

Алкоголь



"Питие на Руси
веселье есть"
(князь Владимир, 988г.)



Что такое алкоголь?

Этанол (этиловый спирт)

$\text{C}_2\text{H}_5\text{OH}$ - используется как средство для улучшения настроения, а также в качестве растворителя, антифриза, дезинфицирующего средства и моторного топлива.



Действие алкоголя при различной концентрации в крови

Промилле	Эффект
0,2	Ощущение тепла, возможно легкое ощущение напряжения.
0,5	Снижение точности моторики, приподнятое настроение, нарушение психологического механизма сдерживания.
0,8	Размашистые движения, громкая речь. Запах алкоголя.
1,0	Невнятная речь, замедленная реакция, снижение контроля над мышечной деятельностью. Несдержанность, отсутствие контроля над своими эмоциями.
1,5	Нарушение равновесия, вплоть до падений, явное состояние опьянения.
2	Нечленораздельная речь, неспособность сохранять вертикальное положение, двоение в глазах.
3	Отсутствие реакции на внешние раздражители (ступор).
4	Потеря сознания (кома), угнетение дыхания.
4-7	Смертельная доза алкоголя. Тяжелое алкогольное отравление.

Промилле

- 1 промилле означает, что на 1000 частей крови приходится одна часть алкоголя.
- 1 промилле примерно соответствует 150 граммам водки, 0,5 литров вина или 4-5 банкам крепкого пива.

Толерантность

Привыкание к алкоголю



Вредные последствия употребления алкоголя:

- Гастрит и язва желудка,
- Диабет,
- Нарушение работы печени и поджелудочной железы, мышечная слабость и боли в спине,
- Кожные и инфекционные заболевания,
- Преждевременный износ сердечной деятельности: существует специфическое заболевание - «алкогольная кардиомиопатия»,
- Белковая недостаточность, авитаминоз,
- Изменения психики: нарушение работоспособности, памяти и сна, приступы ревности, высокая вероятность самоубийств и несчастных случаев,
- Отражается на окружающих людях: ДТП, преступления, семейные трагедии,
- Социальные последствия: потеря работы, жилья, семьи и друзей.

Однако

Несмотря на все отрицательные последствия алкоголизма в России зарегистрировано около 3 миллионов алкоголиков. По оценкам экспертов не менее 10 миллионов человек являются алкоголиками (при населении 147 миллионов). Ежегодно в стране более 45 000 россиян умирает от фальсифицированной водки и еще больше от заболеваний, связанных с алкоголизмом.

Исследования показывают, что 87% девочек и 82% мальчиков уже в школе пробовали алкоголь.

Алкоголь приводит к зависимости

```
graph TD; Title[Алкоголь приводит к зависимости] --- Bar[ ]; Bar --- Dependence[зависимость]; Dependence --- Physical[физическая]; Dependence --- Psychological[психическая];
```

зависимость

физическая

психическая

Физическая зависимость

Если при регулярном употреблении возникает перерыв, возникает состояние абстиненции: дрожь, сердцебиение, повышение артериального давления, чувство тоски и беспокойства, бессонница.

Это состояние можно облегчить с медицинской помощью, оно обычно проходит через несколько суток.

Психическая зависимость

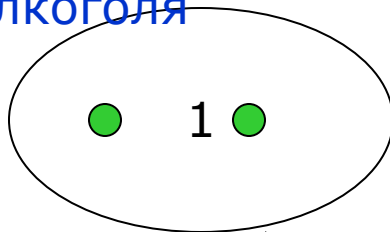
Человек очень быстро привыкает к состоянию опьянения, так как алкоголь стимулирует в мозге «центр удовольствия».

Состояние опьянения становится главной целью и содержанием жизни, вытесняя все прочие интересы. Освободится от этой зависимости очень нелегко.

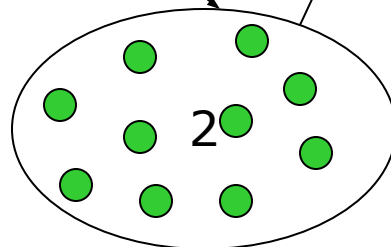
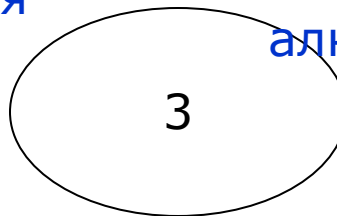
Для избавления от психической зависимости существуют специальные центры реабилитации алкоголиков, а также ассоциации Анонимных алкоголиков («АА»), куда люди ходят много лет.

Почему человек становится зависимым от алкоголя?

клетка до употребления
алкоголя



клетка при отказе от
алкоголя



клетка после
употребления

● - молекула спирта.

В малых количествах
алкоголь улучшает
дыхание клетки и
увеличивает обменные
процессы

НО!

Привыкание возникает
незаметно, болеет
каждая клеточка
организма, а человек
этого не осознает.

Чем раньше происходит
знакомство с алкоголем,
тем большие проблемы
он вызывает в будущем!



В России

- Потребление алкоголя возросло после 1991г. В связи с бурным развитием рыночной экономики.
- За последние года средняя продолжительность жизни у мужчин снизилась с 63,8 до 57,6 лет. Основная причина – употребление алкоголя.
- Россия занимает одно из первых мест в Европе по количеству ДТП, связанных с употреблением алкоголя.

Государственные меры против алкоголизма:

- Официально запрещено продавать алкоголь лицам, не достигшим 21 года,
- В 1995 году введены ограничения на производство алкоголя, введена система лицензирования,
- Введены пошлины на ввоз алкогольной продукции, ужесточены требования к магазинам, осуществляющим продажу этих напитков,
- Крепкие спиртные напитки запрещено продавать после 24.00,
- Запрещено распивать крепкие спиртные напитки в общественных местах,
- В настоящее время в Государственной Думе проходит проект о запрещении употребления пива в общественных местах.

Что **ТЫ** выбираешь?

**Затуманенное
сознание,
болезни,
несчастные случаи,
несчастье близких
тебе людей**



**Ясность сознания,
трезвость мысли,
здоровье,
перспективы,
долгую жизнь,
радость близких**