

7 – 13 сентября
Неделя сокращения потребления
алкоголя и связанной с ним
смертности и заболеваемости
(в честь Дня трезвости 11 сентября)



Если вы:

- Употребляете алкоголь ежедневно
- После первой рюмки испытываете непреодолимое желание продолжать пить
- Выпиваете в одиночестве
- Постепенно увеличиваете дозу спиртного
- Все чаще страдаете от дрожания рук, по утрам испытываете тошноту и позывы на рвоту

ЗАДУМАЙТЕСЬ!

Вы в группе лиц,
злоупотребляющих
алкоголем!



Как помочь себе самостоятельно?



Регулярно занимайтесь спортом



Найдите для себя занятие по душе



Отстранитесь от ситуаций, в которых хочется выпить



Планируйте свой день, больше проводите время с родными



Не покупайте алкоголь - мотивируйте себя экономией денег



Не держите алкоголь у себя дома

ПРИЗНАКИ РАЗВИВАЮЩЕГОСЯ АЛКОГОЛИЗМА



ВЫПИВКА В ОДИНОЧКУ



ПРОВАЛЫ В ПАМЯТИ



ТРЕМОР РУК



**АЛКОГОЛЬНЫЕ
«ЗАНАЧКИ»**



**ОТСУТСТВИЕ КОНТРОЛЯ
КОЛИЧЕСТВА ВЫПИТОГО**



**ПРОБЛЕМЫ
СО ЗДОРОВЬЕМ**



**АГРЕССИЯ ПО ОТНОШЕНИЮ
К БЛИЗКИМ**



**ПОТЕРЯ ИНТЕРЕСА
К ЛЮБИМЫМ ЗАНЯТИЯМ**



**ПРОБЛЕМЫ С ЗАКОНОМ
И НА РАБОТЕ**

Эффект
при регулярном
злоупотреблении

7. ЛЕГКИЕ

Кровь насыщает
алкоголем легочные
ткани, откуда небольшая
его часть испаряется
в выдыхаемый воздух

Пневмония

8. СЕРДЦЕ

Сокращение сердечной мышцы
выталкивает венозную кровь
в область легких по малому кругу
кровообращения

Аритмия

Кардиомиопатия

Сердечная недостаточность

5. ПЕЧЕНЬ

Окисляет
~**95%**
выпитого
алкоголя

Кровь устремляется
в правую половину сердца

Алкогольная болезнь печени:
гепатит, цирроз

1. ПОЛОСТЬ РТА

Этанол начинает
метаболизироваться
в ацетальдегид

Разрушается эмаль зубов

Возрастает риск эзофагита
ротовой полости

2. ПИЩЕВОД

Воздействие этанола
на слизистую пищевода

Варикозное расширение вен
пищевода

Нарушение глотательных
функций

3. ЖЕЛУДОК

Начинается
активная
выработка
ферментов

Гастрит

Язвенная болезнь

Поглощает
~**20%**
выпитого
алкоголя

Может попасть
в мозг за одну
минуту

4. ДВЕНАДЦАТИПЕРСТНАЯ КИШКА И ТОНКИЙ КИШЕЧНИК

Поглощают
~**80%**
выпитого
алкоголя

Алкоголь поступает
в капилляры
кишечника
и в воротную вену,
ведущую к печени

Язвенная болезнь

Причины женского алкоголизма

Генетическая предрасположенность

Предрасположенность
способствует развитию
алкоголизма

Влияние стресса и депрессии

Женщины чаще, чем мужчины,
страдают от тревожных
расстройств и депрессии.

Влияние окружающей среды и общества

Подражание родителям
на ранних этапах жизни,
друзьям, супругу

Психологические причины

Алкоголь, как способ
избежать проблем
и расслабиться



Клинические проявления ФАС

1. Отклонения со стороны ЦНС
(структурные,
неврологические или
функциональные изменения)

Diagnostic Guide for
Fetal Alcohol Spectrum Disorders
The 4-Digit Diagnostic Code

2. Дефицита роста и/или веса;

3. Лицевая дизморфия
(сглаженный носогубный
желобок, тонкая кайма верхней
губы и короткие глазные щели).



