

Алкоголизм – опасная болезнь, связанная с физической и психической тягой к приему спиртных напитков. Многочисленные примеры алкогольной деградации населения видно не только из сообщений СМИ – эти примеры буквально окружают любого человека, независимо от особенностей среды проживания.

Среди «простых» людей укрепились удивительная вера, что алкоголизм – это удел бомжей и опустившихся личностей, хотя бытовое пьянство в различных стадиях распространено практически на все социальные слои. Даже при самых явных признаках запущенного алкоголизма его принято не осознавать и не ограничивать: пьют в компаниях и в одиночку, прячут спиртное от семьи, скрывают запои под благовидными предложениями. Почему-то считается, что помощь в виде организаций «анонимные алкоголики» или медицинского кодирования алкоголизма – признак слабости характера, вмешательство в личную жизнь. Между тем, алкогольное цунами растет, расходится волнами, захватывая всех на своем пути. Стрессы и неуверенность в себе провоцируют «расслабиться», но это несет за собой лишь новый виток проблем – физических и нравственных. Но итог такой «бурной и красивой жизни» чаще всего – алкоголизм, одиночество, смерть.

Задача профилактики алкоголизма

Под **профилактикой** алкоголизма понимают такие способы, которые направлены на формирование негативного отношения к спиртному. Главной задачей является формирование такого образа жизни у человека, в которой у него не будет тяги к алкоголю. Выделяют три этапа профилактики алкоголизма.

Первичная профилактика алкоголизма

Первичная профилактика направлена на предупреждение возникновения алкоголизма. Такие мероприятия обычно направлены на рассказ, о пагубных действиях алкоголя. Чтобы в результате у человека сформировалась альтернативная жизнь, в которой алкоголь не будет играть никакой роли. Ведь доказано, что самым лучшим методом профилактики алкоголизма, является формирование сознания личности человека так, что алкоголь больше не является ценностью в жизни.

Последствия алкоголизма ужасающи: разрушенные семьи, покалеченные судьбы, дети-инвалиды, усиление криминогенной активности на почве пьянства и многое другое. Болезни, которые несет с собой неумение справиться с алкогольной тягой – рак прямой кишки, невроты, проблемы ЖКТ, алкогольные гепатиты и панкреатиты, циррозы, психические и генетические заболевания...

Кроме того, надо помнить, что "чуть-чуть" - не считается. Обычно, пивом тяга к спиртному не ограничивается: коктейли, вино, крепленое вино, ликеры, водка, коньяк – эти «благородные» напитки недолго ожидают своей очереди.

Вторичная профилактика алкоголизма

Вторичная профилактика направлена уже на лечение больных алкоголизмом. В эту программу входит работа с семьёй больного, его встреча с бывшими алкоголиками, собеседование и широкая социально-психологическая помощь.

Алкоголизм коварен тем, что его воздействие на человека строго индивидуально: привычка к этиловому спирту складывается под воздействием целого комплекса факторов. Это и наследственная предрасположенность, и влияние собственной социальной группы с его мнением и традициями, и психическая неуравновешенность и

т.д. Отмечено, что женский алкоголизм встречается реже мужского, но болезнь протекает с более негативными последствиями. И, что важно, алкоголизм на поздних стадиях практически неизлечим – сродни наркомании и токсикомании. Да и многие ли хотят от него лечиться? Между тем, переход от одной стадии к следующей идентифицируется сложным образом, и больной, считая, что всегда может остановиться, часто пропускает «точку возвращения».

Третичная профилактика алкоголизма

Третичная профилактика направлена на оказание помощи выздоравливающим от алкоголизма людям. В эту программу входит психологическая консультация и посещение общества анонимных алкоголиков.

Влияние алкоголя на человека

Большое влияние алкоголь оказывает на образ жизни людей. У лиц, злоупотребляющих алкоголем, в 1,8-2 раза чаще встречаются случаи травматизма на производстве и в быту, они нередко являются виновниками антисоциальных поступков. В состоянии алкогольного опьянения в год совершается примерно 76% поступков мелкого хулиганства, 82% уголовных преступлений, более половины хулиганских поступков и случаев немотивированной жестокости. Злоупотребление алкоголем – одна из частых причин расторжения брака, врожденных уродств, супружеской неверности и распространения венерических заболеваний.

Алкоголизм представляет собой одну из форм токсикомании, характеризуются пристрастием к употреблению веществ, содержащих этиловый спирт, развитием психической и физической зависимости, абстинентного синдрома, психической, физической и социальной деградацией личности. Как и всякая другая болезнь, алкоголизм не возникает вдруг, а имеет свои доклинические проявления – бытовое пьянство.

