

Вредные привычки

Игромания, курение,
наркомания, алкоголизм,
СПИД

Компьютерная игромания

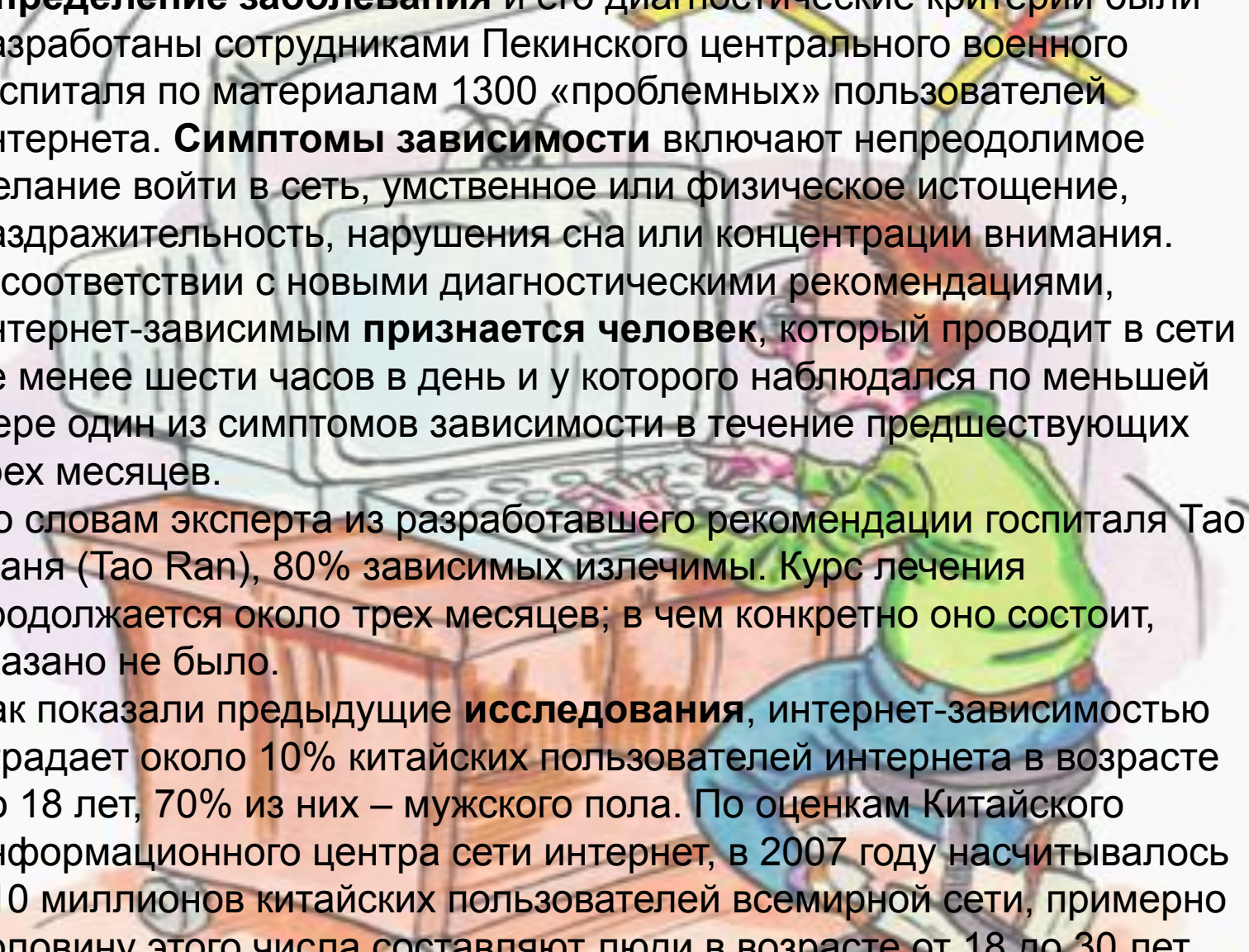
Компьютерная игромания с трагическими последствиями. Кореец умер после 50 часов компьютерных игр.

