

**ПРОФИЛАКТИКА**

**алкоголизма**

# Способы получения удовольствия



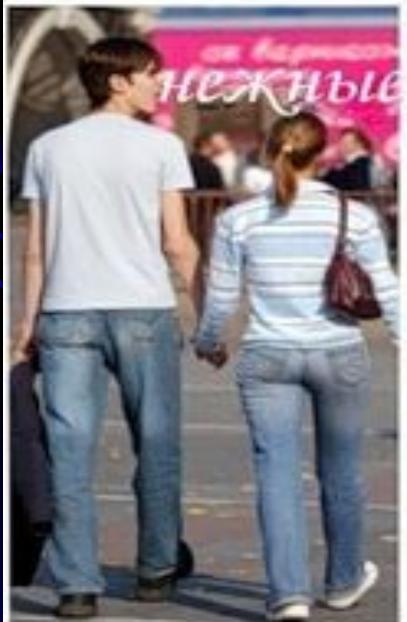
**1. Физические способы** Физкультура, спорт, танцы, путешествия, туризм, экстрем, физическая работа, физическая близость. Физические способы приводят к хорошему эмоциональному состоянию, повышают тонус организма, улучшают внешний вид, физическую форму и работоспособность.

## **2. Чувственные и духовные способы**



- Искусство, музыка, литература, творческая работа, медитация, религия, дружба, любовь, романтика и т.д. - требуют планирования, воображения, времени, работы над собой.
- Лишь любовь и творчество делают нашу жизнь осмысленной и яркой.





### 3. Химические способы (наркотики).



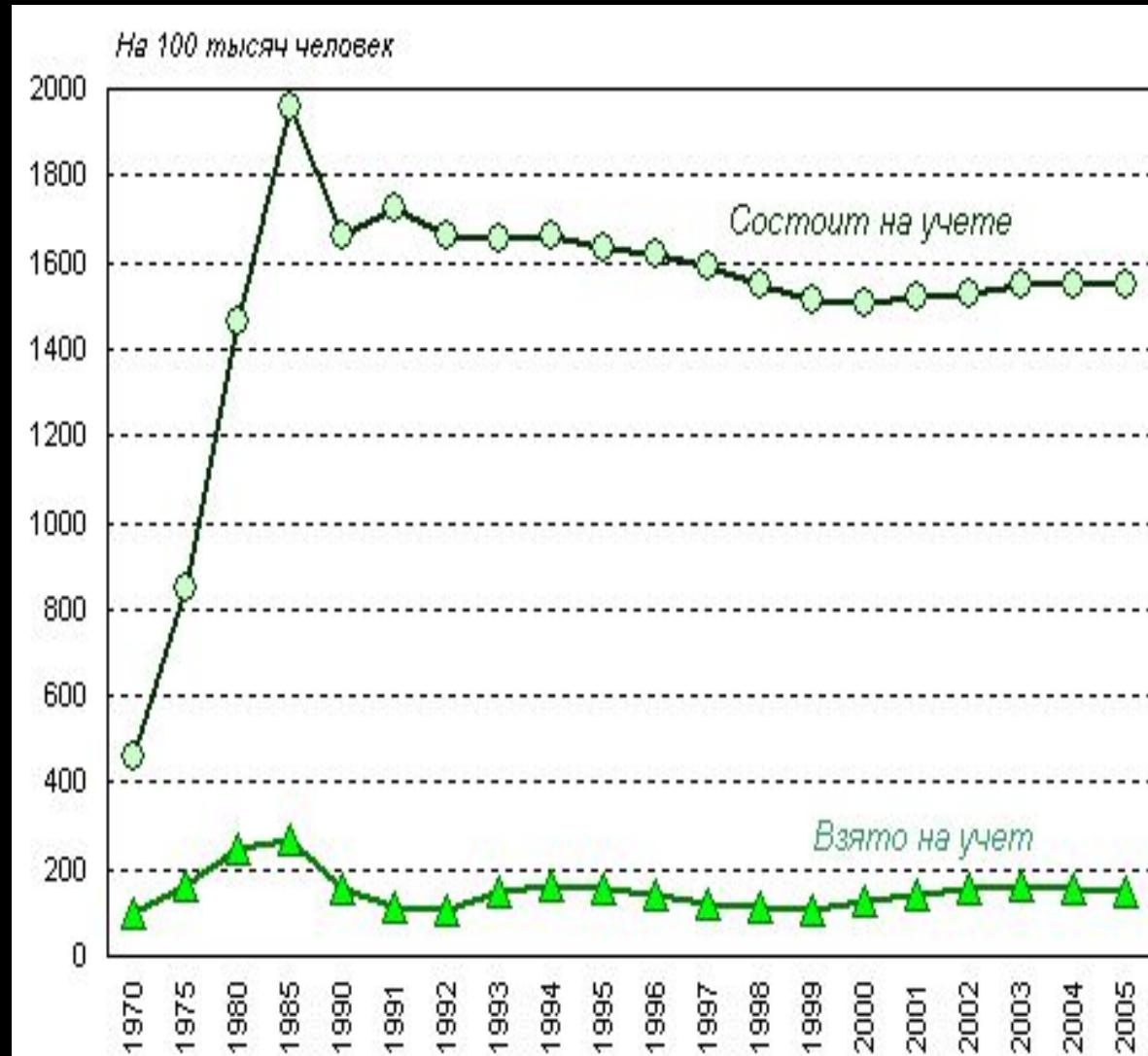
Для того, чтобы получить удовольствие с помощью наркотиков не надо быть ни трудолюбивым, ни иметь воображение. Их действие продолжается недолго, но их употребление столь просто, что многие люди, попробовав, начинают употреблять их снова и снова, игнорируя хорошие способы получения удовольствия.



- Злоупотребление алкоголем является одной из актуальных проблем нашего времени.
- Широкая продажа и реклама пива и алкогольных напитков, социальная, экономическая и психологическая напряженность, неорганизованность или дороговизна нормального досуга и отдыха способствуют росту алкоголизации населения России.

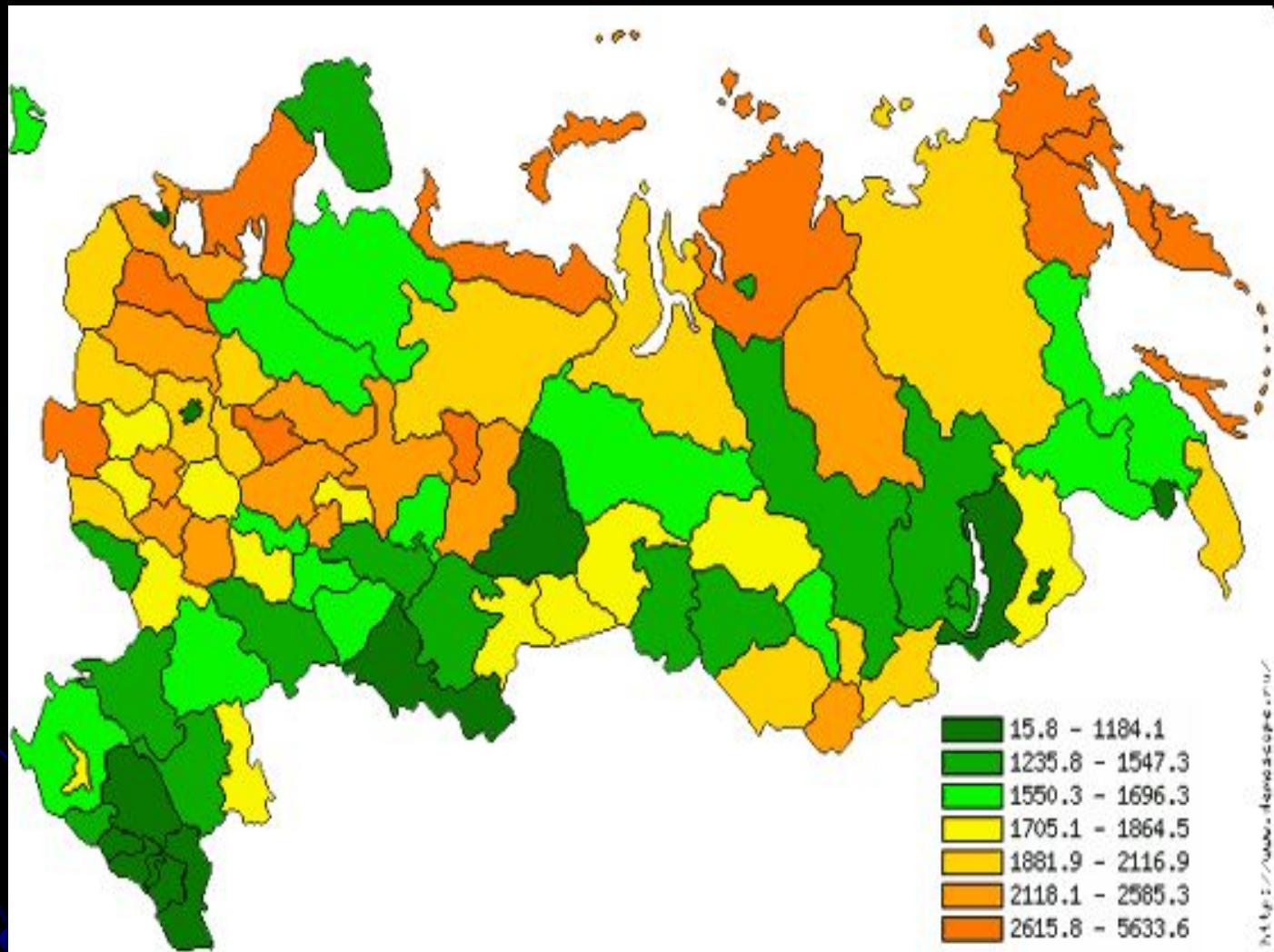


Регистрируемое снижение заболеваемости хроническим алкоголизмом в России в 70-80-х годах сменилось ростом в начале 90-х, в том числе наиболее тяжелых его состояний - алкогольного психоза и самоубийств.

