

# АЛКОГОЛЬ – БЕДА 21 ВЕКА



# Цифр

В Россию водку завезли в 1428 году, и сразу же запретили до 16 века. Первый питейный дом появился **в** Иване Грозном, в 1565 году, и был единственным на Руси.

**Пьянство в народе считалось постыдным**

Границей потребления спиртного, после которой начинается деградация общества, является потребление алкоголя 8 литров на человека в год (ВОЗ).

В России количество алкоголя на душу населения:

1900 год – 3 литра в год; 1913 год – 4,7литра; сегодня – 18 литров.

**В дореволюционные годы 43% мужского населения в стране оставались абсолютными трезвенниками. К 1979 году доля непьющих мужчин сократилась до 0,6%**

**В начале 20 века соотношение мужского пола и женского, которые страдали от зависимости к спиртным напиткам не было больше 12 к 1. На данный момент положение абсолютно поменялось.**

**Женщины являются 1/5 частью зависимых от алкоголизма людей.**

АЛКОГОЛ ЯВЛЯЕТСЯ  
РАСТВОРИТЕЛЕМ!

ОН РАСТВОРИТ



БРАКИ,

ДРУЖБУ  
СЕМЬИ, РАБОЧЬИ

МЕСТА  
ПЕЧЕНЬ И

НО ТОЛЬКО НЕ  
ПРОБЛЕМЫ



# МИФЫ И ПРАВДА

## О АЛКОГОЛЕ

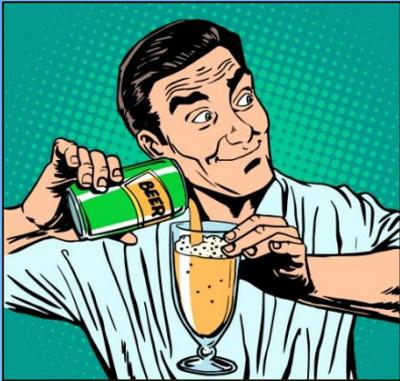


# Миф №1. Алкоголь снимает стресс.

**Правда:** Алкоголь создает лишь иллюзию снятия напряжения. На самом деле напряжение в мозге и во всей нервной системе сохраняется. Когда состояние опьянения пройдет, напряжение может усилиться еще больше, чем до принятия алкоголя.



## Миф № 2. Пиво менее вредно, чем



**Правда.** На самом деле вред человеческому организму наносят не вино, пиво или водка, а содержащийся в этих изделиях этиловый спирт, который одинаков во всех алкогольных изделиях. Главное, сколько этилового спирта попадает в организм. В силу своей дешевизны, доступности и кажущейся безвредности пиво даже более опасно, чем крепкие алкогольные напитки. Оно так же, как и водка, ведет к развитию алкоголизма.



## Миф № 3 С помощью алкоголя можно быстро согреться



**Правда.** Организм под влиянием алкоголя утрачивает естественную чувствительность к холоду. У выпившего человека наступает паралич кожных сосудов – они расширяются, приток крови к коже усиливается. Человеку кажется, что становится теплее. Но это не так. В реальности нагревается только кожа, а температура тела, наоборот, понижается. Вот почему некоторые алкоголики замерзают насмерть

# Миф №4 Качественный алкоголь не

**вреден.** Любой алкоголь оказывает на организм токсическое действие. Это обусловлено тем, что один из продуктов распада этилового спирта – уксусный альдегид. Именно этот компонент – самый опасный для человека.