Страсть к компьютерным играм стала фатальной для 28-летнего гражданина Южной Кореи. Молодой человек скончался от сердечного приступа после необычайно долгого времени, проведенного в виртуальном пространстве: 50 часов непрерывной игры.

Парень пришел в Интернет-кафе в Тэгу (город в Южной Корее) и сел играть. В течение 3-х следующих дней он отрывался от монитора лишь на туалет и краткий сон на импровизированной кушетке. Персонал интернет-кафе и коллеги Ли сообщили журналистам местной газеты JoongAng Ilbo, что геймер бросил работу, чтобы посвящать больше времени компьютерным играм. Мать, обеспокоенная тем, что сын не появляется дома, попросила его коллег разыскать его. Когда те добрались до интернет-кафе, Ли пообещал сначала закончить игру и прийти. Через несколько минут он умер.

Врачи констатировали, что сердце молодого человека не выдержало интенсивной нагрузки в сочетании с истощением, сообщает CNN. Интернет-зависимость официально признана болезнью. Китайские врачи официально признали интернет-зависимость болезнью. Для нее разработаны диагностические критерии и рекомендации по лечению, а психиатрическим клиникам предписано оказывать помощь пациентам с этим заболеванием. Такая инициатива вызвана возросшим беспокойством по поводу психологических проблем на почве злоупотребления Интернетом, пишет Главред.





Определение заболевания и его диагностические критерии были разработаны сотрудниками Пекинского центрального военного госпиталя по материалам 1300 «проблемных» пользователей интернета. **Симптомы зависимости** включают непреодолимое желание войти в сеть, умственное или физическое истощение, раздражительность, нарушения сна или концентрации внимания. В соответствии с новыми диагностическими рекомендациями, интернет-зависимым **признается человек**, который проводит в сети не менее шести часов в день и у которого наблюдался по меньшей мере один из симптомов зависимости в течение предшествующих трех месяцев.

По словам эксперта из разработавшего рекомендации госпиталя Тао Жаня (Tao Ran), 80% зависимых излечимы. Курс лечения продолжается около трех месяцев; в чем конкретно оно состоит, сказано не было.

Как показали предыдущие **исследования**, интернет-зависимостью страдает около 10% китайских пользователей интернета в возрасте до 18 лет, 70% из них – мужского пола. По оценкам Китайского информационного центра сети интернет, в 2007 году насчитывалось 210 миллионов китайских пользователей всемирной сети, примерно половину этого числа составляют люди в возрасте от 18 до 30 лет.

Курение

Общие сведения

Курение – самая распространенная причина преждевременной смерти и потери работоспособности.

В целом в мире курение убивает более чем 3 млн. человек в год и если такая тенденция сохранится, то к 2020 г это количество может достичь 10 млн. Недавние международные исследования показали, что курение укорачивает жизнь в среднем на 20-25 лет.

На сегодняшний день в России курят 67% мужчин, 40% женщин и 50% подростков. 500 000 человек ежегодно умирают от курения в России. Каждый 10-й умирающий в мире от курения – россиянин.



Никотин – алкалоид, содержащийся в листьях и стеблях табака. При курении вдыхается с дымом, через легкие попадает в кровяное русло, преодолевает гематоэнцефалический барьер и через несколько секунд попадает в центральную нервную систему. Другой точкой приложения действия никотина являются вегетативные ганглии.

Оксид углерода (угарный газ) является весьма токсичным компонентом табачного дыма. Механизм патогенного действия оксида углерода достаточно прост: вступая в связь с гемоглобином, оксид углерода образует соединение карбоксигемоглобин. Он препятствует нормальной доставке кислорода к органам и тканям, в результате чего развивается хроническое кислородное голодание. Особенно вредное влияние оказывает оксид углерода на организм беременной женщины, зародыш и плод.

Аммиак и табачный деготь (смолы) при сгорании табака попадают в трахею, бронхи и легкие. Аммиак растворяется во влажных слизистых оболочках верхних дыхательных путей, превращаясь в нашатырный спирт, раздражающий слизистую и вызывающий ее повышенную секрецию. Итог постоянного раздражения – кашель, бронхит, повышенная чувствительность к воспалительным инфекциям и аллергическим заболеваниям. Причем, наряду с самим курильщиком, страдают и «принудительные» курильщики: они получают огромную дозу вредных веществ.