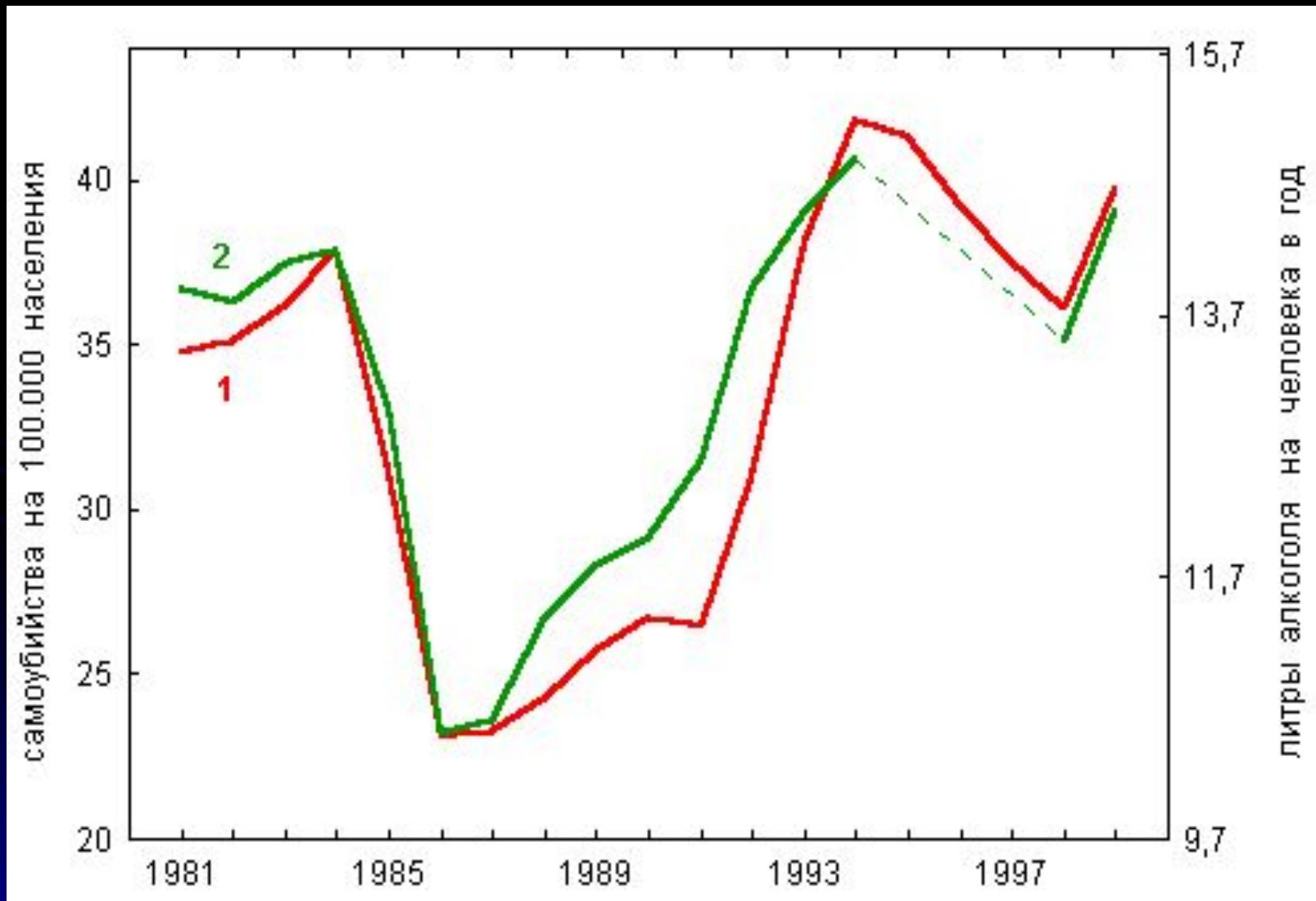


# Распространенность алкоголизма и алкогольных психозов в 2005 году на 100 тысяч населения

Магаданская  
область - 5409  
Сахалин - 4433  
Чукотка 3930  
Ивановская - 3157  
Новгородская - 2971  
Карелия – 2920  
Брянская - 2500  
(Больных  
алкоголизмом на  
100 000 населения)



Число самоубийств на 100 000 населения (1)  
и потребление алкоголя в литрах на человека в год (2),  
Россия, 1981 — 1999 гг.



- Несчастные случаи, отравления и травмы поражают, преимущественно, лиц цветущего возраста (особенно мужчин) и в значительной мере связаны с алкоголизмом.



Утвержден в действие Постановлением  
Государственного комитета стандартов Совета Министров  
СССР от 26.12.1972 № 2329

5.

ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ

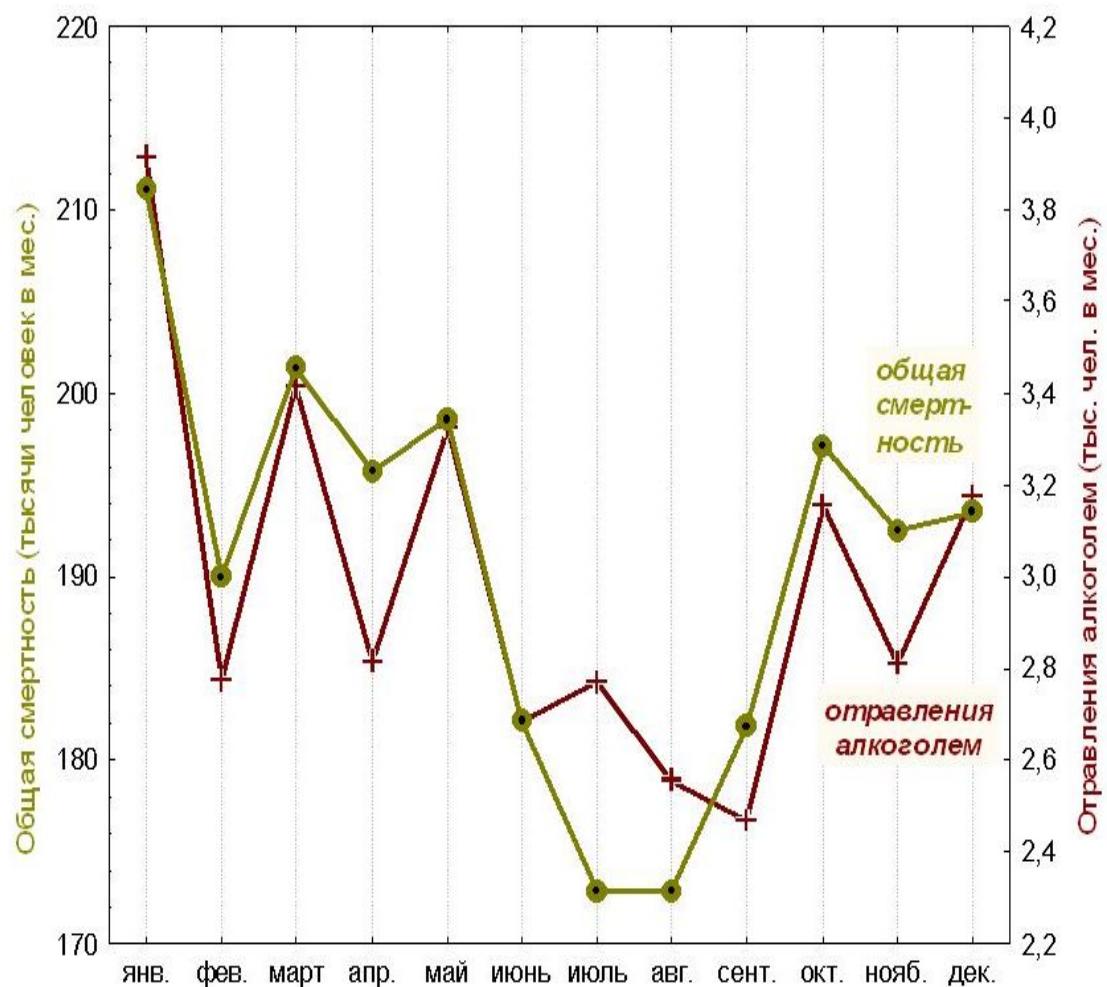
5.1 Этиловый спирт — легко воспламеняющаяся, бесцветная жидкость с характерным запахом, относится к сильнодействующим наркотикам, вызывающим сначала возбуждение, а затем паралич нервной системы.



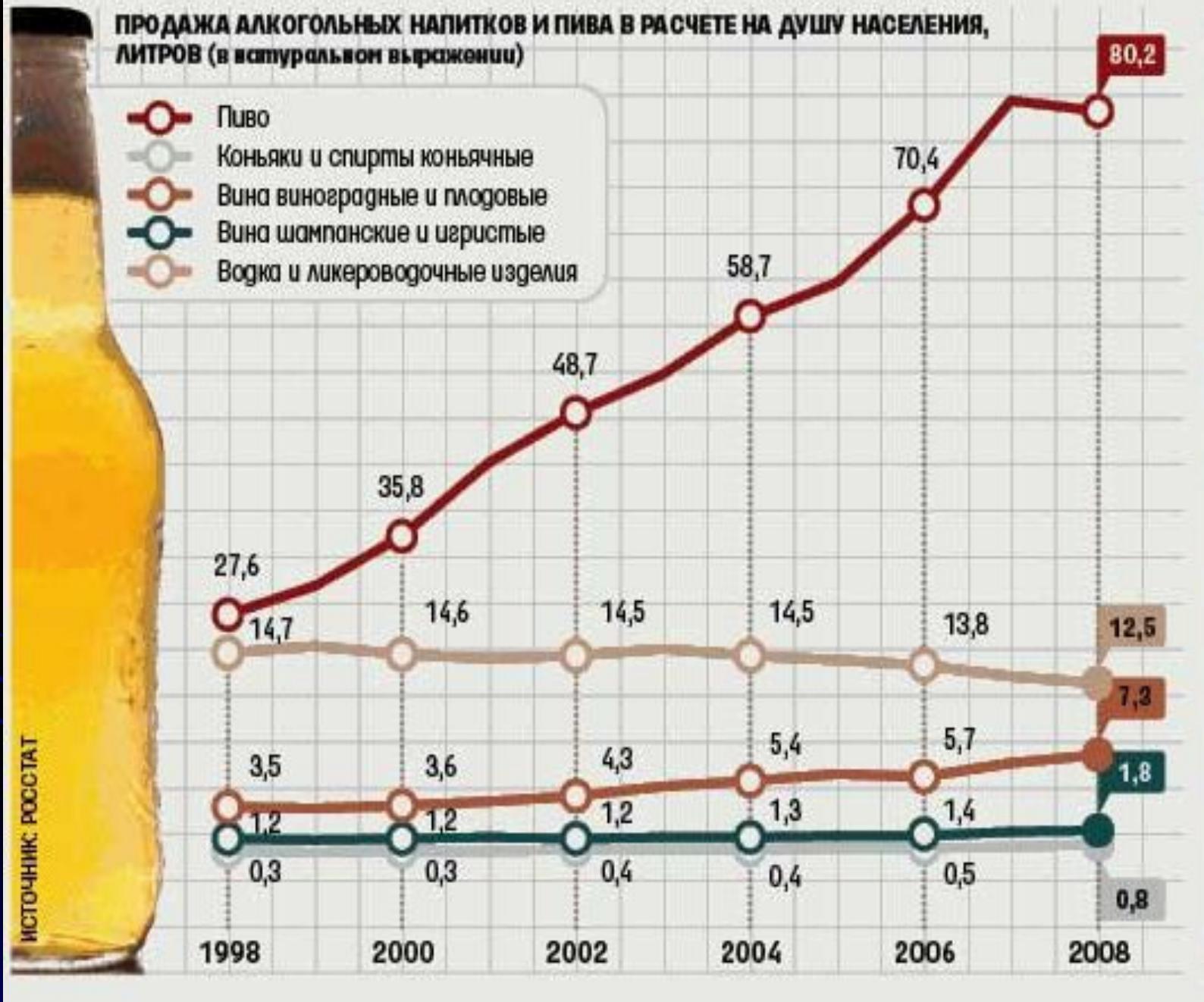
МЕНЬШЕ ЗНАЕШЬ  
ВЫШЕ СМЕРТНОСТЬ

- Растут показатели смертности трудоспособного населения России от алкогольных отравлений, возрастает число убийств и других преступлений, совершенных в состоянии алкогольного опьянения

