

**АЛКОГОЛИЗМ И ЕГО ВЛИЯНИЕ
НА РАЗВИТИЕ ЗДОРОВОЙ
ЛИЧНОСТИ.**

Проблема употребления алкоголя очень актуальна в наши дни. Потребление спиртных напитков в мире характеризуется огромными цифрами. От этого страдает все общество. Доказано, что алкоголь неблагоприятно действует на все органы, вплоть до их разрушения. При систематическом употреблении алкоголя развивается опасная болезнь – алкоголизм. Все это наносит большой урон обществу и его культурным ценностям.



РЕГУЛЯРНО УПОТРЕБЛЯЮТ АЛКОГОЛЬ 90%
ЖИТЕЛЕЙ РОССИИ. 2% ИЗ КОТОРЫХ –
ХРОНИЧЕСКИЕ АЛКОГОЛИКИ. ЗА ГОД РОССИЯНЕ
ВЫПИВАЮТ 2,5 МЛРД. ЛИТРОВ ЧИСТОГО СПИРТА



Алкоголь из желудка попадает в кровь через две минуты после употребления. Кровь разносит его по всем клеткам организма. В первую очередь страдают клетки **больших полушарий головного мозга**. Ухудшается условно-рефлекторная деятельность человека, замедляется формирование сложных движений, изменяется соотношение процессов возбуждения и торможения в центральной нервной системе. Под влиянием алкоголя нарушаются произвольные движения, человек теряет способность управлять собой.

Проникновение алкоголя к клеткам **лобной доли коры** раскрепощает эмоции человека, появляются неоправданная радость, глупый смех, легкость в суждениях. Вслед за усиливающимся возбуждением в коре больших полушарий мозга возникает резкое ослабление процессов торможения. Каждая новая порция спиртного все больше парализует высшие нервные центры.

Концентрация алкоголя, составляющая **0,2** процента, влияет на области мозга, контролирующие эмоциональное поведение человека. При этом пробуждаются низменные инстинкты, появляется внезапная агрессивность. При концентрации алкоголя в крови **0,3** процента человек хотя и находится в сознании, но не понимает того, что видит и слышит. Это состояние называют алкогольным отупением. Концентрация алкоголя в крови **0,4** процента ведет к потере сознания.



Алкоголизм - болезнь, характеризующаяся психическими и физическими изменениями в организме.

Алкоголизм развивается по такой схеме:

1) Начальная фаза: опьянение с выпадением памяти, «затмение». Человек постоянно думает о спиртном, ему кажется, что выпил недостаточно, он пьет «впрок», у него развивается жадность к алкоголю. Однако он сохраняет сознание своей вины, избегает разговоров о своей тяге к спиртному.

2) Критическая фаза: утрата контроля над собой после первого же глотка алкоголя. Стремление найти оправдание своему пьянству, сопротивление всем попыткам предотвратить его желание выпить. У человека развивается высокомерие, агрессивность. Он обвиняет окружающих в своих бедах. У него начинается запой, его друзьями становятся случайные собутыльники. Он вынужден уйти с постоянной работы, утрачивает интерес ко всему, что не имеет отношения к спиртному.

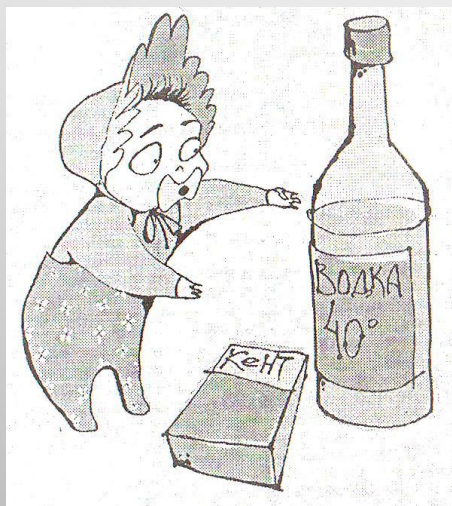
3) Хроническая фаза: ежедневное похмелье, распад личности, помутнение памяти, сбивчивость мысли. Человек пьет суррогаты алкоголя, технические жидкости, одеколон.

