

ФАКТОРИ, ЯКІ РУЙНУЮТЬ

ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ

1.АЛКОГОЛИЗМ

Алкоголизм – хроническое заболевание, обусловленное систематическим, частым и неумеренным употреблением спиртных напитков.

Стадии развития алкоголизма

Начальная (доалкогольная)	Человек начинает употреблять спиртные напитки чаще обычного, но стойкая тяга к алкоголю у него еще не закрепилась
Угрожающая (пороговая)	Человек уже достаточно сильно пристрастился к спиртному, но у него есть еще возможность остановиться.
Критическая	Употребление алкогольных напитков для человека становится потребностью, которая может стать необратимой.
Хроническая (полный алкоголизм)	Неспособность человека контролировать свои действия и поступки; частые и продолжительные запои; тяжелое опьянение с потерей сознания, а иногда и с остановкой дыхания.

Последствия злоупотребления алкоголем

Для здоровья человека:

- ▶ нарушение нервной системы;
- ▶ нарушение деятельности сердечно – сосудистой системы;
- ▶ расстройство работы органов пищеварения;
- ▶ снижение сопротивляемости организма многим инфекционным и простудным заболеваниям.

Для социального положения человека:

- ▶ Снижение эффективности труда, утрата профессиональных навыков;
- ▶ Утрата нравственных регуляторов поведения (совесть, долг, достоинство, ответственность, тактичность);
- ▶ Безответственные действия, приводящие к травмам и несчастным случаям в быту, на транспорте и производстве.

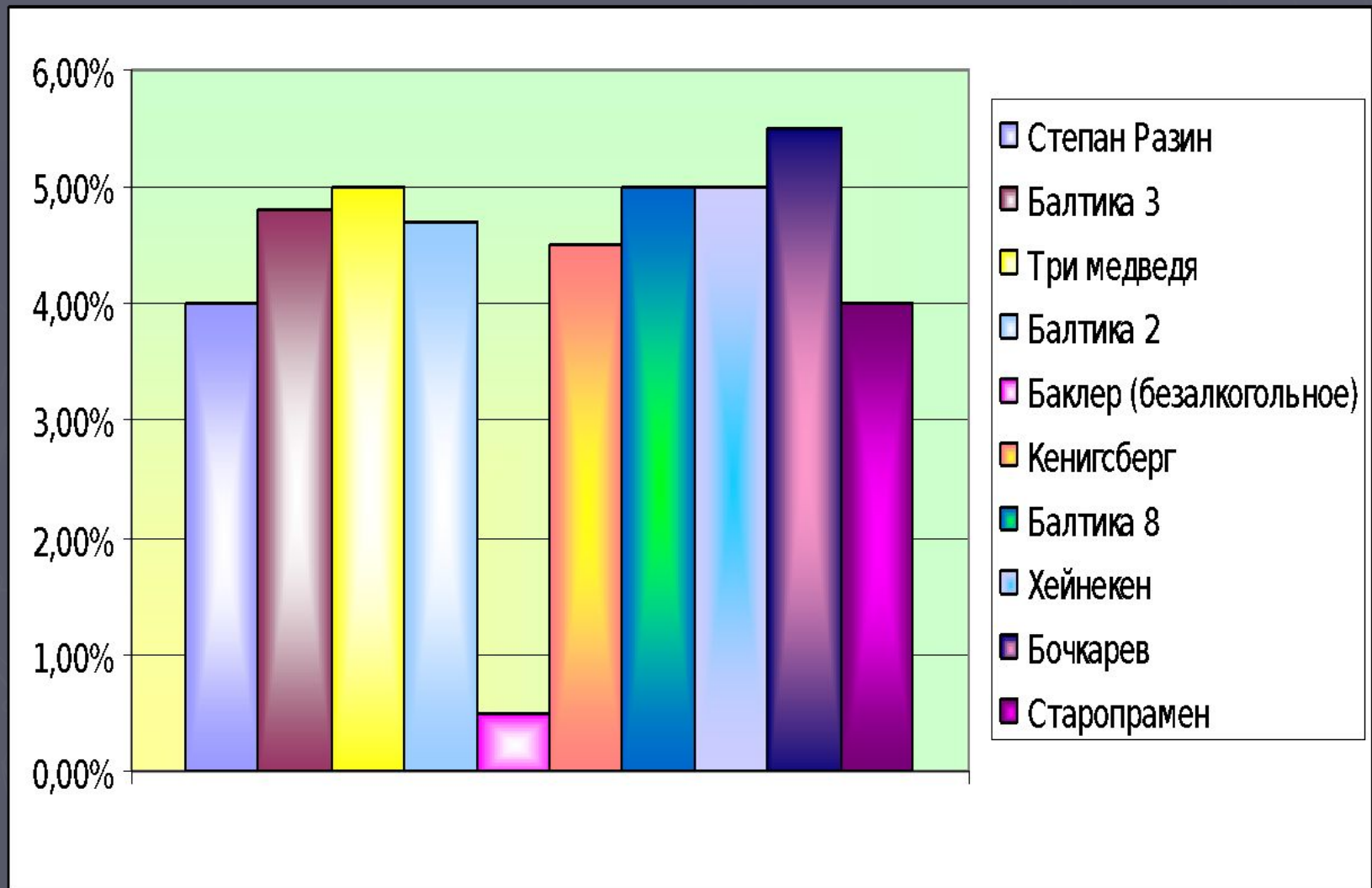
Правда о пиве.

