

ВРЕД АЛКОГОЛЯ

Алкоголь, проникая в организм, оказывает чрезвычайно пагубное воздействие на все органы, ткани, вплоть до их разрушения. Алкоголизм нередко является причиной развития онкологических заболеваний. Кроме того нужно помнить, что алкоголь снимает психологические, нравственные барьеры, высвобождая низменные инстинкты. Ослабляет волю, самоконтроль, вследствие чего люди совершают такие проступки, делают такие ошибки, после которых раскаиваются всю оставшуюся жизнь.



Влияние алкоголя на организм подростка

- Вред алкоголя для подростков выше, чем у взрослого организма, так как ребенок находится на стадии формирования. Вред алкоголя для подростков проявляется в торможении роста, задержке развития психических и половых функций, мышц, влияет на внешний вид человека. Подростковый алкоголизм развивается в 5-10 раз быстрее, чем у взрослых людей. Особенно следует выделить вред алкогольных энергетиков, которые кажутся безобидными. Однако это не так, они содержат этанол и могут представлять угрозу для жизни ребенка.





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.

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

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



Помните! Употребление алкоголя

беременными женщинами опасно для здоровья будущего ребенка (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!



ПОМНИТЕ!

Курение вредит Вашему здоровью!

Мышьяк

Мышьяк и все его соединения крайне ядовиты. Смертельная доза мышьяка 50-170 мг.

Метан

Газ без цвета и запаха. Не ядовит, но провоцирует развитие болезней лёгких, т.к. замещает собой кислород необходимый для дыхания.

Клей

Растворители которые составляют основу современных клеев, при сгорании выделяют множество летучих веществ представляющих огромную опасность для здоровья. Фенолы, альдегиды, ацетон и прочие вещества, обладают выраженным канцерогенным и токсическим эффектом.

Кадмий

Соединения кадмия ядовиты. Особенно опасным случаем, является вдыхание паров его оксида (CdO). Вдыхание в течении одной минуты воздуха, с содержанием в нём $2,5 \text{ г/м}^3$ окиси кадмия, или 30 секунд при концентрации 5 г/м^3 . — **СМЕРТЕЛЬНО!!!**

Гексамин

Его применение в больших дозах может вызвать раздражение желудка или мочевого пузыря.

Метанол

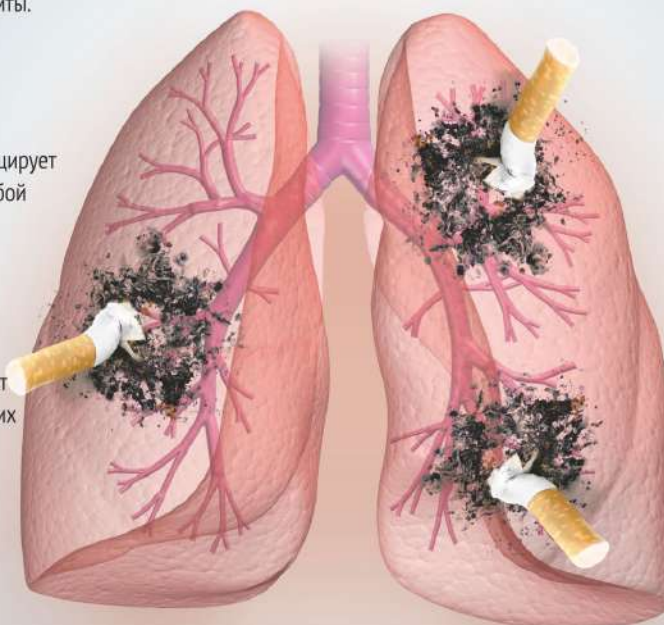
Метанол — яд, действующий на нервную и сосудистую системы. Прием внутрь 5–10 мг. метанола приводит к тяжёлому отравлению, а 30 граммов и более — к смерти.