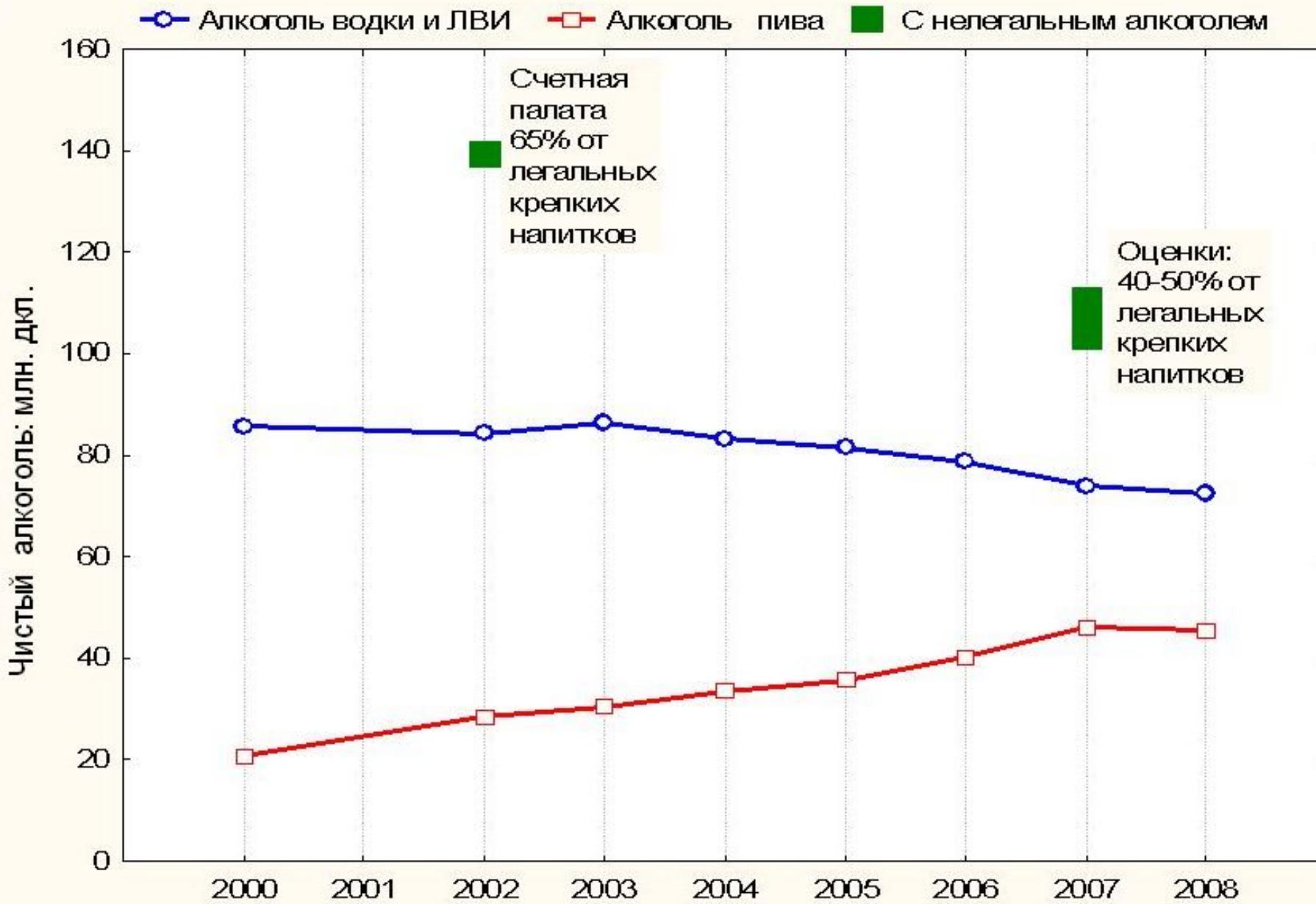
## Смертность общая и при отравлении алкоголем Россия, 2000-2006



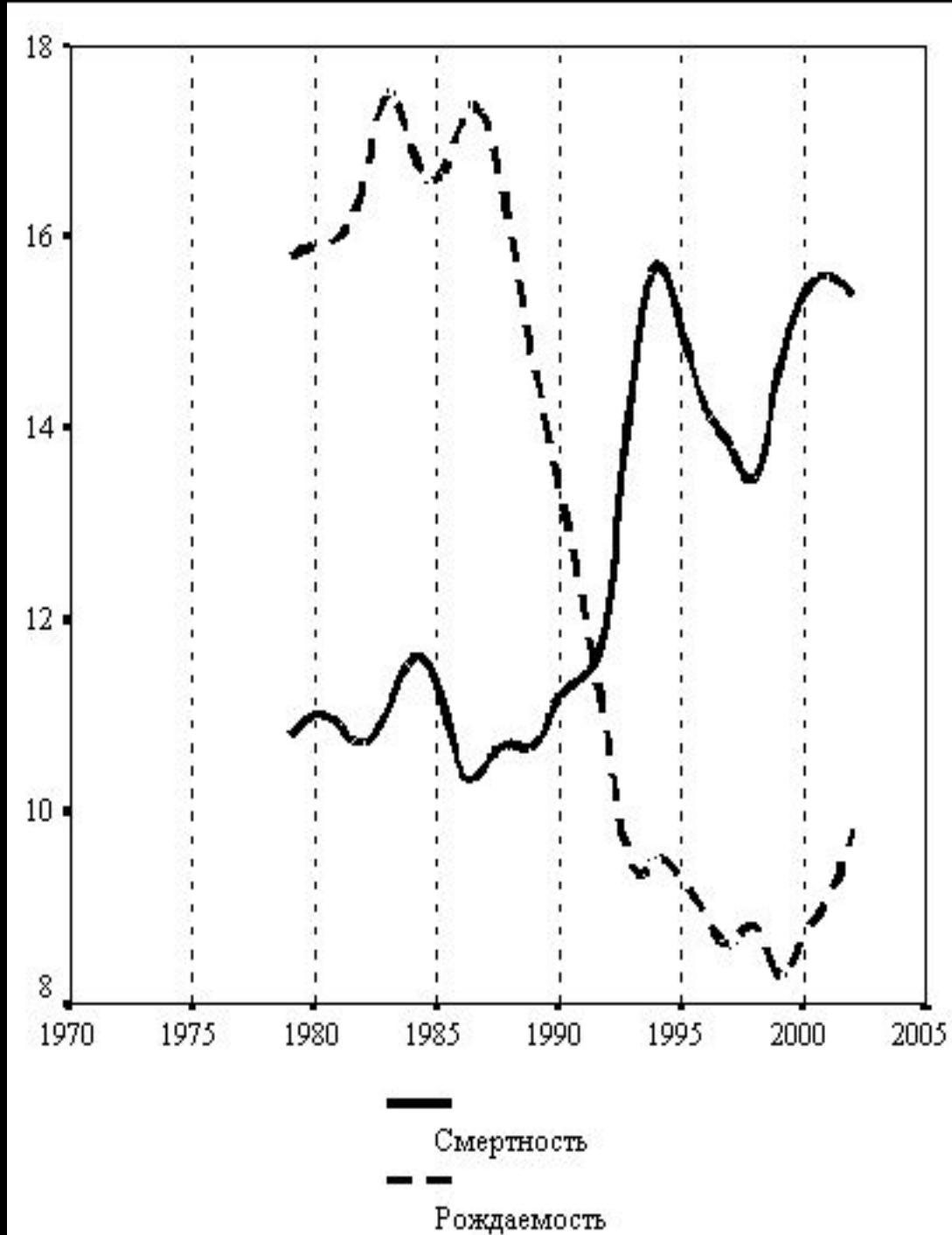
ПРОДАЖА АЛКОГОЛЬНЫХ НАПИТКОВ И ПИВА В РАСЧЕТЕ НА ДУШУ НАСЕЛЕНИЯ,  
ЛИТРОВ (в натуральном выражении)



