

Влияние алкоголя на организм человека

Алкоголь в любых дозах:

- нарушает обмен веществ в организме;
- снижает активность работы всех органов и систем организма;
- подавляет интеллект, инициативность, творческие способности;
- снижает интерес к социальной деятельности;
- подавляет чувства гордости, чести, ответственности;
- формирует стандартность мышления;
- подавляет человека физически и нравственно;
- повышает риск рождения детей с патологиями.



**Безвредных
доз алкоголя
нет !**

Алкоголь - это опасно!

Алкоголь — это психоактивное вещество, вызывающее зависимость.

Алкоголь быстро всасывается в кровь, а в органах и тканях задерживается до 15 – 20 дней даже после однократного приема. Если содержание алкоголя принять за единицу, то в головном мозге оно будет составлять 1,75, а в печени – 1,45.

Повышенная концентрация алкоголя (яда) в коре головного мозга приводит к разрушению нервных клеток, вызывая патологические изменения деятельности нервной системы.



Количество употребляемого алкоголя и состояние здоровья находится в прямой зависимости. Чем больше выпито, тем больше наносимый вред. Нарушается:

работа всех внутренних органов, особенно головного мозга, сердца, печени, поджелудочной железы, почек

гормональный баланс

репродуктивная функция (может развиваться бесплодие у женщин и импотенция у мужчин)

умственная и физическая работоспособность

Со временем обычная доза перестает вызывать чувство удовольствия, и человек увеличивает количество потребляемого алкоголя, что происходит порой постепенно и незаметно для самого человека. У систематически пьющего человека появляется физиологическая зависимость, и он уже не может жить без того, чтобы не принимать алкоголь ежедневно – развивается алкоголизм.

Переход от пьянства к алкоголизму составляет у мужчин 8 лет, а у женщин – 7 лет. Тяга к спиртному, перерастающая в болезнь, в разрушительный недуг, мешает человеку жить и работать нормально, так, как позволяли бы ему способности, таланты.

Проявления алкогольной зависимости:

постоянная потребность в алкоголе

деградация личности, агрессивность, криминализация, снижение интеллекта

потеря работы, разрушение семьи



Помните! Употребление алкоголя

беременными женщинами опасно для здоровья будущего ребёнка (могут возникнуть психические, физические дефекты, которые останутся на всю жизнь)

детьми и подростками вредит формированию всех систем и органов и приводит к скоротечной алкоголизации

увеличивает количество несчастных случаев и автодорожных аварий



У Вас есть проблемы? Психологи и наркологи помогут Вам. Альтернатив алкоголю множество, необходимо увидеть, найти и поверить, главное – желание.

Откажитесь от употребления любого алкоголя – это положительно скажется на вашем здоровье, самочувствии, работоспособности!

Научитесь говорить НЕТ!



И ежу должно быть ясно, что курить и пить опасно!





АЛКОГОЛЬ РАЗРУШАЕТ ТЕБЯ!

ЧТО ЭТО ТАКОЕ?

АЛКОГОЛИЗМ — это тяжёлая болезнь, которая характеризуется пристрастием к употреблению алкогольных напитков с формированием сначала психической, а затем и физической зависимости.

АЛКОГОЛЬ — сильнейший яд нейротоксического действия.

Алкогольное опьянение — острая интоксикация.



АЛКОГОЛЬ ПРИЧИНА МНОГИХ ПРЕСТУПЛЕНИЙ

Люди, испытывающие тягу к спиртному, нарушают закон чаще других. Выпьявший человек видит себя невменяемым. Результатом ослабленной самоконтроля может стать причинение вреда собственному и здоровью окружающих людей.

Протрезвевший наутро человек не может объяснить вчерашнее агрессивное поведение. При этом преступление, совершенное по причине алкоголизма, не является смягчающим обстоятельством. Человек понесёт уголовную и административную ответственность за свои поступки в полной мере.



Алкоголь является причиной многих ДТП, в том числе с летальным исходом!

ВРЕД ДЛЯ ПОДРОСТКОВОГО ОРГАНИЗМА

Очень страшен вред алкоголя для подростка. Спиртное эффективно убивает организм взрослого, окрепшего человека. Что уж говорить про подростка, чей организм не успел окрепнуть. Именно в подростковом возрасте организм наиболее уязвим — полным ходом идет перестройка организма ребенка в организм взрослого человека. И в этот момент по нему наносится страшный удар. Конечно, в этом случае вред алкоголя становится ещё более заметным и страшным.