Многие считают, что употребление пива совсем не вредно, а даже полезно. Пиво не считают алкогольным напитком, и именно с него начинается алкоголизация молодёжи.

Содержание водки и спирта в различных сортах пива.

Название пива	Процент алкоголя	Количество спирта (мл)	Количество водки (мл)
Степан Разин	4%	20,0	50.0
Балтика 3	4,8%	24,0	60.0
Три медведя	5%	25,0	62,5
Балтика 2	4,7%	23,5	58.8
Баклер (безалкогольное)	0,5%	2,5	6,25
Кенигсберг	4.5%	22,5	56,3
Балтика 8	5%	25,0	62,5
Хейнекен	5%	25,0	62.5
Бочкарев	5,5%	27,5	68,8
Старопрамен	4%	20,0	50.0

Процент содержания алкоголя в различных сортах пива.



*Задумайтесь, так ли безобидно
пиво!?*

*Стоит ли тратить свою жизнь на
такое опасное удовольствие*



Внимание!

Злоупотребление алкоголем сокращает жизнь на 10 – 15 лет.

Лучший способ профилактики алкоголизма – трезвый образ жизни!

Продажа алкогольной продукции лицам моложе 18 лет преследуется по закону!

2. Наркомания

Наркомания – болезнь, характеризующаяся непреодолимым влечением к наркотикам, вызывающая в малых дозах эйфорию, в больших – оглушение, наркотический сон, смерть.

Стадии формирования наркотической зависимости

Начальная	Желание просто попробовать наркотик, стремление убежать от трудностей, потребность сделать жизнь более интересной.
Осознанное привыкание	Планирование приема наркотиков, наркотики становятся необходимым атрибутом отдыха.
Формирование зависимости	Наркотики не приносят удовольствия, а употребляются для приведения организма в норму; возникают проблемы со здоровьем; теряется контроль над поведением.
Завершение формирования зависимости	Постоянная потребность в наркотиках; большинство наркоманов, дошедших до этой стадии, погибают от передозировки.

Действие наркотиков

На физическое состояние человека:

- Общее истощение;
- Раннее поседение и полысение;
- Разрушение зубов;
- Расстройство работы внутренних органов, прежде всего сердца и легких;
- Формирование слабоумия и общая деградация личности
- Нарушение походки и координации движений.;

На психическую деятельность человека:

- Резко сужается круг интересов;
- Падает морально – этический уровень;
- Мышление теряет логическую связь, появляются элементы бреда;
- Развиваются рассеянность, забывчивость, переходящие в глубокую потерю памяти;
- Грубость, злобность, необузданность, жестокость.