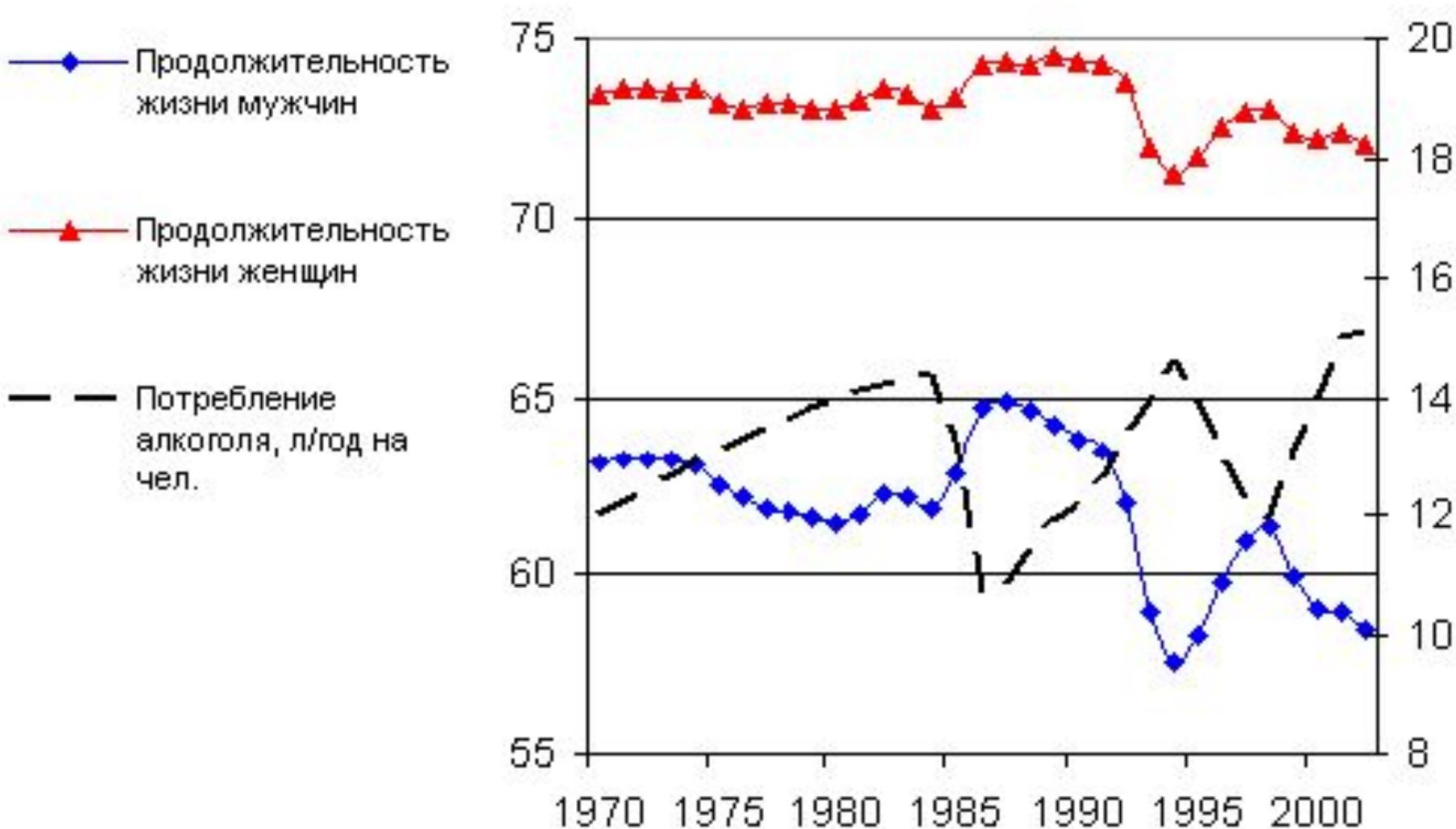
# Потребление алкоголя в России, 2000-2008 гг.



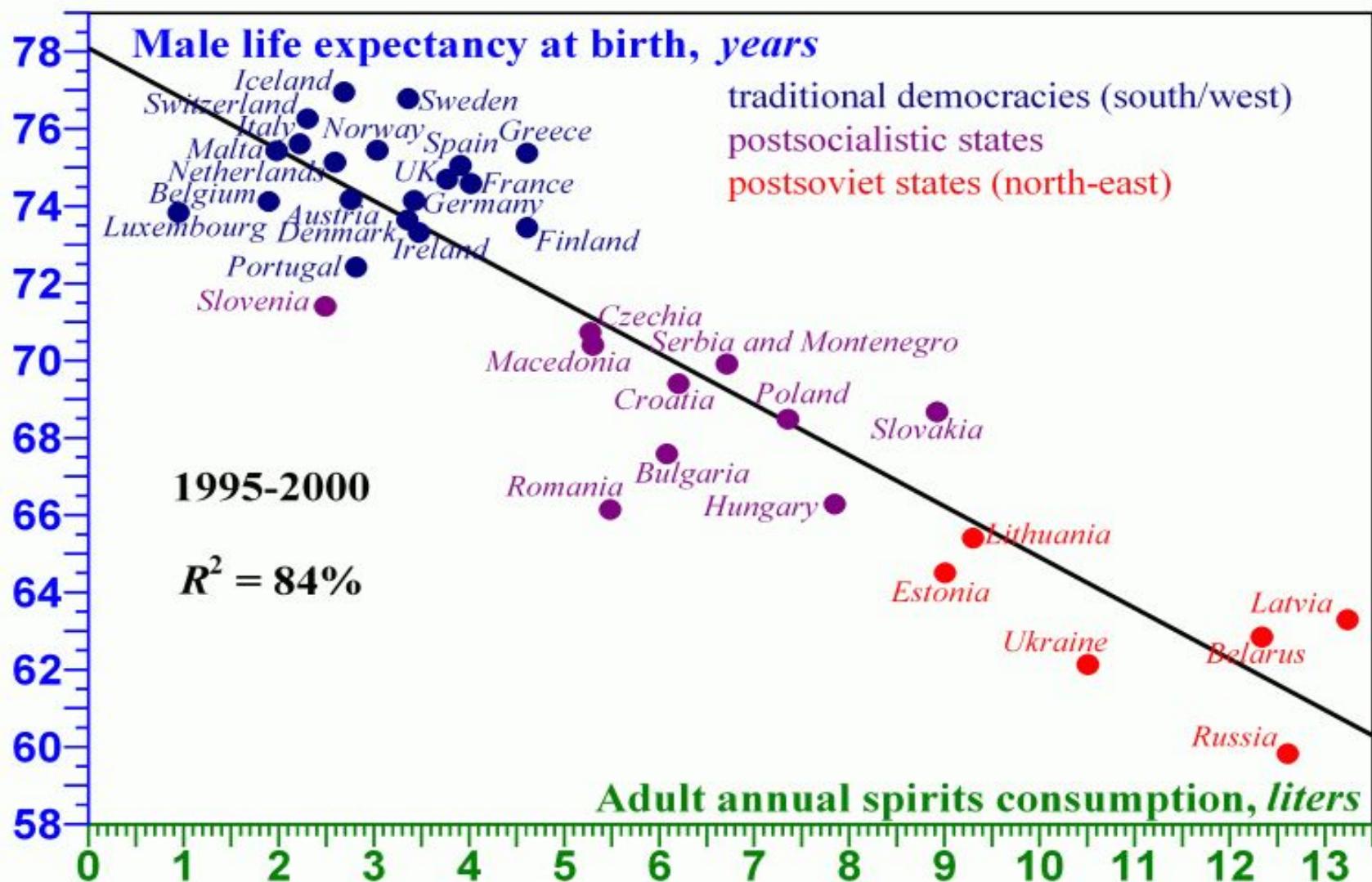
- На примере 80-90-х г.г. можно видеть как рост смертности населения России, в том числе от алкоголизма, обратно пропорционален рождаемости в стране.



# Динамика потребления алкоголя и продолжительности жизни мужчин и женщин в России в 1970–2002 годах



**Самая малая средняя продолжительность жизни у стран в нижнем правом углу - для них характерно большое потребление водки и самые низкие цены на водку.**



## КАКИЕ ИЗ НИЖЕПЕРЕЧИСЛЕННЫХ ПРОБЛЕМ ВЫ СЧИТАЕТЕ НАИБОЛЕЕ ВАЖНЫМИ ДЛЯ СТРАНЫ В ЦЕЛОМ, %

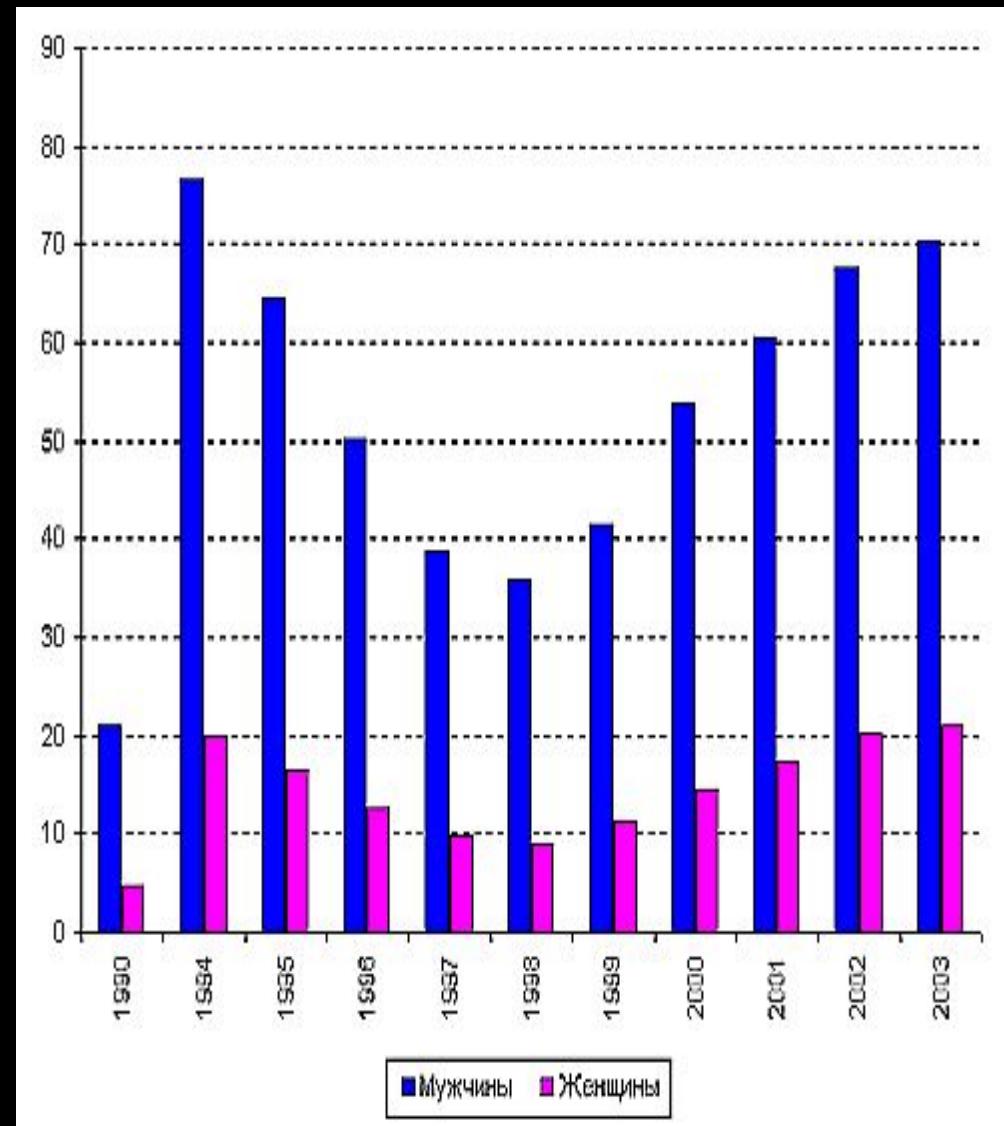


Источник: ВЦИОМ

Оценка опрошенными женщинами причин развода			1
Причина развода	Число ответов	В % от всего	
Не сошлись характерами, разные взгляды и т.п.	326	33,4	
Пьянство, алкоголизм, употребление психотропных средств	132	13,5	
Измены	78	8,0	
Другая семья	68	7,0	
Безответственность по отношению к семье	63	6,5	
Бытовые проблемы	39	4,0	
Изменились отношения	36	3,7	
Отсутствие желания совместного проживания	32	3,3	
Рукоприкладство, агрессия	26	2,7	
Взаимоотношения с родителями	19	1,9	
Отношение к детям	18	1,8	
Неуважение, невнимание	17	1,7	
Раздельное проживание	15	1,5	
Тунеядство, не работает	15	1,5	
Игromания	13	1,3	
Ссоры, скандалы	11	1,1	
Ушел из семьи	10	1,0	
Ложь мужа	5	0,5	
Нежелание иметь детей	3	0,3	
Предательство в трудной ситуации	3	0,3	
Муж осужден	3	0,3	
Ревность	2	0,2	
Жадность мужа	2	0,2	
Сексуальные отношения	2	0,2	
Тяжелобольной ребенок	1	0,1	
Национальная рознь	1	0,1	
Другое	35	3,6	
Всего	975	100,0	
Нет ответа	105		
Всего	1080		

# Гендерные различия алкоголизма

- Среди больных алкоголизмом подавляющее большинство составляет мужское население. Наблюдения показывают, что мужчин-алкоголиков в 3 раза больше, чем женщин, страдающих этим заболеванием.



