

## Неделя отказа от алкоголя

(10.06. -16.06.)



Потребление алкоголя в настоящее время является одним из главных факторов смертности трудоспособного населения. По оценке экспертов, с потреблением алкоголя связаны 69% смертей от цирроза печени, 61% от кардиомиопатии и миокардита, 47% от панкреатита.

Благодаря принятым мерам, потребление алкоголя в нашей стране снижается. Число пациентов с синдромом зависимости от алкоголя, включая алкогольные психозы, значительно уменьшилось.

Не существует безопасных доз алкоголя. Потребление алкоголя – это всегда риск. Нельзя рекомендовать человеку потреблять тот или иной вид алкогольной продукции: безопасный градус – ноль.

Алкоголь – яд, оказывающий подавляющее действие на любую живую клетку, в первую очередь на клетки коры головного мозга. По оценкам ВОЗ, превышение допустимого уровня потребления алкогольной продукции (8 л в год на душу населения) является крайне опасным для здоровья нации и потребление сверх данного предела каждого литра отнимает 11 месяцев жизни у мужчин и 4 месяца у женщин.

Алкоголь циркулирует с кровью по организму, пока не усвоится. При употреблении 0,5 л водки у подростка может наступить смерть.

Недоокисленные продукты алкоголя до 15 суток задерживаются во внутренних органах (мозге, печени, сердце, желудке), и при повторном употреблении алкоголя возникает суммирующее действие.

Алкоголь оказывает психотропное и токсическое действие на организм, вследствие чего эйфория и двигательная активность сменяется заторможенностью.

В переходном возрасте алкоголь тормозит и угнетает правильное развитие органов, систем, функций, особенно интеллекта, творческих способностей, ослабляет память, затрудняет мыслительные операции, вызывает расстройство сна, утрачиваются уже развившиеся способности.