать выяснения отношений или ругать пьяного, поскольку он не отдает отчета своим действиям.

## Признаки алкогольного опьянения

- Изменение мимики;
- Чересчур активная жестикуляция и громкий голос;
- Пошатывание, нарушение координации;
- Изменение манеры поведения, например, спокойный человек резко стал нервным и злым;
- При тяжелой стадии опьянения возможно недержание кала и мочи.



# Последствия алкоголя для организма человека

Действие алкоголя и его влияние на организм хорошо изучено. Под удар, входящего в состав этанола, попадают абсолютно все органы и системы человека : органы пищеварительной системы, центральная нервная, сердечно сосудистая, мочеполовая, дыхательная системы, опорно-двигательный аппарат, органы зрения и так далее.

Наибольший вред алкоголь приносит печени, сердцу и мозгу .Действие алкоголя на организм проявляется следующим образом:

- Негативно воздействует на клетки органов;
- Способствует мутации и образованию онкологии;
- При употреблении во время беременности может привести к необратимым последствиям для плода;
- Является наркотиком;
- Нарушает нормальный обмен веществ;
- Снижает иммунитет.



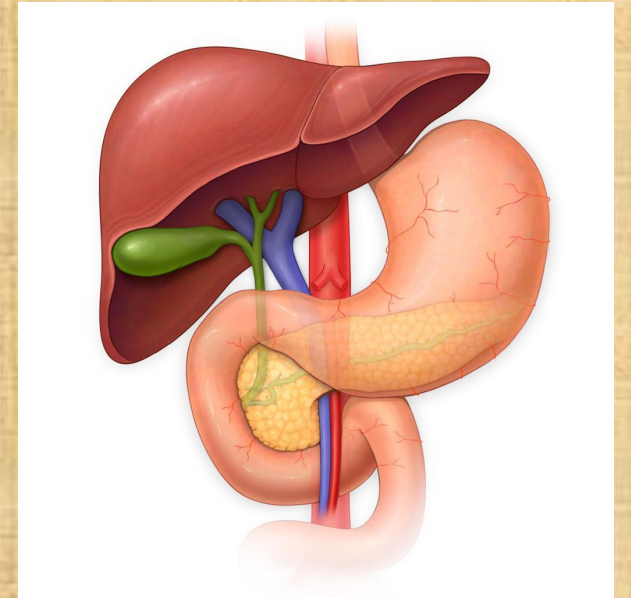
# Влияние алкоголя на печень проявляется возникновением заболеваний

- Острый алкогольный гепатит. Симптомы: депрессия, ухудшение общего самочувствия, снижение или потеря аппетита, повышение температуры, желтуха, помутнение сознания. Данное заболевание излечимо при условии прекращения употребления продуктов, содержащих этанол и своевременном и корректном лечении.
- Цирроз печени протекает с симптомами расстройства органов пищеварения, болями в животе, снижением веса, слабостью. Может развиваться бессимптомно. Цирроз характеризуется разрастанием соединительной ткани, которая начинает разрушать клетки печени. Печень медленно прекращает свое функционирование. На поздних стадиях к циррозу печени могут присоединиться повышение давления в сосудах печени, энцефалопатия, онкология.
- Жировой гепатоз. Протекает при отсутствии симптомов, наличие которой устанавливается с помощью биохимического анализа крови. Гепатоз не лечится с помощью лекарственных препаратов, основной способ прекратить пить алкоголь.

# Желудок и поджелудочная железа

- В первую очередь, алкоголь оказывает негативное воздействие на органы пищеварения: пищевод, желудок, поджелудочную железу, происходит повреждение и разрушение клеток внутренней поверхности пищеварительных органов, ожоги и омертвление их тканей; атрофия желез, выделяющих желудочный сок; гибель клеток, вырабатывающих инсулин.