# Начало

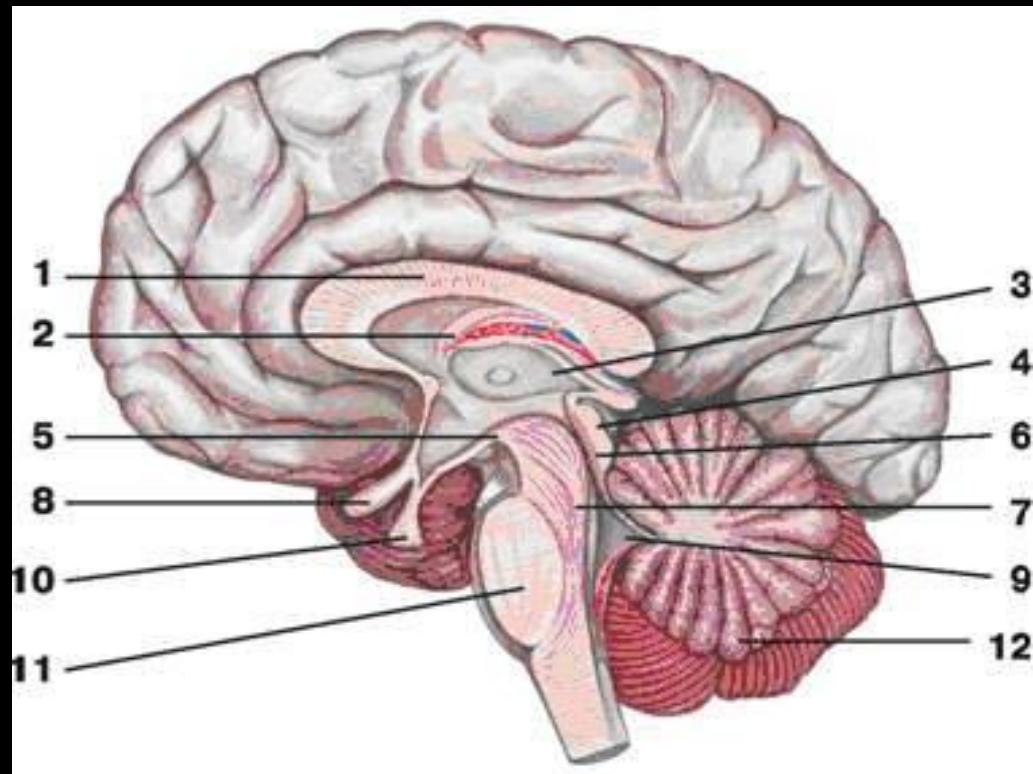
- Однако женщины чаще пьют запоями, срок между запоями обычно короче, чем у мужчин, и длятся они дольше. Лечению женщины поддаются труднее, чем мужчины.



# Конец



- В подкорковых структурах головного мозга (промежуточном мозге) выделяются химические вещества - **медиаторы удовольствия** (эндорфин , эндоэтанол).
- Каждый человек способен вырабатывать свое собственное наркотически подобное вещество - внутренний морфин или внутренний алкоголь.

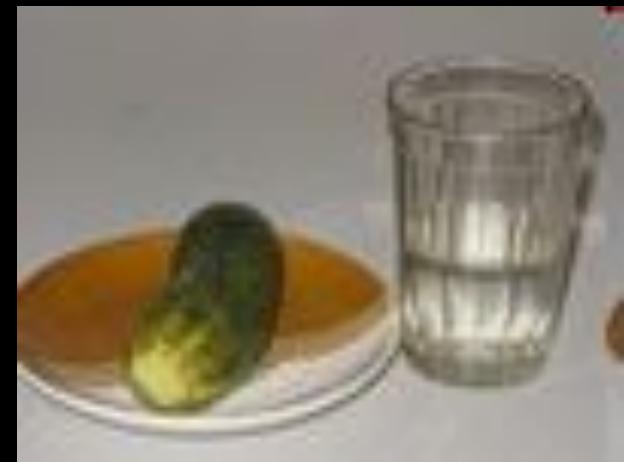


*3 — Промежуточный мозг  
(таламус и гипоталамус)*

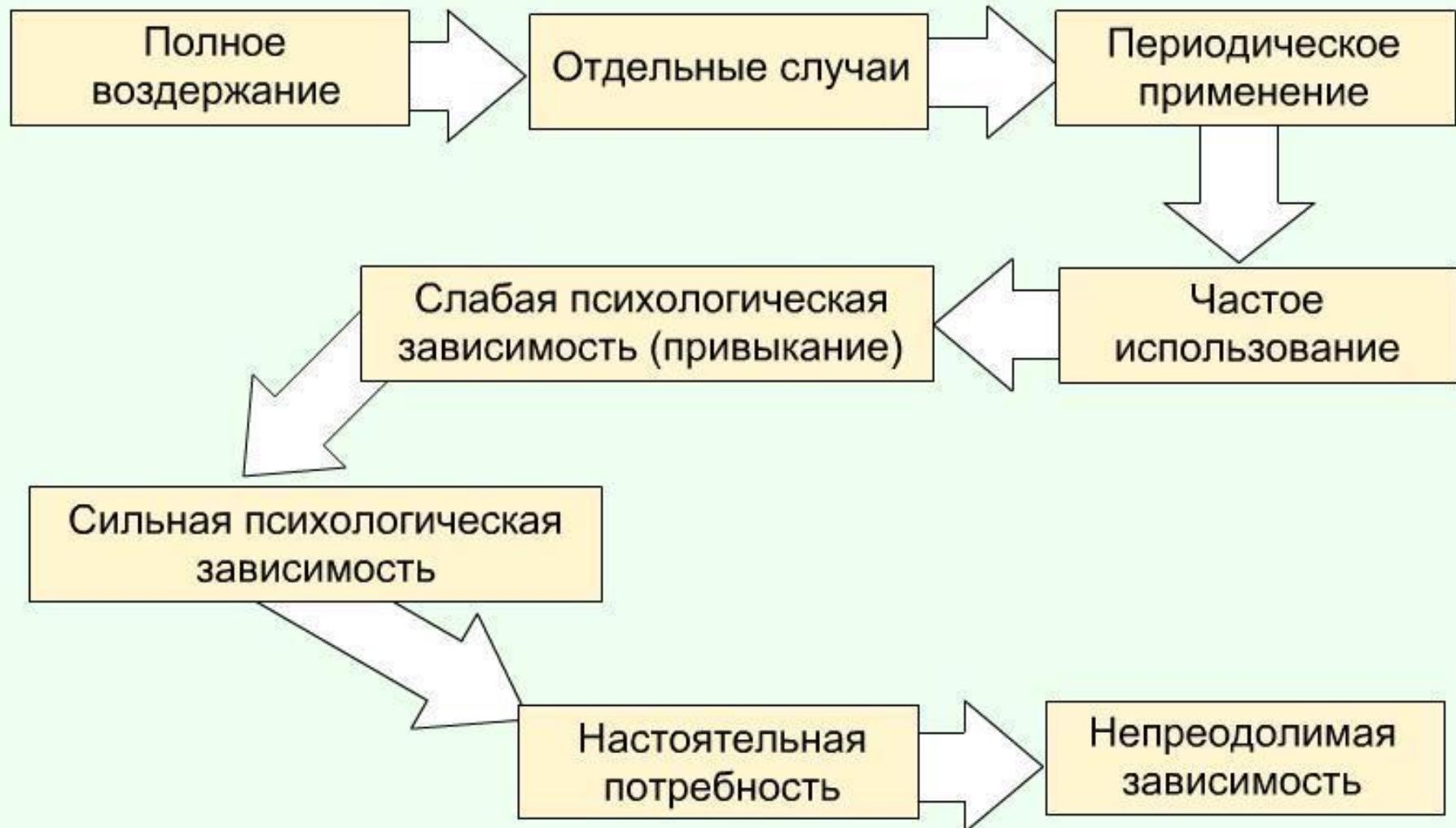
- Алкоголь и опиоидные вещества (эндорфины) в небольшой концентрации в норме содержатся в крови у здоровых людей, никогда не злоупотреблявших ни спиртным, ни опиатами.
- Специальные рецепторы, ферментативные и иммунные механизмы участвуют в обмене и утилизации этих веществ. Именно с ними связываются патогенетические механизмы химической зависимости.

