

*Государственное автономное учреждение
Тюменской области
«Областной центр профилактики и реабилитации»*



***Презентационный материал
для проведения мероприятия
по профилактике алкоголизма
для родителей с детьми***

Тюмень, 2011

Дорогие друзья!

Счастливым, успешным и перспективным сегодня считается человек, ведущий активный, здоровый образ жизни, занимающийся спортом, не имеющий вредных привычек и тем более зависимостей.

Что имеет и может позволить в будущем себе такой человек?

- Хорошее образование...
- Интересную работу со стабильным заработком...
- Постоянное хобби...
- Широкий круг друзей...
- Путешествия...
- Здоровое потомство...

Все это в один миг может перечеркнуть знакомство с алкоголем и другими психоактивными веществами.

Помните, что только от вашего выбора будет зависеть ваше будущее!

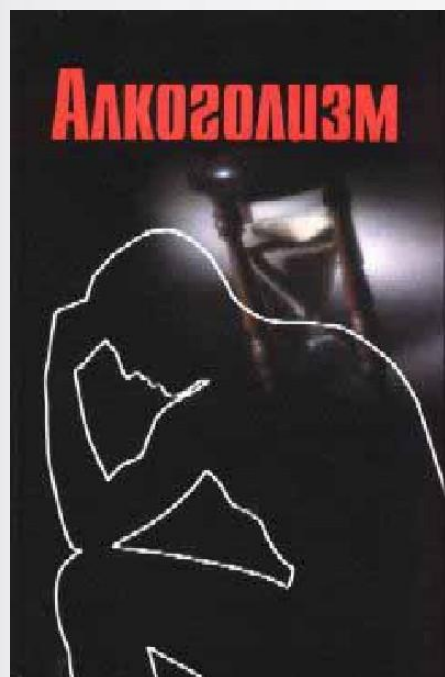


В здоровом теле здоровый дух!

Что такое АЛКОГОЛИЗМ?

Алкоголизм – это хроническое заболевание, которое может длиться годами и даже десятилетиями.

Страдающие алкоголизмом люди не могут контролировать количество употребляемого, даже если это вызывает серьезные проблемы дома или на работе.



Алкогольное опьянение –

это отравление организма человека, и в первую очередь гибель клеток коры головного мозга под действием этилового спирта.

Действующее вещество всех алкогольных напитков этанол. **Этанол**, воздействуя на организм человека на генетическом уровне, вызывает необратимые последствия в работе всех органов и систем.

Способы применения этанола по назначению

Действующее вещество всех алкогольных напитков – этиловый спирт. Он же – этанол. Это востребованное и необходимое вещество, правда, **не относящееся к пищевым продуктам.**

- Этанол – сравнительно недорогое **топливо**. На нем ездят автомобили и летают некоторые ракеты.
- Из этанола получают множество разнообразных веществ. В их числе **уксусная кислота** (спиртовой уксус), **диэтиловый эфир** (наркоз), **тетраэтилсвинец** (очень токсичная добавка в топливо, повышающая его октановое число), **этилацетат** (яд для умерщвления насекомых).
- Этанол – замечательный **растворитель**. Недаром он используется в парфюмерии как основа многих одеколонов, духов и аэрозолей.

Это значит, что каждый раз, наливая в стакан пиво, человек употребляет, в том числе, и аналог, например, ацетона.

Влияние алкоголя на организм человека:

Головной мозг и нервная система

1. Изменение структуры головного мозга возникает уже при «умеренном» потреблении алкоголя.
2. Параллельно отмечается снижение умственных способностей.
3. Употребляя алкоголь, человек каждый раз выводит из строя тысячи активно работающих клеток головного мозга.
4. Развитие психических отклонений: хронические алкогольные психозы – хронический галлюциноз, паранойя.
5. Из-за вызванного алкоголем недостатка витаминов (в основном витаминов группы В) возникают патологические изменения в нервной системе.
6. Появление боли и судорог икроножных мышц, жжение ступней ног, паралич в критических ситуациях.