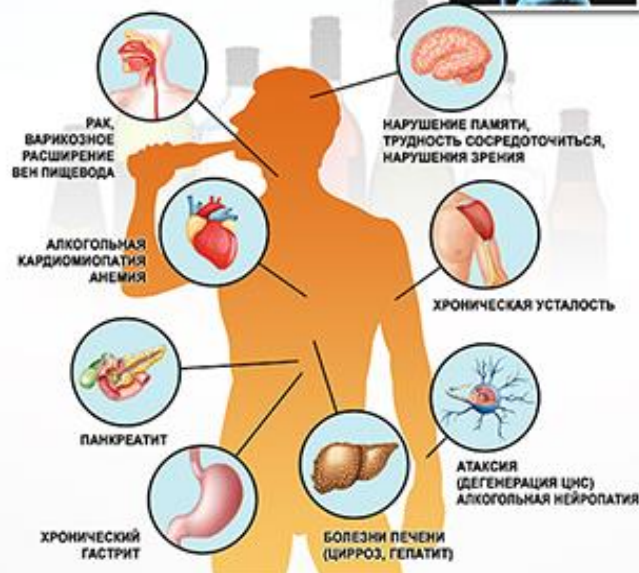
Например, печень в этом возрасте имеет более высокую пропускную способность, а кроме того её структура не успела окрепнуть. В результате заболевания печени могут быть вызваны считанными граммами спиртного. В целом же алкоголь, будь то водка, вино или пиво, наносит удар по всему детскому организму — печени, нервной системе, мозгу, дыхательные пути, снижающие иммунитет.



БЕРЕГИ СЕБЯ - НЕ ПЕЙ!

ВРЕД ВАШЕМУ ЗДОРОВЬЮ

Алкоголь наносит страшный удар по всему организму человека. Печень, сердце, мозг, половая система — все это получает сильнейший удар при употреблении спиртного. Длительное злоупотребление алкоголем приводит к необратимым изменениям внутренних органов. Употребление спиртного сокращает жизнь человека в среднем на 5-15 лет, в зависимости от особенностей организма человека и интенсивности употребления.



АЛКОГОЛЬ - ЭТО ЗАВИСИМОСТЬ!

Алкогольная зависимость всегда формируется у систематически пьющих людей. Алкогольная зависимость относится к числу социально-значимых заболеваний, поскольку злоупотребление алкоголем практически всегда отражается на обществе, семье алкоголика, друзей, близких и на самом алкоголике. Алкоголик постоянно контактирует с другими людьми (на работе, в семье, на улице и т.д.) и от этого страдают окружающие его люди.



ЖИЗНЬ БЕЗ АЛКОГОЛЯ



ТВОЙ ВЫБОР



ПРЕЗВОСТЬ
АБОР **СИЛЬНЫХ!**

Что ты получишь ОТКАЗАВШИСЬ ОТ АЛКОГОЛЯ:

Благополучие в семье, сплоченность членов семьи, хорошее воспитание, отсутствие конфликтов в семье;

Высокий уровень интеллекта, физическое и психическое здоровье, устойчивость к стрессам;

Хороший уровень достатка, обеспеченность жильем;

Регулярное медицинское наблюдение;

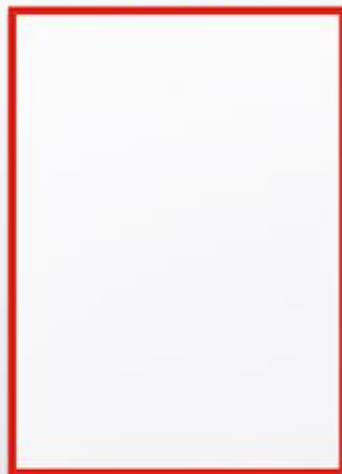
Низкий уровень криминализации в населенном пункте;

Высокая самооценка, способность эффективно решать возникшие проблемы, устойчивость к давлению, умение контролировать эмоции и свое поведение;

Соблюдение общественных норм.