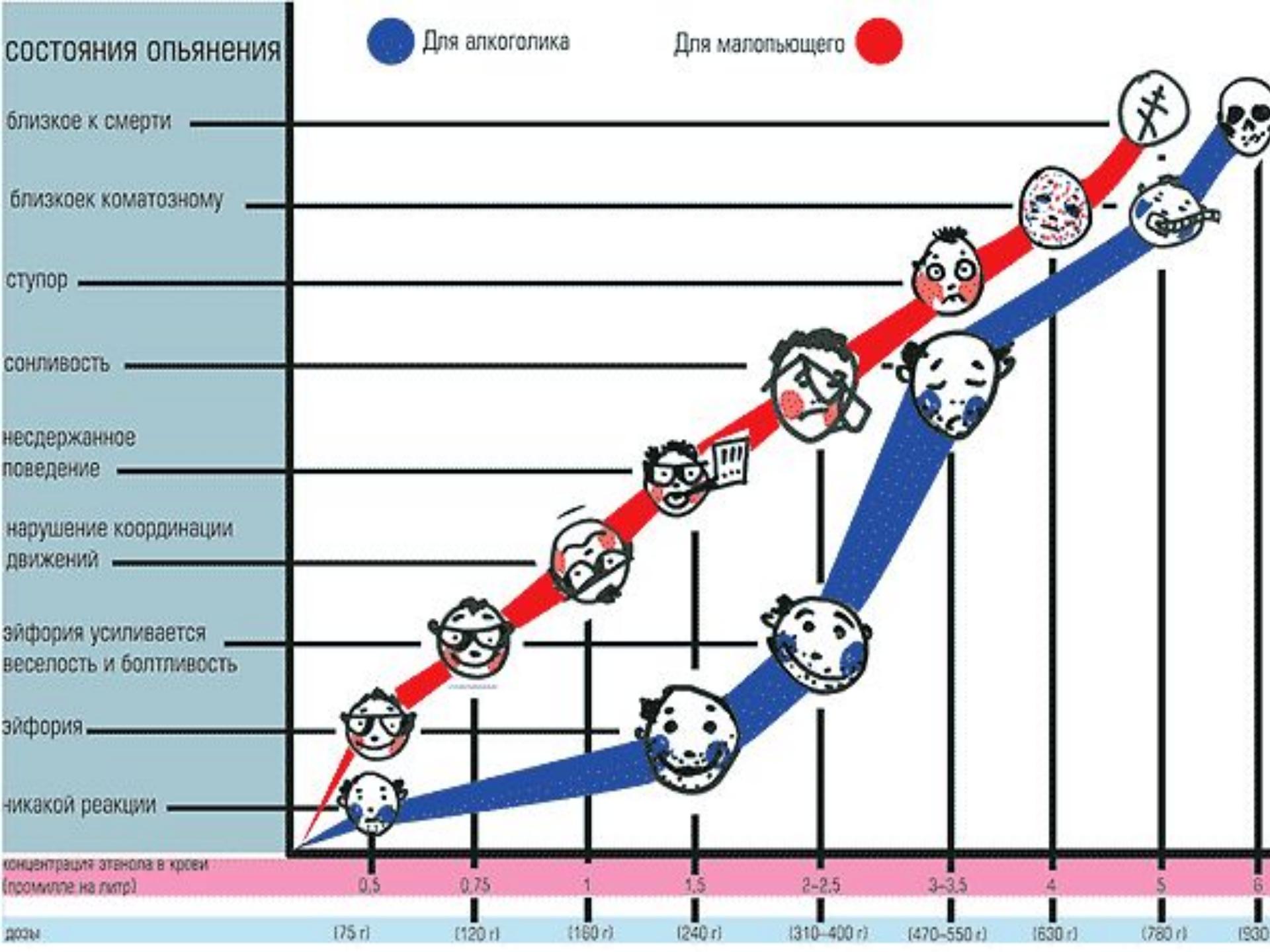
# Механизм развития алкогольной зависимости

- После употребления вина мозг прекращает выделять собственный эндоэтанол, до тех пор пока алкоголь не метаболизируется. В результате регулярного злоупотребления алкоголем (через 5-6 лет) мозг перестает вырабатывать его совсем. Поэтому по утрам после выпитого вечером алкоголя болит голова, мышцы, суставы, резко падает настроение, человек недееспособен. Такое состояние в быту называется **похмелье**, в медицине – **синдром абстиненции** или **синдром отмены**. Больной страдает от острого дефицита эндоэтанола, необходимого для поддержания эмоционального и физического тонуса. Это заставляет человека принять с утра дозу алкоголя.
- **Потребность опохмелиться** – безусловный признак начидающегося алкоголизма.
- **Утрата рвотного рефлекса на прием больших доз алкоголя** - достоверный признак алкоголизма, той стадии когда еще можно надеяться на успешное лечение.



# Последовательность развития химической зависимости





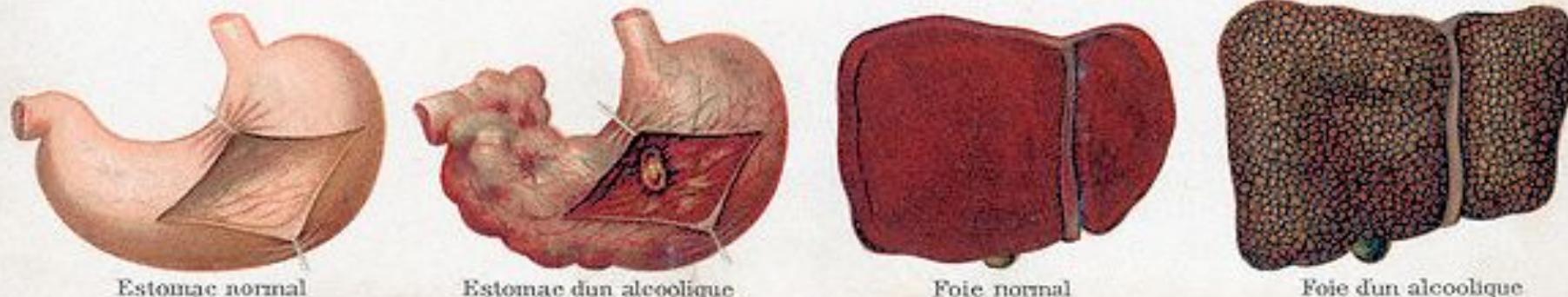
# Патологические изменения личности алкоголиков

- Наиболее уязвимой к воздействию алкоголя оказывается нервная система. Следствием этого являются:
  - **крупная дрожь в руках** - алкогольный трепет
- **характерная походка алкоголика**: совершенно трезвый человек идет с неестественно гордой поднятой головой, выпяченной грудью и плотно прижатыми по швам руками, а высоко забрасываемые стопы ног делают его передвижение на редкость комичным.
- Деградация личности проявляется и в своеобразном **алкогольном юморе**, когда глупая шутка своя или чужая может порождать взрыв смеха в течение всего дня.
- Другое проявление деградации - **патологическая лживость**. Алкоголики - очень ненадежные люди: они никогда не держат своего слова, а точнее - обещают то, что заведомо не способны выполнить.
- Практически все алкоголики страдают **патологической ревностью**, первопричиной которой является обязательное развитие импотенции. Огромная доля убийств на почве ревности совершается алкоголиками.

# Динамика изменений внешнего вида и внутренних органов алкоголика



Quatre étapes de la vie d'un alcoolique.



# Действие алкоголя на организм

- Алкоголь действует подобно наркотическим веществам и типичным ядам – вначале возбуждающе, затем парализующее. Раньше всего парализуются высшие центры. При частом употреблении алкогольных напитков сначала наблюдаются нарушения деятельности различных органов, а затем появляются анатомические изменения в них.



# МОЗГ – ОСНОВНАЯ МИШЕНЬ АЛКОГОЛЯ

0,05 – 0,15%  
алкоголя в крови  
(100 – 300 г водки)

**КОРА**

0,15 – 0,3%  
алкоголя в крови  
(300 – 600 г водки)

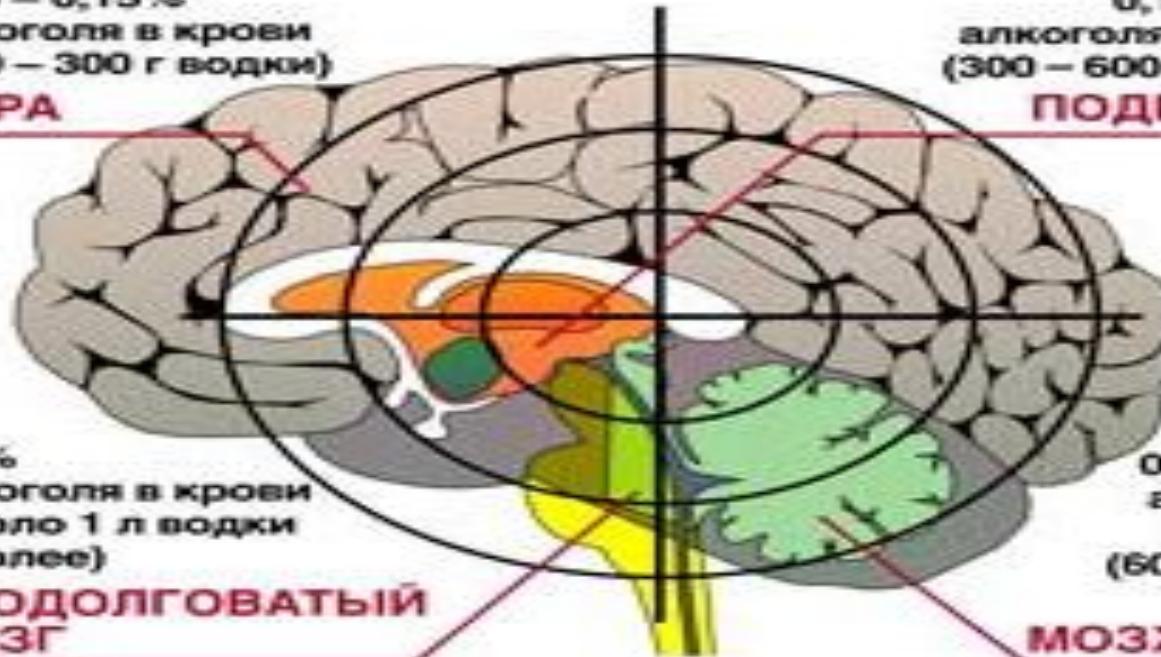
**ПОДКОРКА**

0,5%  
алкоголя в крови  
(около 1 л водки  
и более)

**ПРОДОЛГОВАТЫЙ  
МОЗГ**

0,3 – 0,4%  
алкоголя  
в крови  
(600 – 800 г  
водки)