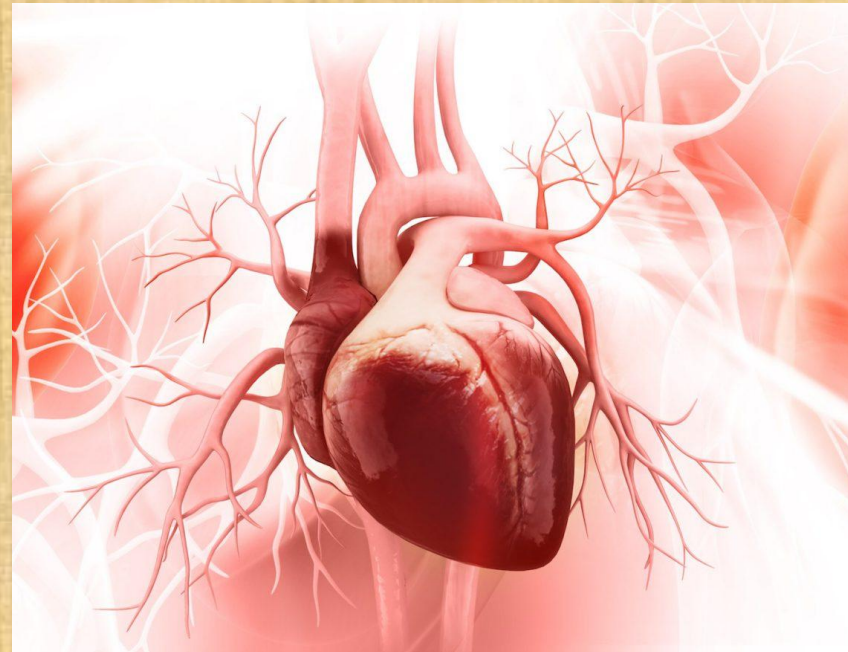
Это, в свою очередь, приводит к нарушению процессов всасывания питательных веществ, угнетению выделения пищеварительных ферментов, застою пищи в желудке.



Таким образом, влияние алкоголя на здоровье может откликнуться резкими болями в животе, проблемами с пищеварением, гастритами, сахарным диабетом, панкреатитом, раком желудка.

# Сердечно-сосудистая система

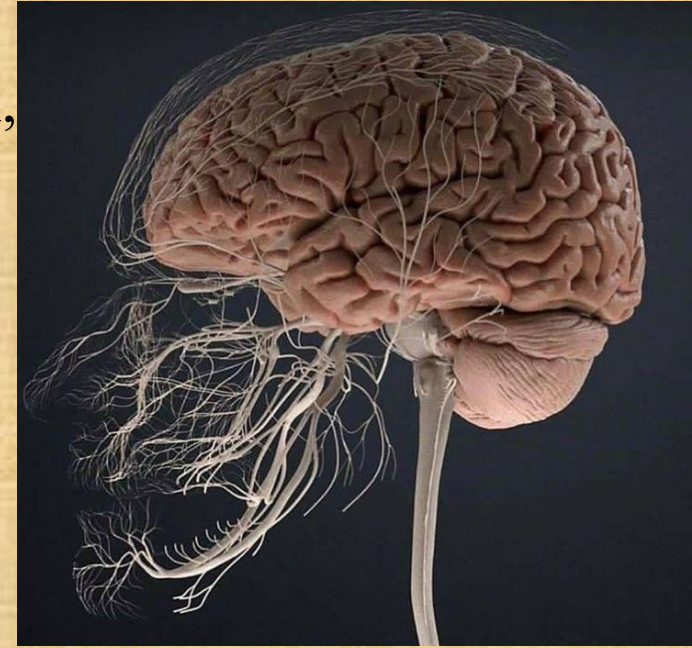
- Из желудка и кишечника алкоголь попадает в кровь.
- Во-первых, алкоголь способствует разрушению эритроцитов. Вследствие этого даже умеренно пьющий человек в возрасте 35-40 лет неизбежно столкнется с заболеваниями сердечно-сосудистой системы: ишемической болезнью, атеросклерозом, аритмиями.



- Во-вторых, влияние алкоголя на здоровье также проявляется в нарушении регуляции сахара в крови. Это, в свою очередь, может привести к повышению или понижению его уровня. И то, и другое может привести к необратимым последствиям: диабетическим состояниям, проблемам с сосудами, нарушением работы нервной системы, мозга.

# Мозг и нервная система

- Пожалуй, больше всего от алкоголя страдают именно они. И если влияние алкоголя на организм человека до поры до времени незаметно в отношении остальных органов, то в этом случае оно более чем очевидно.
- Прежде всего, алкоголь опасен для мозга тем, что здесь его концентрация оказывается намного выше, чем в остальных органах, что приводит к разрушению коры головного мозга, онемению и последующему отмиранию его участков.



- Влияние алкоголя на здоровье отражается и на работе нервной системы - вследствие паралича центров психических отправления: проблемы с памятью и вниманием, восприятием окружающего мира, умственным развитием, мышлением, психикой, возникновение наркотической зависимости, деградации личности.

# Вывод

- несомненно, в чрезмерных количествах алкоголь - яд для организма. В подобном случае его действие фатально для клеток разных органов, он нарушает практически все физиологические процессы в организме, перерождает ткани печени, почек, сердца, сосудов и т. д., что в итоге приводит к тяжёлым заболеваниям.

Я считаю жизненные проблемы можно решать без употребления алкоголя. Если даже появились проблемы лучше будет обратиться за помощью к близким , знакомым людям. Чем тянуться за бутылкой и усугублять своё положение всё больше.