Состав сигареты



Наркомания

Наркомания (от греч. *νάρκη* /narkē/ — оцепенение, сон, и *μᾶνία* /mania/ — безумие, страсть, влечение.) — хроническое прогрессирующее заболевание, вызванное употреблением веществ-наркотиков.

Законами РФ наркомания определяется как «заболевание, обусловленное зависимостью от наркотических средств или психотропных веществ, включенных в Перечень наркотических средств, психотропных веществ и их прекурсоров, подлежащих контролю в Российской Федерации». Соответственно, патологическую зависимость от алкоголя, табака, или кофеина юридически не причисляют к наркомании, хотя и они, по ряду критериев, относятся к наркотическим веществам. Медицина рассматривает зависимость от этих веществ как наркотическую. В связи с этим, патологическую зависимость от данных веществ выделяют в отдельные группы, для алкоголя это — алкоголизм, для табака — никотиновая зависимость, только злоупотребление кофеином относится в наркологии к той же группе, что и злоупотребление прочими стимуляторами, и не выделяется отдельно.

Зависимость

Разные наркотики вызывают разную зависимость. Одни наркотики вызывают сильную психологическую зависимость, но не вызывают физической зависимости. Другие же, напротив, вызывают сильную физическую зависимость.

Многие наркотики вызывают и физическую, и психологическую зависимость. «Непреодолимое влечение» связано с психической (психологической), а иногда и физической (физиологической) зависимостью от наркотиков. Различают позитивную привязанность — приём наркотика для достижения приятного эффекта (эйфория, чувство бодрости, повышенное настроение) и негативную привязанность — приём наркотика для того, чтобы избавиться от напряжения и плохого самочувствия. Физическая зависимость означает тягостные и даже мучительные ощущения, болезненное состояние при перерыве в постоянном приёме наркотиков (т. н. абстинентный синдром, ломка). От этих ощущений избавляет возобновление приёма наркотиков.