**МОЗЖЕЧОК**



## КЛЕТКИ КОРЫ ГОЛОВНОГО МОЗГА

**Нормальные**



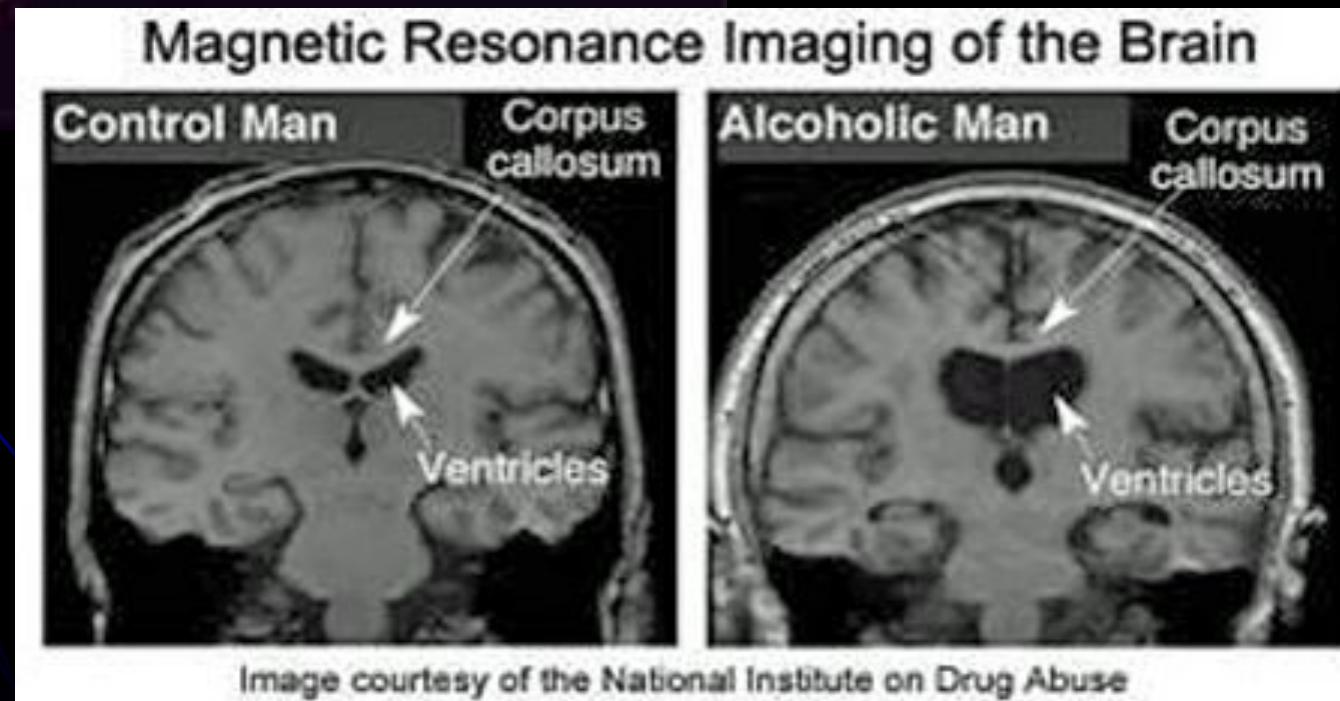
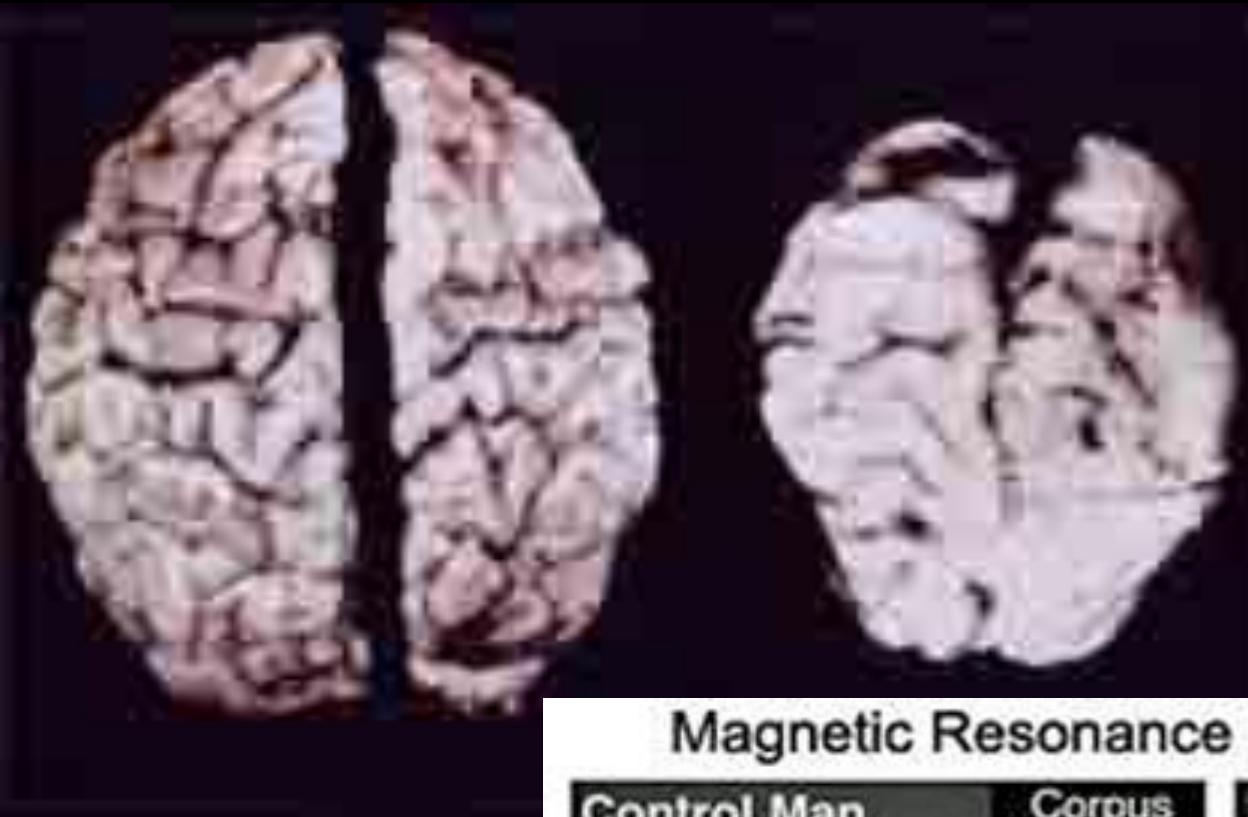
Непьющий  
человек

**Разрушенные**



Страдающий  
алкоголизмом

# Влияние алкоголя на головной мозг



# Влияние алкоголя на внутренние органы

- Вредное воздействие алкоголя сказывается на всех системах человеческого организма (нервной, кровеносной, пищеварительной, репродуктивной, дыхательной).
- В слизистой оболочке желудка обнаруживаются кровоизлияния, у больных алкоголизмом выявляются *гастрит, язвенные болезни желудка и двенадцатиперстной кишки*.

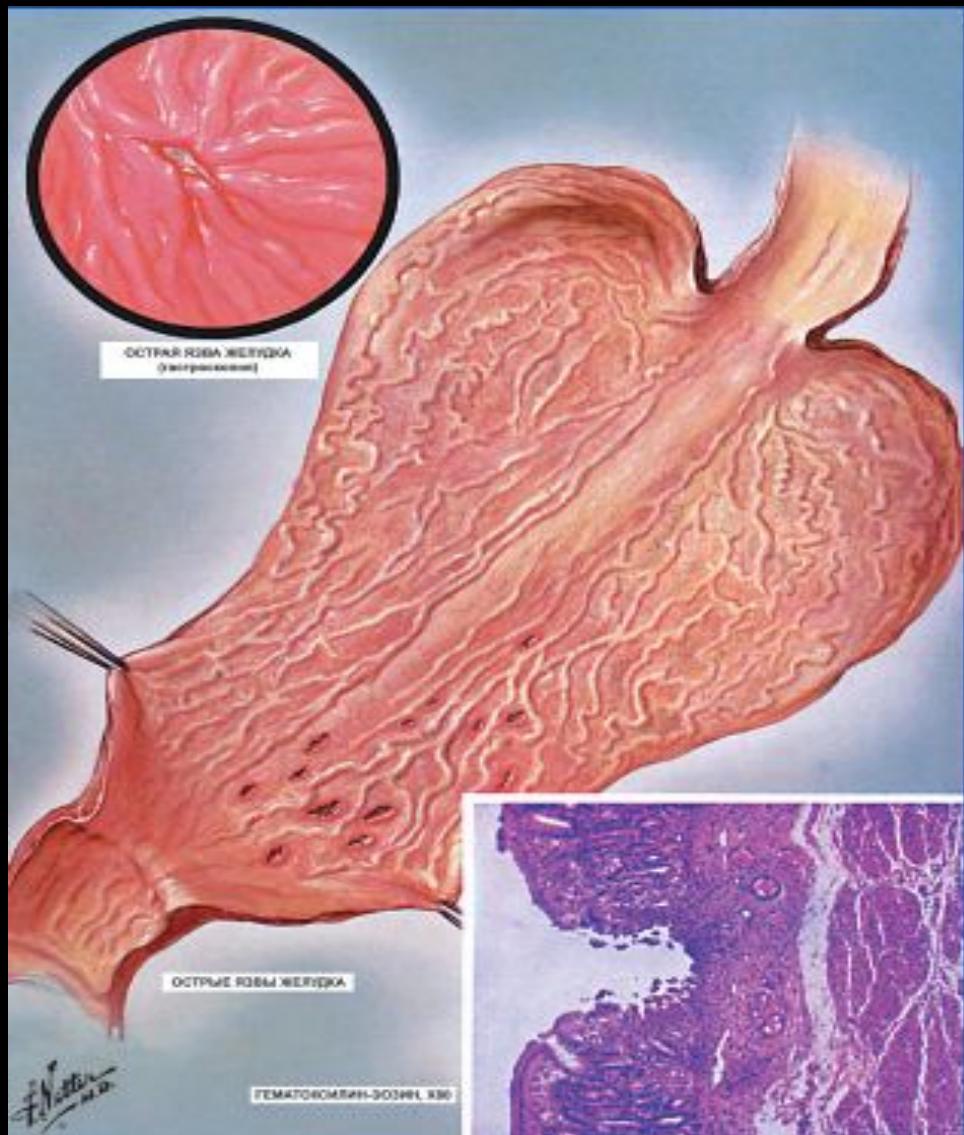
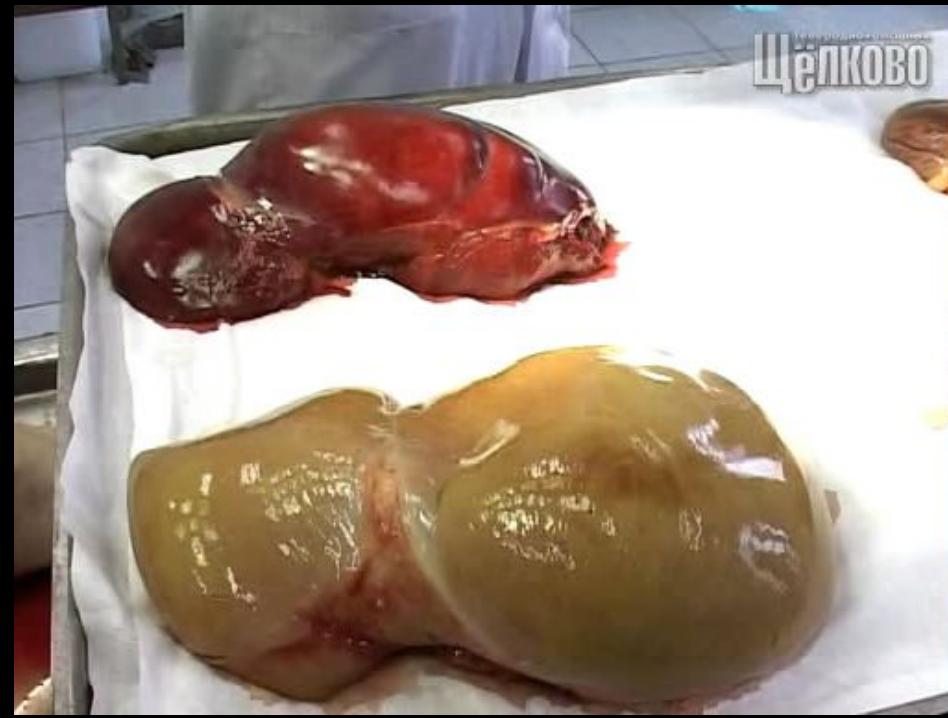