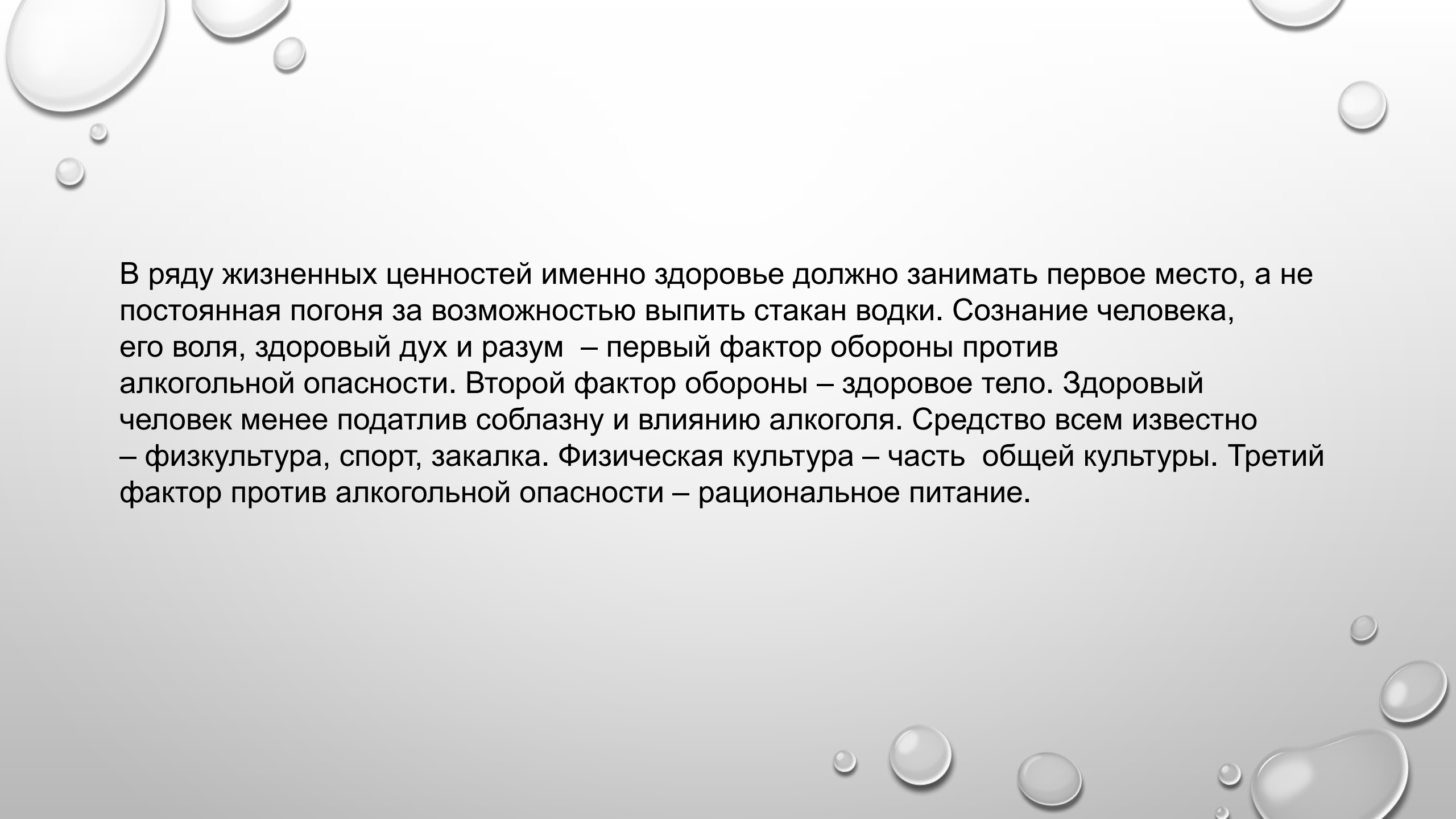
У него развиваются безосновательные страхи, белая горячка, другие алкогольные психозы.

Алкоголь, отрицательно сказываясь на здоровье женщины, нарушает и нормальное функционирование ее половых органов. Употребление спиртных напитков опасно на всем протяжении беременности, так как алкоголь легко проникает от матери через плаценту по кровеносным сосудам, питающим плод. Воздействие алкоголя на плод в последующие месяцы беременности приводит к недоношенности, снижению массы тела, рожденных детей, мертворождению. В медицинской литературе появился специальный термин, обозначающий комплекс пороков у детей, вызванных повреждающим воздействием алкоголя в период внутриутробного развития – алкогольный синдром плода (АСП) или синдром алкогольной фетопатии.



Ученые всего мира на протяжении почти сорока лет все громче и тревожнее заявляют об опасности, которая подстерегает подрастающее поколение – детей, подростков, молодежь. Токсическое воздействие алкоголя прежде всего сказывается на деятельности нервной системы. Даже небольшие дозы алкоголя влияют на обмен в нервной ткани, передачу нервных импульсов. Неоднократное или частое употребление алкоголя оказывает буквально опустошающее воздействие на психику подростка. Второй «мишенью» алкоголя является печень. Именно здесь, под воздействием ферментов происходит его расщепление. Алкоголь нарушает структуру клеток печени, приводя к перерождению ее тканей. При систематических употреблениях спиртных напитков жировые изменения в клетках печени приводят к омертвлению печеночной ткани – развивается цирроз печени.





В ряду жизненных ценностей именно здоровье должно занимать первое место, а не постоянная погоня за возможностью выпить стакан водки. Сознание человека, его воля, здоровый дух и разум – первый фактор обороны против алкогольной опасности. Второй фактор обороны – здоровое тело. Здоровый человек менее податлив соблазну и влиянию алкоголя. Средство всем известно – физкультура, спорт, закалка. Физическая культура – часть общей культуры. Третий фактор против алкогольной опасности – рациональное питание.

The image features a light gray gradient background with several realistic water droplets of various sizes scattered in the corners. The droplets have highlights and shadows, giving them a three-dimensional appearance. The text is centered in the middle of the page.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!