Никотин

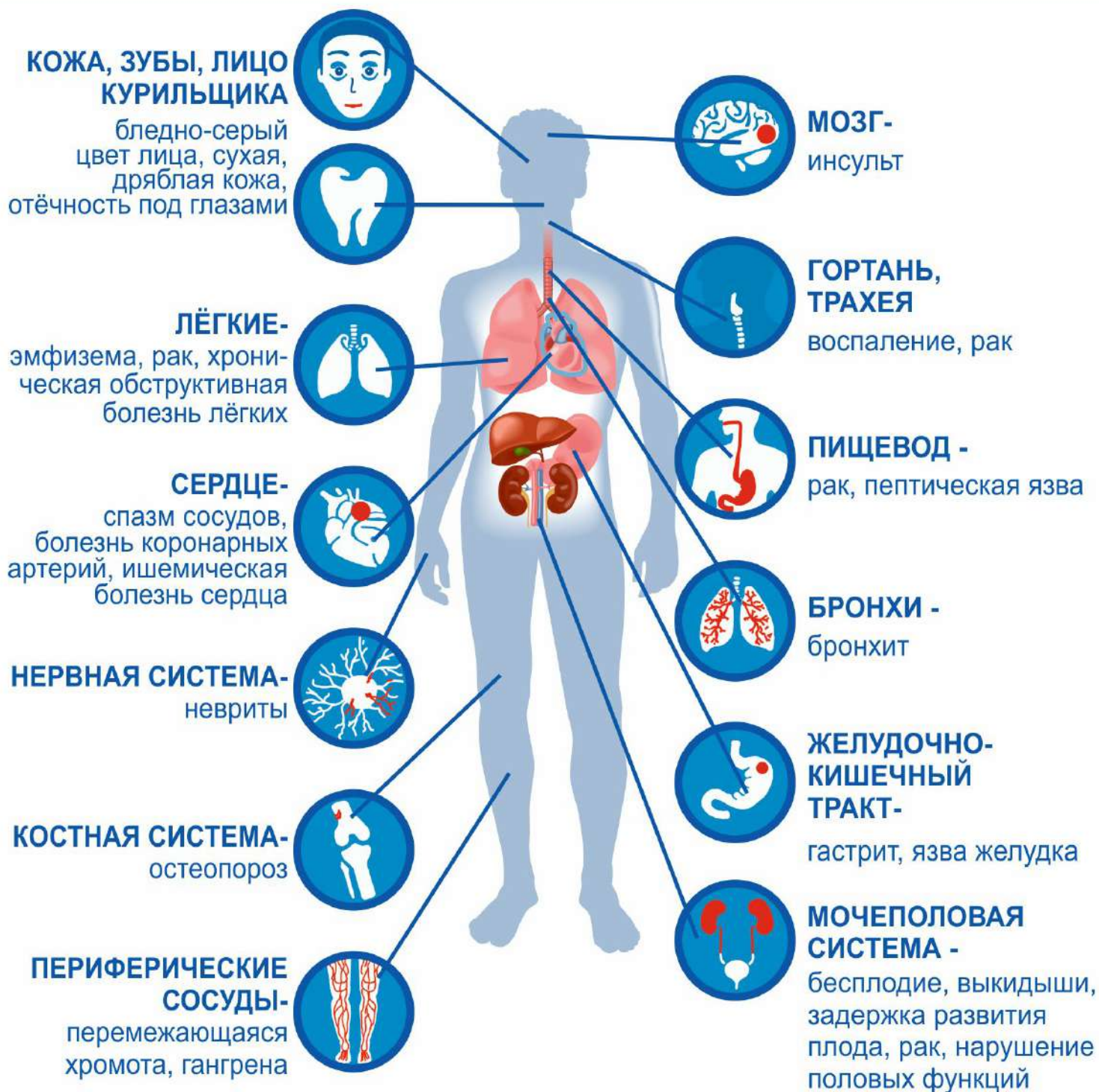
Никотин чрезвычайно токсичен для насекомых и теплокровных животных. Действует как нейротоксин, вызывая паралич нервной системы (остановка дыхания, прекращение сердечной деятельности, смерть). Средняя летальная доза для человека $0,5-1 \text{ мг/кг}$.

Бумага

Современные сорта бумаги отбеливаются хлором, и красятся красками содержащими тяжёлые металлы. Вдыхание дыма, от горения такой бумаги, приводит к накоплению тяжёлых металлов в организме, что в перспективе может вызвать серьёзное отравление.



ВЛИЯНИЕ КУРЕНИЯ НА ОРГАНИЗМ



**ПРИ КУРЕНИИ ТЫ НАНОСИШЬ ВРЕД СВОЕМУ ЗДОРОВЬЮ
И ЗДОРОВЬЮ ОКРУЖАЮЩИХ ЛЮДЕЙ!**



АЛКОГОЛИК ЛИ Я?

ЗДОРОВЬЕ@mail.ru

АЛКОГОЛИЗМ ЭТО:



- **СИСТЕМА**
Каждую пятницу, каждый последний день месяца, каждый праздник.



- **СТЕЛКА**
Употребление всегда до достижения сильного опьянения.



- **ГОРЯЧКА**
Резкое прекращение употребления алкоголя сопровождается сильной дрожью, бредом, галлюцинациями.



- **РАЗДРАЖЕНИЕ**
Если не получается выпить в положенное время (в пятницу или на праздник), возникает ощущение сильного раздражения, тошнота, повышенное потоотделение.



- **ПОХМЕЛЬЕ**
Плохое самочувствие утром (интоксикация).

ПРОВЕРЬ СЕБЯ

Если на протяжении последнего полугодия присутствуют три и более из перечисленных признаков, то вы – алкоголик.



Сильная потребность выпить.



Неспособность контролировать количество выпитого спиртного.



Увеличение дозы алкоголя, необходимой для достижения состояния опьянения (рост толерантности к алкоголю). Затем может наблюдаться ее снижение из-за поражения внутренних органов (II степень алкоголизма).



Тайное употребление алкоголя или выпивка в одиночку.



Постепенное снижение промежутков между употреблением спиртного (например, от одного раза в месяц до четырех).



Употребление алкоголя несмотря на вредные последствия (за рулем, в середине рабочего дня, совмещение спиртного с лекарствами и т.д.).



Употребление спиртного несмотря на предостережение семьи и друзей.



Потеря интереса к любимым занятиям, хобби.

ЗЛУОППОТРЕБЛЕЕНИЕ

Водка



25 г

16 рюмок
24 рюмки

Ликер



50 г

16 бокалов
24 бокала

Виски



50 г

8 стаканов
12 стаканов



Вино

175 г

7 бокалов
10 бокалов



Пиво

500 г

4 кружки
5 кружек

за неделю

© Mail.Ru Group