Влияние алкоголя на организм человека: **Система кровообращения**

Потребление алкоголя в любом количестве сразу же учащает сердцебиение до 100 и более ударов в минуту. Паузы между сокращениями сердечной мышцы, необходимые для ее отдыха, уменьшаются. Это приводит к изменениям мышечных волокон, между которыми появляется прослойка жира. Сердце расширяется, становится дряблым. В результате оно работает плохо, не обеспечивает нормальное кровообращение.

Употребление алкоголя приводит к таким заболеваниям, как:

- гипертония;
- вырождение сердечной мышцы;
- аритмия;
- стенокардия;
- атеросклероз;
- коронарная недостаточность;
- инсульт;
- инфаркт миокарда и др.



Влияние алкоголя на организм человека:

Желудочно-кишечный тракт

Попадая в желудок, **алкоголь обжигает слизистую**, что приводит к ее воспалению и заболеваниям, связанным с употреблением алкоголя: **гастрит, воспаление слизистой кишечника, язва, рак и др.**

Печень

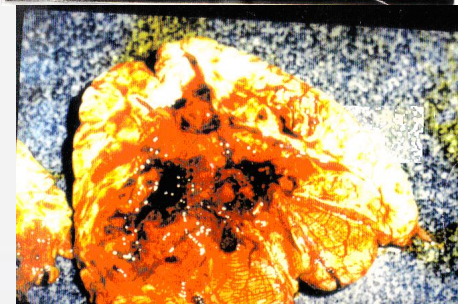
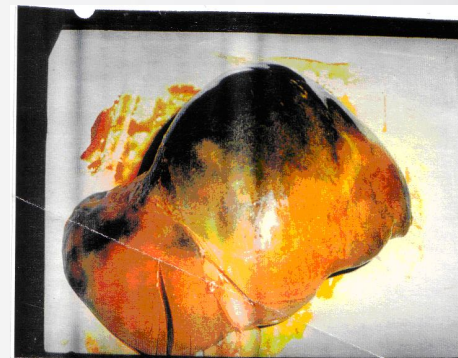
При высокой концентрации ядов и токсинов (алкоголя) печень не справляется со своими обязанностями, обеззараживающая функция ее клеток угасает, начинается процесс разрушения.

Алкогольное поражение печени проходит три стадии: **ожирение, воспаление и цирроз.**

Почки

Воздействие алкоголя приводит к истощению клеток почек, развитию **острой почечной недостаточности.**

Появляются **болезни мочевыводящих путей**, что проявляется в отеках конечностей и лица.



Влияние алкоголя на организм человека

Глаза

Зрение страдает особенно сильно, так как необратимые изменения затрагивают сетчатку и глазной нерв. В критических ситуациях возможна **потеря зрения**.

Гортань

Воспалительные процессы ведут к опуханию голосовых связок, появляется алкогольная хрипота, в крайних случаях – **потеря голоса**.

Иммунная система

Употребление алкоголя тормозит функционирование иммунной системы, что проявляется предрасположенностью к инфекционным заболеваниям, **воспалению легких, туберкулезу и даже раку**.