Для развития
будущего ребёнка
опасно состояние
опьянения и в
момент зачатия.

Сила
повреждающих
воздействий
непредсказуема:
от лёгких
нарушений до
тяжёлых
поражений
органов будущего
ребёнка.



Действие алкоголя на организм подростка

- Ведь влияние алкоголя на подростка, его неокрепший, еще только формирующийся организм, порой бывает смертельно опасно. Сколько упоминаний о коматозных состояниях подростков, и даже о летальных исходах, спровоцированных алкоголем. Это — последствия халатного отношения к собственным детям, неумения по достоинству оценить коварного и опасного врага — алкоголь и его влияние на подростка.



Осторожно - контрафакт!

Последствия употребления суррогатного алкоголя



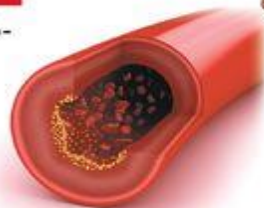
Сетчатка глаза

Самым опасным «компонентом» контрафактного спиртного является метанол, и первым от его удара страдает сетчатка глаза. Достаточно всего 5 мг метанола, чтобы перед глазами человека замельтешили чёрные пятна или «мушки».

10 мг достаточно, чтобы через 12 часов наступила полная и необратимая слепота.

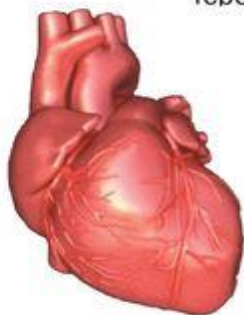
Сосуды

Токсическое отравление организма метанолом приводит к резкому росту артериального давления. Это может привести к разрыву сосудов и инсульту, параличу, полной потере речи.



Сердце

Токсический «удар» приводит к гибели клеток сердечной мышцы - миокарда. Именно поэтому тяжёлое похмелье после «палёной» водки нередко приводит к инфарктам, а также нарушению сердечного ритма.



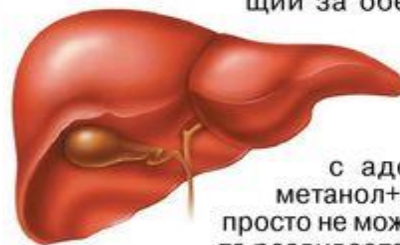
Головной мозг

Ещё один смертельный компонент суррогата - альдегиды. Именно из-за них «палёная» водка имеет резкий, неприятный «резиновый» запах. Альдегиды являются сильнейшими нейротоксинами, то есть ядами, убивающие нервные клетки, в первую очередь головного мозга.



Печень

Печень - главный орган, отвечающий за обезвреживание токсических продуктов организма. Однако справиться с адовой смесью метанол+альдегиды она просто не может. В результате развивается токсический гепатит. Коварство его в том, что он может проявиться только через несколько недель после приёма суррогата и практически не поддаётся лечению.



Репродуктивная система

Диметилловый эфир, содержащийся в крекин-спирте, является сильнейшим канцерогеном, то есть ядом, изменяющим генокод в половых клетках. Отсюда - рост вероятности рождения неполноценных детей с уродствами. Причём особенно сильно страдает именно женская половая система.

Не перейти опасную черту!

Для многих рюмка-другая «хорошего» алкоголя – просто средство расслабиться, поднять настроение, провести приятный вечер в хорошей компании. Но алкоголь – коварный наркотик, который вызывает быстрое привыкание и зависимость.



Скажи алкоголю «НЕТ»!



4000

Россиян погибают в
«пьяных» авариях за год

2,5 млн

человек ежегодно погибает
от алкоголя в России