

О злоупотреблении алкоголем

Не банально о злоупотреблении алкоголем

Для осознания зла от употребления алкогольных напитков нужно:

1. полистать тома уголовных дел, совершенных людьми в пьяном состоянии;
2. ознакомиться с историями болезней пациентов психиатрической больницы, заболевших на почве употребления алкоголя;
3. послушать матерей и жен, умоляющих врачей спасти их близких; посетить специальные детские учреждения, где содержатся дети, больные на почве употребления родителями спиртного;
4. полистать протоколы аварий на железнодорожном и автомобильном транспорте, промышленных предприятиях, прямой или косвенной причиной которых явилось спиртное;
5. ознакомиться с расчетами экономического урона семьи, предприятия и страны, наносимого последствиями пьянства и алкоголизма.

А если подсчитать несбывшиеся мечты и неоправдавшиеся надежды, неудавшиеся судьбы и утерянные таланты, загубленные души и изувеченные тела?!

Этапы пристрастия к спиртному:

Приобщение- появление интереса к алкогольным напиткам, знакомство с их вкусом и воздействием, повторные пробы. В первую очередь это осуществляется через традиции и обычаи с употреблением спиртного. Вот как об этом пишет английский поэт Роберт Бернс:

Для пьянства есть такие поводы -

поминки, праздники, встречи, проводы,
крестины, свадьба и развод,
мороз, охота, Новый год,
выздоровленье, новоселье,
печаль, раскаянье, веселье,
успех, награда, новый чин
и просто пьянство без причин.

Сцены с распитием спиртного содержатся в книгах, журналах и газетах, демонстрируются на экранах кино и телевидения, под влиянием чего формируется представление об употреблении спиртного не только как о норме жизни, но и о привлекательности.

Приобщению детей к спиртному способствует любопытство, у подростков и молодежи - стремление к самостоятельности и самоутверждению, подражание взрослым и потребности в общении. Имеют место различного вида принуждения и психологические влияния (рассказы о прелести одурманенного состояния, вызов типа "ты что слабак"; "маменькин сыночек", "паинька" и т.п.). Оказывает влияние также ложный престиж и мода.

Приспособление заключается в преодолении физиологических и социально-психологических барьеров, имеющих место при употреблении спиртного. Физиологические барьеры: головные боли после выпивки, слабость и головокружение, тошнота и рвота, кишечные колики и поносы. Социально-психологические барьеры: пьяным быть неприлично, неодобрительное отношение родных, ухудшение результатов учебы и занятий спортом и т.д.

Привыкание. Постепенно эти "неудобства" преодолеваются, и человек попадает под психологическое воздействие алкоголя – получение мнимого эффекта радости, расслабления, беззаботности, творческого подъема и т.п. Вот как описывает поведение пьяного Абу-ль-Фарадж:

Вначале человек становится похожим на павлина –

он пыжится, его движения плавны и величавы;

Затем он приобретает характер обезьяны –

и начинает со всеми шутить и заигрывать;

Потом он уподобляется льву –

становится самонадеянным, гордым, уверенным в своей силе;

В заключение он превращается в **свинью**

и подобно ей, валяется в грязи.

Пристрастие характеризуется формированием физической зависимости (непреодолимого желания) употреблять спиртное - это уже болезнь. Человека, пристрастившегося к спиртному, характеризует нарушение моральных и юридических норм поведения.

Отказу от употребления спиртного может помочь:

1. побуждение потребности в здоровом образе жизни;
2. свобода от надуманных представлений о пользе и лечебных свойствах спиртного;
3. осознание огромного социального, морального и экономического вреда

от употребления спиртного;

1. раскрытие возможностей интересного и содержательного досуга;
2. убеждение в престижности человека, не употребляющего спиртное;
3. осознание ответственности за нарушения, связанные со спиртным.

Осторожно: пиво!

Пиво для современной молодежи является ритуально-культурным напитком. Ответы молодых людей на вопрос, почему и зачем пьют пиво: чтобы познакомиться, наладить общение, расслабиться, поднять настроение, снять психологические барьеры, получить кайф, убить время, просто так, за компанию, не быть «белой вороной», это модно и клево! Почему именно пиво? Доступно финансово. Можно обойтись без стакана и закуски. Водка - крепко и дорого. «Чернила» - не «алкаши же мы»!

Любители пива ссылаются на его полезные свойства. Да, в пиве содержатся важные для функционирования организма минеральные вещества и соли, оно способствует задержанию и накоплению витамина С в ослабленном организме. Для этого достаточно 20-30 г пива в день. Если из пива удалить часть газа и алкоголь, то оно по своим свойствам соответствует сбалансированному пищевому напитку (подобно кефиру, ряженке, кумысу). В средние века с помощью пива изгоняли камни из почек, боролись с физическим истощением. В народной медицине вместо водочного компресса использовался пивной компресс с медом. Парацельс применял папоротниковое пиво для лечения печени, пиво из шалфея для лечения органов дыхания. Он же предостерегал, что один и тот же продукт в зависимости от вида и количества может быть лекарством или ядом.

При частом употреблении пива резко увеличивается образование мочи, снижается количество минеральных соединений в организме, повышается давление, нагрузка на сердце, сосуды и почки. В пиве содержатся горькие вещества, которые, с одной стороны обладают успокаивающим и снотворным действием, бактерицидными и противогрибковыми свойствами, а, с другой, - чрезмерно стимулируют секреции желудочного сока.

Вследствие легкого усвоения пива, его употребления с орешками, сыром, рыбой появляется лишний вес, «второй подбородок», «пивной живот». Имеются сведения о том, что пиво ослабляет мышцы живота (особенно пресса). Содержащиеся в пиве растительные аналоги женских половых гормонов могут повлиять на общий гормональный фон человека. Мужчина становится похожим на женщину, у женщин появляются мужские черты.

В пол-литровой бутылке пива содержится такое же количество алкоголя, как в 60 грамм водки. Однако опьянение от выпитой бутылки пива значительно быстрее и сильнее. Это вызвано содержанием в пиве газов.

Получает все большее распространение пивной алкоголизм, который лечится намного сложнее. При ежедневном употреблении пол-литра пива на протяжении полугода у 15-25-летних людей организм перестает вырабатывать медиатор радости и удовольствия. Пива уже недостаточно. Тогда водка, «чернила», наркотики... Далее беспросветность, слабоумие, пустые души...

Задумайтесь над этими фактами.

Каждый день, час, минуту мы совершаем выбор.

Пусть ваш выбор будет в пользу здорового образа жизни!

Материал подготовлен СППС УО «ГТАУ»