**НАРКОТИКИ –
ПОЖИЗНЕННАЯ ЛОМКА**



**НЕ ЛОМАЙ
СЕБЕ ЖИЗНЬ!**

АЛКОГОЛИЗМ

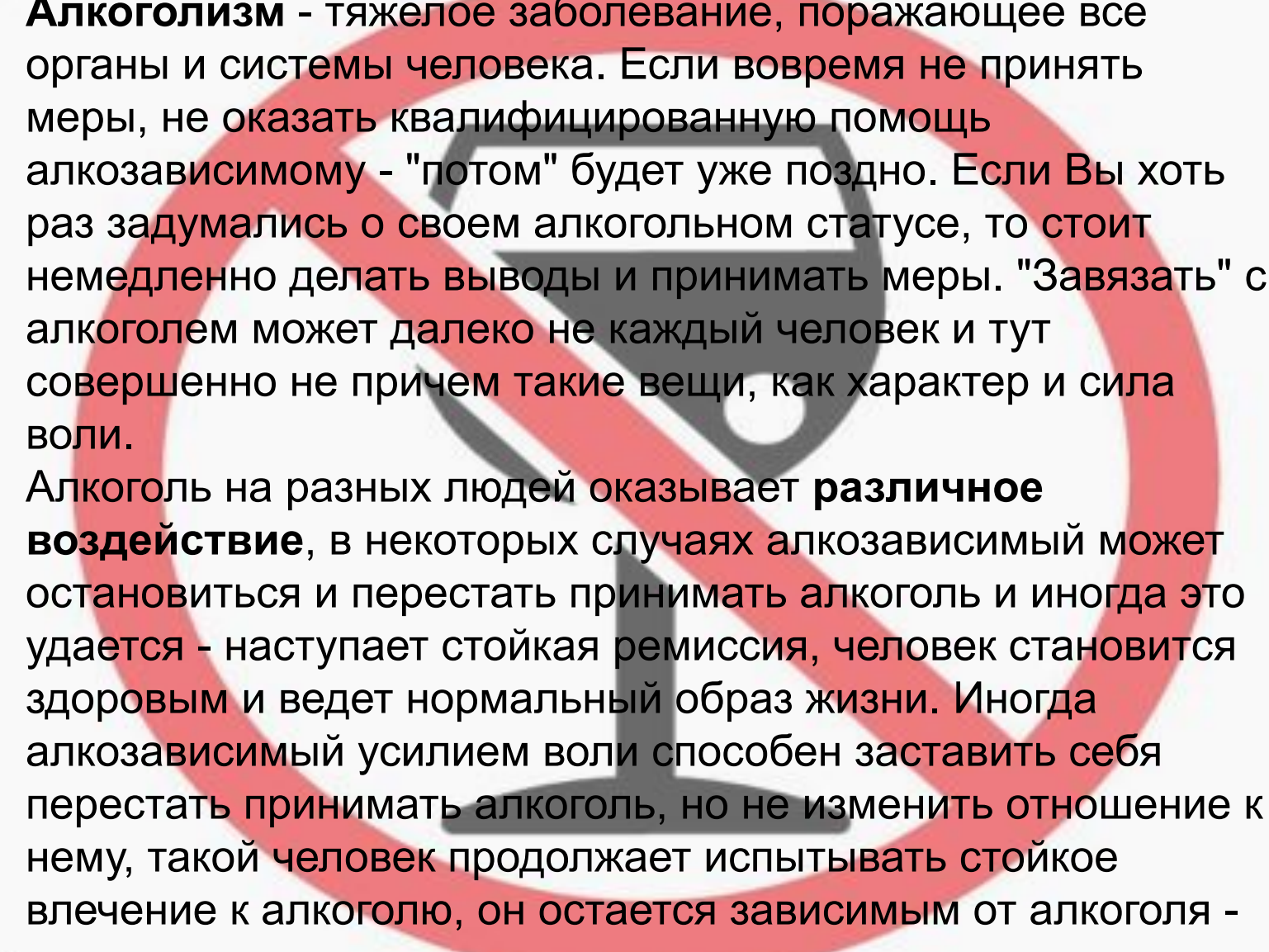


Алкоголизм в наше время - это настоящая опасность, алкоголизм для России - национальная беда и позор. Почти в каждой российской семье есть несколько примеров того, как алкоголизм разрушает человеческую жизнь, последствия алкоголизма ужасны.

В нашей стране употребление алкоголя давно стало вроде национальной забавы. Ни одно более-менее значимое событие, будь то праздник, дружеская встреча, вечеринка на работе, юбилей или просто коллективные посиделки, не обходится без традиционных возлияний.