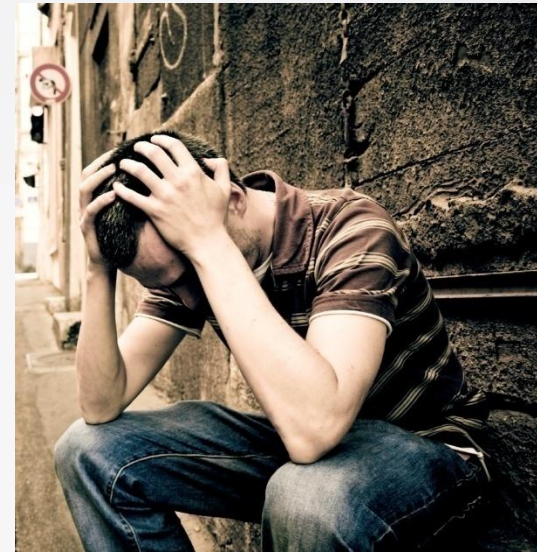
Влияние алкоголя на организм человека

Кожа

- Организм хорошо понимает, что алкоголь – это яд и стремится от него поскорее избавиться. Печень начинает активно перерабатывать алкоголь, а почки — выводить продукты распада из организма. Поэтому спиртное и отличается выраженным мочегонным эффектом. В результате употребление алкоголя **заканчивается сильным обезвоживанием**. Тело человека устроено таким образом, что первой вода уходит из подкожной клетчатки. Кожа становится менее гладкая, сухая.
- Употребление алкоголя разрушает запасы витаминов С и Е, которые помогают сохранить коллаген – белок, ответственный за эластичность кожи, что приводит к раннему проявлению морщин – **быстрому старению**.
- Алкоголь **нарушает кровообращение**, в крови склеиваются красные кровяные тельца, и клетки кожи начинают испытывать недостаток кислорода. Если несколько капилляров совсем закупориваются сгустками красных кровяных телец, то под давлением крови происходит разрыв капилляра, и на лице появляется фиолетовая сосудистая сеточка.

Психологические последствия употребления алкоголя:

- Человек становится психологически, а затем и физиологически **зависимым от «дозы»** (алкоголя);
- Появляется **раздражительность, агрессивность**, возможны депрессии;
- Исчезает способность самостоятельно мыслить, принимать решения;
- Неадекватное **восприятие действительности**, уход из реальности приводят к **трагедии личности**;
- **Разрушение личности** является логическим завершением жизни пьющего человека.



Пиво тоже алкоголь

- Пиво – это алкоголь, оно содержит этиловый спирт.
- Благодаря быстрому всасыванию в организм пиво **вызывает ярко выраженное опьянение.**
- Пивной алкоголизм формируется долго, но **протекает тяжело.**
- Даже кружка пива вызывает структурные изменения в организме:
 - наступает **перерождение тканей** и их атрофия, что особенно резко и рано проявляется в мозге;
 - канцерогенные вещества, содержащиеся в пиве, вызывают **раковые заболевания** (рак прямой кишки, рак молочной железы у женщин);
 - подавляется половая функция у мужчин.



Осторожно: энергетические напитки

- Энергетики **содержат психоактивные вещества** – кофеин, таурин, карнитин, вызывающие широкий спектр негативных реакций; по силе своего действия близки наркотикам и приводят к хроническим заболеваниям, тяжелым отравлениям и летальным исходам.
- Энергетики **вызывают привыкание**, а также тахикардию, психомоторное возбуждение, нервозность, депрессивное состояние, поднятие артериального давления, рост уровня сахара в крови, приводят к серьезным гормональным сбоям.
- Энергетики **не содержат в себе никакой энергии**, достаточно внимательно почитать этикетку. Они **только мобилизуют скрытые резервы** организма, и **изнашивают его раньше времени**. Употребляя энергетические напитки, человек обманывает собственный организм!
- Совмещая **употребление энергетиков с алкоголем**, человек рискует погубить себя.



ВНИМАНИЕ:

Энергетики противопоказаны страдающим от гипертонии, заболеваний сердечно-сосудистой системы, глаукомы, нарушений сна, людям с повышенной возбудимостью и чувствительностью к кофеину, а также детям и беременным женщинам.

Советы взрослым и детям

- Занимайтесь любимым делом, проводите свободное время с пользой в кругу семьи.
- Ведите здоровый образ жизни: занимайтесь спортом.
- Живите в гармонии с собой и окружающими;
- Развивайте свои интересы и таланты.
- Избегайте ситуаций, опасных для вашего здоровья и жизни.
- Научитесь говорить «нет!» на предложения попробовать алкоголь или другое психоактивное вещество.
- Пусть ваши семейные отношения будут доверительными и уважительными.
- Если вы не в силах самостоятельно справиться с появившейся проблемой, не бойтесь обратиться за помощью к близким людям и при необходимости к специалистам.



Координаты:

ГАУ ТО «Областной центр профилактики и
реабилитации»,

тел.: (3452) 77-05-52, 77-04-13

Служба семейного консультирования по вопросам
наркозависимости:

г. Тюмень: (3452) 673-673, 22-78-26,

г. Тобольск: (3456) 24-50-50

www.ocpr72.ru

ГБУЗ ТО «Областной наркологический диспансер»,

тел.: (3452) 46-15-47, 46-86-17, 21-61-52