ОТКАЖИСЬ ОТ УПОТРЕБЛЕНИЯ ЛЮБОГО АЛКОГОЛЯ - ЭТО ПОЛОЖИТЕЛЬНО СКАЖЕТСЯ НА ВАШЕМ ЗДОРОВЬЕ, САМОЧУВСТВИИ, РАБОТОСПОСОБНОСТИ!

ВАЖНАЯ ИНФОРМАЦИЯ



Движение АЛКОГОЛЯ В ОРГАНИЗМЕ

АЛКОГОЛЬ, ВСАСЫВАЯСЬ В КИШЕЧНИКЕ, ПОПАДАЕТ С ТОКОМ КРОВИ В ОРГАНЫ И ТКАНИ ЧЕЛОВЕКА. В ПЕЧЕНИ ФЕРМЕНТ АДГ ПРЕВРАЩАЕТ ЕГО В АЦЕТАЛЬДЕГИД, КОТОРЫЙ В 10 РАЗ ТОКСИЧНЕЕ АЛКОГОЛЯ. ПРИ УМЕРЕННОМ ПОТРЕБЛЕНИИ АЛКОГОЛЯ ПЕЧЕНЬ С ПОМОЩЬЮ ДРУГИХ ФЕРМЕНТОВ РАСЩЕПЛЯЕТ АЦЕТАЛЬДЕГИД ДО ВОДЫ И УГЛЕКИСЛОГО ГАЗА.

СПРАВОЧНО: Около 90% принятого алкоголя расщепляется печенью, остальные 10% выводятся почками, легкими, через кожу. Недостаточный синтез печенью фермента АДГ приводит к быстрой передозировке алкоголя. В мышцах человека образуется другой фермент, расщепляющий этанол, - мышечная каталаза. Поэтому интенсивная мышечная работа ускоряет процесс отрезвления.

А
Л
К
О
Г
О
Л
Ь

ОКАЗЫВАЕТ СПЕЦИФИЧЕСКОЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ на определенные системы и структуры мозга, вызывая развитие синдрома зависимости (диагностируется как хронический алкоголизм).

ОБЛАДАЕТ ТОКСИЧЕСКИМ ДЕЙСТВИЕМ практически на все органы и системы.

НЕГАТИВНО ВЛИЯЕТ НА ПОТОМСТВО.

Формирование СИНДРОМА ЗАВИСИМОСТИ

РАЗВИТИЕ ЗАВИСИМОСТИ ОТ АЛКОГОЛЯ СВЯЗАНО С ИЗМЕНЕНИЯМИ НЕЙРОХИМИЧЕСКИХ ПРОЦЕССОВ В ДРЕВНИХ СТРУКТУРАХ МОЗГА, ПРИВОДЯЩИХ К НАРУШЕНИЮ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ЧЕЛОВЕКА:



и алкоголь усиливает выброс нейромедиаторов - переносчиков возбуждения, в первую очередь дофамина (ДА), которые стимулируют «центры удовольствия», вызывая приятные эмоции;

и продукт неполного расщепления алкоголя ацетальдегид способен связываться с избытком ДА и воздействовать на опиатные рецепторы мозга, вызывая эйфорию - радостное восприятие всего, что человек видит и слышит. Память как бы сама отсеивает все заботы и неприятности, все плохое, что может омрачить жизнь. Вспоминаются только приятные события. Человек думает, что он, наконец, по-настоящему счастлив. *Эти ощущения повторяются при каждом употреблении алкоголя и в скором времени становятся основной побудительной причиной для приема очередной дозы спиртного.*

и Через некоторое время из-за отсутствия алкоголя человек начинает испытывать эмоциональный дискомфорт, плохое настроение, вялость, апатию, депрессию. *Постоянное навязчивое желание «выпить» свидетельствует о формировании ПСИХИЧЕСКОЙ ЗАВИСИМОСТИ ОТ АЛКОГОЛЯ.*

и Со временем прекращение поступления алкоголя у этих лиц приводит к накоплению ДА в мозговой ткани, обуславливая развитие основных клинических признаков абстинентного синдрома: тревожности, напряженности, возбуждения, нарушения сна, подъема артериального давления, частого пульса, потливости, тремора рук и др. Прием алкоголя, стимулируя выброс ДА, улучшает состояние человека. *Эти изменения нейрхимических функций мозга являются основой формирования ФИЗИЧЕСКОЙ ЗАВИСИМОСТИ ОТ АЛКОГОЛЯ.*

СПРАВОЧНО: При повышении уровня дофамина в 2 раза развивается тяжелый абстинентный синдром, в 3 раза - белая горячка (алкогольный делирий).