Рисунок 4. Острые язвы желудка алкогольной этиологии (по F.H. Netter, 2001)

- Изменяются ткани печени и почек, сосуды печени становятся менее эластичными, наблюдается жировое перерождение печени – **цирроз печени**. Алкогольный цирроз печени: полный распад этого органа вызывает нестерпимые боли, сильный зуд кожи, отеки на лице и ногах, значительное увеличение живота из-за накопления большого количества жидкости. Затем следует удушье и мучительная смерть.
- Страдают также дыхательные органы, половые железы и костная система.
- На рисунке нормальная печень и желтая печень алкоголика: вверху – внешний вид внизу – разрез печени



# Влияние алкоголя на сердечно-сосудистую систему

- Алкоголь поражает сердечную мышцу, что ведет к тяжелым заболеваниям и повышенной смертности.
- Развивается *алкогольная кардиомиопатия*. Увеличение объема сердца обнаруживается при рентгено-логическом исследовании.
- Даже у здоровых людей после большой дозы алкоголя могут проявляться нарушения сердечного ритма.
- Злоупотребление алкоголем способствует развитию и прогрессированию *гипертонической болезни, ишемической болезни сердца*, часто является непосредственной причиной *инфарктов*.

# Влияние алкоголя на эндокринную и репродуктивную систему

- Алкоголь оказывает вредное влияние на железы внутренней секреции и в первую очередь на половые железы. Снижение половой функции наблюдается у 1/3 - 2/3 лиц, злоупотребляющих алкоголем, и у больных хроническим алкоголизмом.
- Вследствие *алкогольной импотенции* у мужчин легко возникают различные функциональные нарушения центральной нервной системы (*неврозы, реактивные депрессии* и т.д.).
- У женщин под влиянием алкоголя рано прекращаются менструации, снижается способность к деторождению, чаще наблюдаются токсикозы беременности.

# Нарушение психики алкоголика

- Белая горячка алкогольный психоз - возникает у больных хроническим алкоголизмом на фоне похмельного синдрома. Для белой горячки типично преобладание истинных зрительных галлюцинаций. Их характеризует множественность образов и подвижность. Чаще это Насекомые (клопы, тараканы, жуки, мухи) и мелкие животные (кошки, крысы, мыши). Реже больные видят крупных животных и людей, иногда имеющих фантастический облик. Характерны видения змей, чертей, а также умерших родственников (так называемые блуждающие мертвецы)



# Алкоголь и потомство

- Главное, на чем хочется заострить ваше внимание, – это так называемые «праздничные дети», «дети карнавала», «дети экстаза» и др. - названия детей, которые были зачлены от отцов или матерей в период опьянения.
- Алкоголь в первую очередь влияет на половые клетки, которые впоследствии несут патологическую информацию будущему плоду. Половые клетки, несущие поврежденные алкоголем хромосомы, развиваются неправильно, и впоследствии их уже «не выправить» никакими фармакологическими средствами. Это приводит к рождению детей с различными врожденными физическими и психическими отклонениями.

- Исследования показывают, что 94% детей, отягощенных алкогольной наследственностью, даже рожденных нормальными, впоследствии сами становятся потенциальными пьяницами или приобретают психические расстройства.
- Однако патологическая информация плоду передается не только при хроническом алкоголизме, но и у вполне здоровых людей, если они в момент зачатия находились в состоянии алкогольного опьянения.

# Алкоголь и беременность



# Мутагенное и тератогенное действие алкоголизма



- Ребенок родился недоношенным, с "волчьей пастью" (нёбо рта растёт наружу), "заячьей губой" (расщепленная губа). Отсутствует брюшная стенка с выпадением внутренностей. Отсутствуют веки, нос, атрофированы конечности (3 пальца, 4 пальца). Родители страдали хроническим алкоголизмом

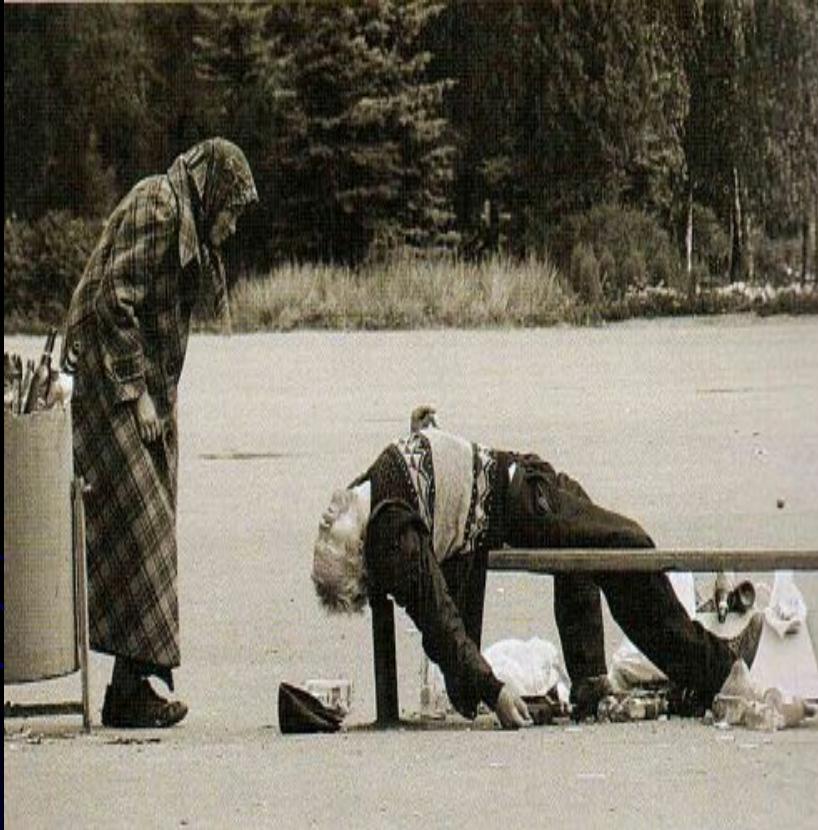




Безответственность родителей может привести к печальным последствиям



# Взрослые мальчики



# Взрослые девочки





- **Малые дозы алкоголя** вызывают усиление сердечной деятельности; снижают способность ясно мыслить и принимать решения; заставляют почувствовать небольшое расслабление; заставляют почувствовать себя немного более свободным и смелым, чем обычно; приводят к потере самоконтроля; вызывают нарушения остроты зрения, слуха, способность различать цвета, ориентироваться в пространстве (кстати, это одна из основных причин несчастных случаев на транспорте).

- **Большие дозы алкоголя** угнетают сердечную деятельность; замедляют деятельность отдельных областей мозга; вызывают головокружение; снижают координацию; приводят к затруднениям речи, ходьбы, стояния; приводят к эмоциональным взрывам или подавленному настроению.
- Если доза алкоголя оказалась избыточной, возникает реальная угроза развития **алкогольной комы** - крайне опасного для жизни состояния

# Алкогольная кома

- Развитие комы начинается с появления непрерывного чихания (пьяный чих), который длится 10-15 минут. Речь такого пьяного становится невнятной, он крайне заторможен, вял и, через несколько минут засыпает. Все это сопровождается иканием, отрыжкой и рвотой. Спустя 15-20 минут он будет находиться в состоянии глубокой комы, не реагируя ни на болевые ни на звуковые раздражители. Растворить такого спящего практически невозможно.



- В положении лежа на спине он обязательно захлебнется своими рвотными массами, слюной и удавится собственным языком. Кожные покровы сначала бледнеют, а затем лицо очень быстро становится синюшным. Появляется захрапывающее дыхание, артериальное давление и пульс определяют с трудом. Непроизвольное мочеиспускание и выделение кала настолько обязательны, что хронические алкоголики привыкают к постоянно мокрой и обгаженной одежде.

# Оказание первой помощи при алкогольной коме

- При алкогольной коме повернуть больного на живот
- очистить ротовую полость от слизи и рвотных масс,
- приложить холод к голове,
- поднести к носу ватку с нашатырным спиртом,
- вызвать скорую помощь.
- Недопустимо оставлять человека в состоянии алкогольной комы лежать на спине и тем более на холоде (пьяный замерзнет во много раз быстрее трезвого).

# Стадии алкоголизма

(классификации проф. Лисицына Ю.П. и Копыта Н.Я.)

- **I стадия.** Нарушается работа внутренних органов. Появляются различные отклонения со стороны нервной системы, снижается умственная работоспособность, ухудшается память, внимание, расстраивается сон, возникают головные боли, раздражительность, т.е. функциональные изменения органов и систем, потеря контроля, зависимость. Она носит название начальной – **невростенической**.

- **II стадия.** Характеризуется более выраженными нарушениями интеллектуальной и эмоционально-личностной сферы. Возникают алкогольные психозы, дозы спиртного увеличиваются до максимального. Средняя – **наркоманическая** стадия – выражается нарушением психики и ПОСТОЯННЫМ ПЬЯНСТВОМ.

- **III стадия.** Ослабление всего организма, утрачивание эмоций и этических норм. Типичные изменения во внутренних органах, вспомогательные процессы периферических нервов. Эта стадия – **энусфалопатическая** – выражается в запойном пьянстве, с выраженным проявлением психоза, бреда ревности. Утрачивается потенция.

# Пешеход



# Злоупотребление алкоголем и продолжительность жизни

- Систематическое употребление алкоголя приводит к преждевременной старости, инвалидности; продолжительность жизни лиц, склонных к пьянству, на 15–20 лет короче среднестатистической.

**Ежегодно алкоголь УБИВАЕТ  
1 МИЛЛИОН РОССИЯН.**



**НЕ ПРОПУСТИ СВОЮ ОЧЕРЕДЬ**

[strenioff.ru](http://strenioff.ru)

**БЛАГОДАРЮ**

**ЗА**

**ВНИМАНИЕ**