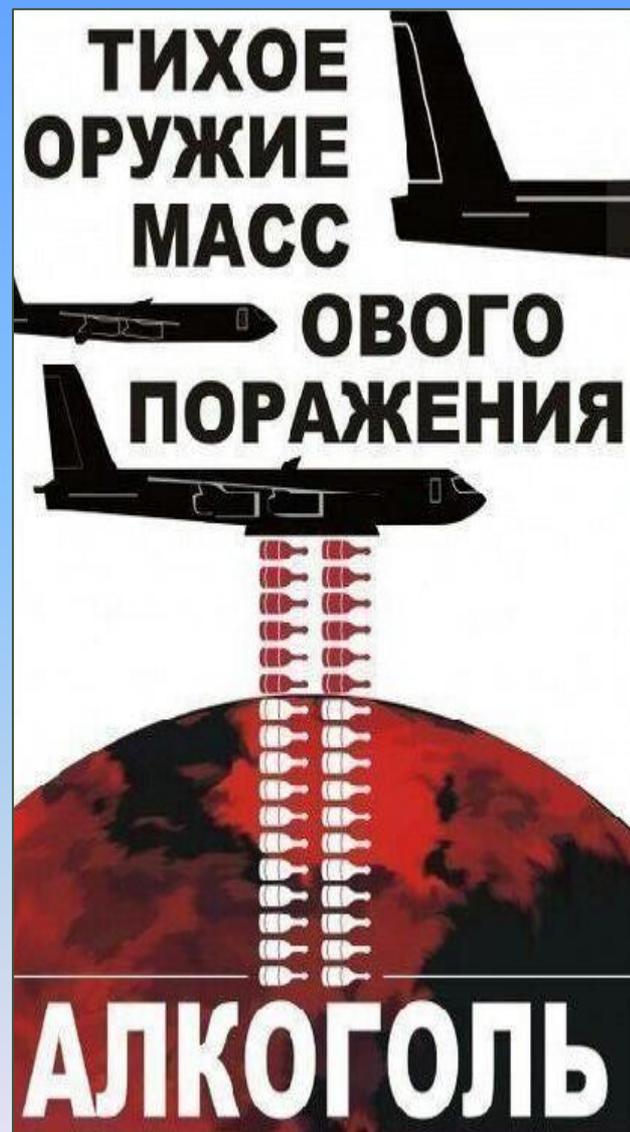
# Миф №5 После принятия алкоголя лучше

**спится**

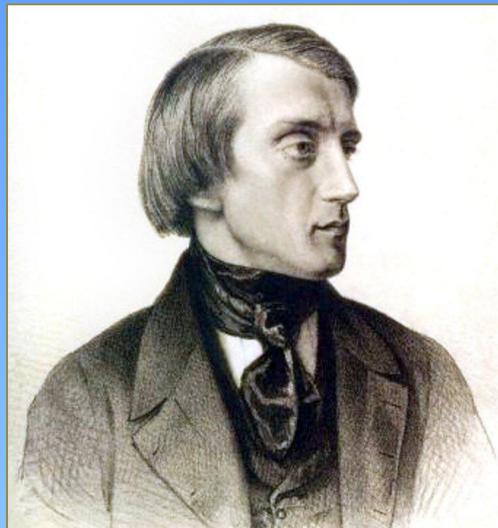
**ПРАВДА.** Многие полагают, что, «пропустив» перед сном рюмочку-другую, будут спать как младенцы. Однако американские ученые из Национального института по проблемам сна пришли к выводу: крепкий сон и алкоголь — несовместимы. Действительно, у некоторых людей алкогольные напитки, особенно пиво, вызывают вялость и сонливость. Но такой сон не глубокий и не позволяет организму полноценно отдохнуть. Более того, впоследствии привычка засыпать «под мухой» может привести к бессоннице.



Алкоголь наносит страшный удар по всему организму человека. Печень, желудок, сердце, мозг, половая система – все это получает сильнейший удар при употреблении спиртного.

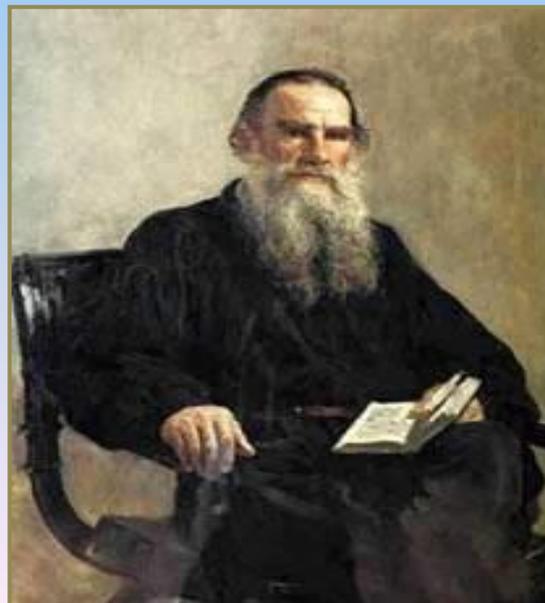


**В. Белинский.** Пьют и едят все люди, но пьянствуют и обжорствуют только дикари.



**А. Чехов.** Водка белая, но краснит нос и чернит репутацию.

**Л. Толстой.** Пьянство заглушает голос совести.





РЕШАЙ СЕГОДНЯ, КАКИМ  
ТЫ БУДЕШЬ ЗАВТРА  
**НЕ ПЕЙ!**