НАИБОЛЬШАЯ ПРЕДРАСПОЛОЖЕННОСТЬ К АЛКОГОЛИЗМУ выявлена у людей, имеющих алкогольиков в первой степени родства. Чем больше родственников вовлечено в пьянство, тем выше риск.

СПРАВОЧНО: Формирование зависимости связано с передаваемым по наследству повреждением примерно 15 генов, в том числе тех, которые отвечают за образование ДА и ферментов, расщепляющих алкоголь и ацетальдегид. Чем больше в крови содержится ацетальдегида и чем меньше образуется ДА и эндорфинов, тем быстрее формируется зависимость.

БОЛЬШАЯ ПРЕДРАСПОЛОЖЕННОСТЬ ЖЕНЩИН к алкоголизму связана с особенностями физиологии и конституции их организма, со специфичностью некоторых женских гормонов.

УПОТРЕБЛЕНИЕ СПИРТНОГО ДЕТЬМИ И ПОДРОСТКАМИ ПРИВОДИТ К СЕРЬЕЗНЫМ РАССТРОЙСТВАМ ИХ ЗДОРОВЬЯ И ПСИХИКИ, ОЧЕНЬ БЫСТРО (ОТ 6 МЕСЯЦЕВ ДО 2-4 ЛЕТ) ФОРМИРУЯ СИНДРОМ АЛКОГОЛЬНОЙ ЗАВИСИМОСТИ.

Токсическое действие АЛКОГОЛЯ НА ОРГАНИЗМ

ВСЕ ОРГАНЫ И СИСТЕМЫ ОРГАНИЗМА СТРАДАЮТ ОТ ВОЗДЕЙСТВИЯ АЛКОГОЛЯ. НАИБОЛЕЕ УЯЗВИМЫ ЦЕНТРАЛЬНАЯ НЕРВНАЯ СИСТЕМА И ПЕЧЕНЬ. ЕСЛИ СОДЕРЖАНИЕ АЛКОГОЛЯ В КРОВИ ПРИНЯТЬ ЗА 1, ТО В ПЕЧЕНИ ОНО БУДЕТ РАВНО 1,45, А В МОЗГЕ - 1,75.

ПОРАЖЕНИЕ ПЕЧЕНИ. Даже однократный прием больших доз алкоголя приводит к накоплению в печеночных клетках капелек жира, увеличению их размера и снижению функциональной активности. *Постепенно формируется первая (обратимая) фаза поражения печени - ожирение. Дальнейшее потребление алкоголя приводит к необратимому процессу - циррозу печени.*

ПОРАЖЕНИЕ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ. Алкоголь блокирует фазу быстрого сна, нарушая энергетический баланс мозговых структур, что приводит к крайней усталости, раздражительности, превращает человека в одержимого бредом психопата.

Регулярное потребление алкоголя приводит к высокому риску развития инсульта, к дистрофии и некрозу нервных клеток, захватывая постепенно всю кору головного мозга.

При поражении клеток лобных долей развивается алкогольная деградация личности (лобный синдром), клеток мозжечка - неустойчивая походка с широко расставленными ногами, частые падения, атаксия (синдром мозжечковой деградации), периферической нервной системы - нейропатия с постепенной атрофией мышц плечевого пояса, туловища, таза, голени, предплечий (миопатический синдром).

В подростковом возрасте мозговая ткань находится в стадии структурного и функционального совершенствования. Даже однократное употребление спиртного может иметь у подростков самые серьезные последствия.

ПОВРЕЖДЕНИЕ ОРГАНОВ ПИЩЕВАРЕНИЯ.

Постоянное воспаление слизистой полости рта, глотки, гортани, пищевода, желудка и кишечника приводит к нарушению переваривания и всасывания питательных веществ, к истощению организма алкоголика и онкологическим заболеваниям.

Около 75% случаев рака пищевода и 50% рака полости рта, глотки и гортани связаны со злоупотреблением спиртных напитков. Прием более 4 доз алкоголя в день (одна доза эквивалентна 10 граммам абсолютного алкоголя) повышает риск рака полости рта и глотки в 9 раз, хронического панкреатита и сахарного диабета - в 10 раз.