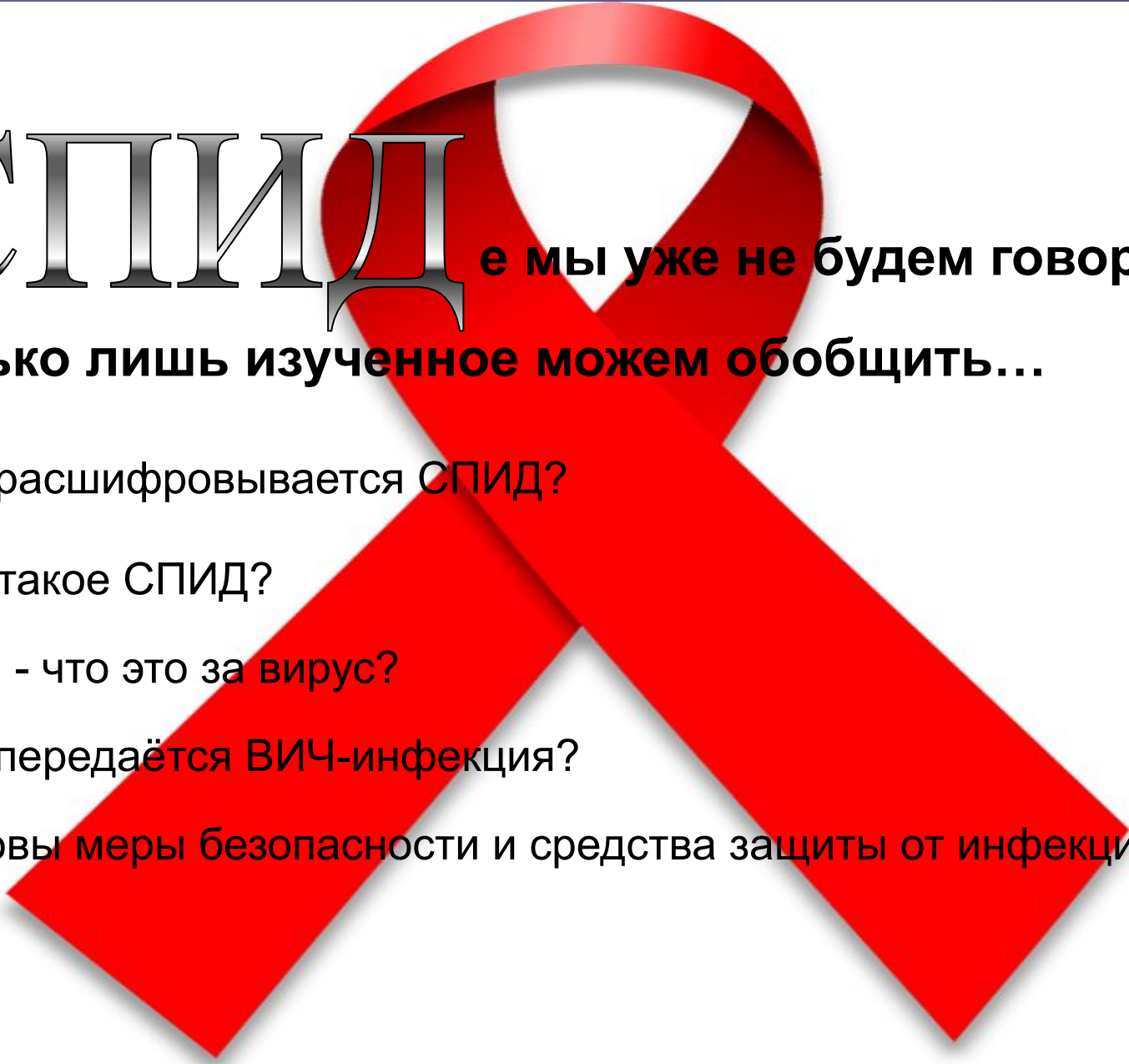
Употребление алкоголя давно приняло угрожающие масштабы в молодежной среде.

Многие из нас считают алкоголизм чем-то вроде дурной привычки, человеческой слабости. Хотя, стоит только немного призадуматься, и любому станет понятно, чем на самом деле является алкоголизм.



Алкоголизм - тяжелое заболевание, поражающее все органы и системы человека. Если вовремя не принять меры, не оказать квалифицированную помощь алкозависимому - "потом" будет уже поздно. Если Вы хоть раз задумались о своем алкогольном статусе, то стоит немедленно делать выводы и принимать меры. "Завязать" с алкоголем может далеко не каждый человек и тут совершенно не причем такие вещи, как характер и сила воли.

Алкоголь на разных людей оказывает **различное воздействие**, в некоторых случаях алкозависимый может остановиться и перестать принимать алкоголь и иногда это удается - наступает стойкая ремиссия, человек становится здоровым и ведет нормальный образ жизни. Иногда алкозависимый усилием воли способен заставить себя перестать принимать алкоголь, но не изменить отношение к нему, такой человек продолжает испытывать стойкое влечение к алкоголю, он остается зависимым от алкоголя - латентным алкоголиком.



О СПИД е мы уже не будем говорить,
И только лишь изученное можем обобщить...

- Как расшифровывается СПИД?
- Что такое СПИД?
- ВИЧ - что это за вирус?
- Как передаётся ВИЧ-инфекция?
- Каковы меры безопасности и средства защиты от инфекции?