Внимание!

Самый надежный способ профилактики наркомании – решительный отказ от первого приема наркотика!

Несанкционированная продажа, распространение и хранение препаратов, содержащих наркотические вещества, преследуется по закону!

3. Табакокурение

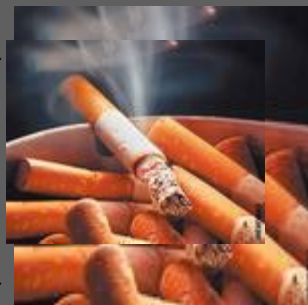
Табакокурение – наиболее распространенная вредная привычка, отрицательно влияющая на здоровье курильщика и окружающих людей.

Предначальная	Человек курит от случая к случаю не более 2 – 5 сигарет в день; привыкание к табаку отсутствует.
Начальная	Человек испытывает нестойкое влечение к табаку, выкуривает 5 – 10 сигарет в сутки, может бросить курить самостоятельно.
Развернутая	Человек выкуривает 15 – 20 сигарет в сутки, у него формируется физическая зависимость, при попытке бросить курить у него развивается тяжелое физическое и психическое состояние.
Тяжелая	Человек выкуривает 40 – 50 сигарет в сутки, часто натошак и среди ночи; ощущает непреодолимое влечение к табаку; нередко необратимые изменения в нервной системе, внутренних органах и кровеносных сосудах.

Наиболее опасные для организма человека компоненты табачного дыма.

Никотин – один из самых опасных ядов, по ядовитости равен синильной кислоте.

Синильная кислота –сильнейший яд,
блокирует клеточное дыхание



Аммиак – разрушает слизистую
оболочку рта.

Табачный деготь – способствует
развитию злокачественных опухолей.

Угарный газ – резко уменьшает
Содержание кислорода в крови.

Мышьяк - сильный канцероген, способствует развитию рака кожи.

Внимание!

**Наиболее эффективный способ профилактики табакокурения
полный и категорический отказ от табака.**

4. Болезни, передаваемые половым путем.

Болезни, передаваемые половым путем – это инфекционные заболевания, объединенные в одну группу по преимущественному способу заражения.

Название и инкубационный период	Условия передачи инфекции	Симптомы	Возможные последствия
Гонорея 3 – 5 дней	При половом контакте. Через предметы домашнего обихода.	У мужчин : жар, жжение, выделения. У женщин: выделение, зуд. Симптомы быстро проходят.	Бесплодие, поражение сердца и суставов.
Сифилис 3 – 4 недели	При половом контакте. Через предметы домашнего обихода. Опасности подвергаются члены семьи.	Появление безболезненной язвы, увеличение лимфатических узлов, появление сыпи.	Развитие паралича, слабоумие, рождение детей с пороками развития.
Трихомониаз 5 – 15 дней	При половом контакте. Через предметы домашнего обихода. От больной матери к новорожденному.	У мужчин: бессимптомно. У женщин: Выделение, зуд, жжение.	Воспаление внутренних половых органов, бесплодие.
Герпес Находится в организме бессимптомно	При половом контакте.	Боли внизу живота и в паху. Покраснение, появление пузырьков.	Повторения и рецидивы.
Кандидоз Находится в организме бессимптомно	При половом контакте.	Зуд, жжение, болезненность половых органов, выделения (у женщин).	Длительное течение. Повторные обострения.

Меры профилактики

Соблюдение правил личной гигиены;
Отказ от случайных половых связей;
Безопасное сексуальное поведение;
Немедленное обращение
(в первые 2 часа) в кожно –
венерологический диспансер.

Запомни!

После болезней
передающихся половым
путем не возникает
иммунитета!

Внимание!

Заражение заболеваниями, передаваемыми половым
путем, других лиц согласно уголовному кодексу
является уголовным преступлением и наказывается
штрафом или лишением свободы на срок до двух
лет!