Бытовое пьянство, привычное злоупотребление алкоголем – это всегда нарушение личностью социально-этических правил. Вследствие этого в профилактике пьянства решающее значение имеют меры административно-правового и воспитательного характера. В отличие от пьянства, алкоголизм является заболеванием, которое всегда требует применения активных мер медицинского характера, комплекса лечебно-реабилитационных мероприятий.

Отрицательное влияние алкоголя на органы и системы человека:

Мозг является самым активным потребителем энергии. Отрицательное действие алкоголя на мозг связано с нарушением доступа кислорода к нейронам в результате алкогольной интоксикации. Алкогольное слабоумие, развивающееся при длительном употреблении алкоголя, является результатом гибели мозговых клеток.

Вредное воздействие алкоголя сказывается на всех системах человеческого организма (нервной, кровеносной, пищеварительной). В настоящее время доказана пагубная роль алкоголизма в развитии острых и хронических заболеваний.

Болезни сердечно-сосудистой системы занимают ведущее место в структуре смертности населения. Под влиянием алкоголя поражается сердечная мышца, что ведет к тяжелым заболеваниям и смерти. Злоупотребление алкоголем способствует развитию и прогрессированию гипертонической болезни, ишемической болезни сердца, часто является непосредственной причиной инфарктов.

Болезни системы внешнего дыхания. Дыхание — синоним жизни. Это вдох и выдох, которые регулярно чередуются. У больных, страдающих 1-й стадией хронического алкоголизма, отмечается некоторая стимуляция функции внешнего дыхания: возрастает минутный объем дыхания, дыхание учащается. По мере развития болезни дыхание ухудшается, могут возникать различные заболевания (хронический бронхит, трахеобронхит, эмфизема легких, туберкулез). Часто алкоголь сочетают с табаком. При одновременном воздействии этих двух ядов их вредное влияние еще более возрастает.

Желудочно-кишечная патология. Больные хроническим алкоголизмом часто жалуются на нарушения деятельности желудочно-кишечного тракта, так как слизистая желудка первой воспринимает ядовитое воздействие алкоголя. При исследовании у них выявляют гастрит, язвенные болезни желудка и двенадцатиперстной кишки.

Печень занимает особое положение среди органов пищеварительной системы. Это главная «химическая лаборатория» организма, которая выполняет антитоксическую функцию, участвует почти во всех видах обмена веществ: белковом, жировом, углеводном, водном. Под действием алкоголя функции печени нарушаются, что может привести к циррозу (перерождению) печени.

Почки. У большинства больных алкоголизмом нарушается выделительная функция почек. Происходят сбои в работе всей гипоталамо-гипофизно-надпочечниковой системы, следовательно, нарушается регуляция деятельности почек. Губительно действует алкоголь на нежный почечный эпителий (защитная ткань, выстилающая внутреннюю поверхность полых органов), это существенно нарушает работу почек.

Психические отклонения. При алкоголизме обнаруживаются самые разнообразные психические отклонения — галлюцинации, онемение частей тела, судороги мышц, иногда резкая слабость в конечностях («ватные ноги»). Нередко развиваются параличи отдельных групп мышц, в основном нижних конечностей. При воздержании от алкоголя эти симптомы могут пройти.

Нарушения иммунной системы. Алкоголь пагубно влияет на иммунную систему человека, нарушает процессы кроветворения, снижает выработку лимфоцитов, способствует развитию аллергии.

Железы внутренней секреции, в первую очередь половые железы, испытывают вредное влияние алкоголя. Наблюдается снижение половой функции, функциональные нарушения центральной нервной системы (неврозы, реактивные депрессии и т.д.). У женщин под влиянием алкоголя рано прекращаются менструации, снижается способность к деторождению, чаще наблюдаются токсикозы беременности.

Мышцы и кожа. Хроническое употребление алкоголя часто приводит к ослаблению и истощению мышц. Плохое питание является еще одной возможной причиной мышечной дистрофии. Поражения кожи являются результатом прямого действия алкоголя, нарушения работы печени и плохого питания.

Белая горячка — самая тяжелая форма алкогольной интоксикации. Она дает 1-2% смертных исходов даже при интенсивном медикаментозном лечении, а без лечения смертность может достигать 20%. Для белой горячки характерны галлюцинации, помрачение сознания и дезориентация; при этом отмечают дрожь, возбуждение, учащенный пульс, высокое кровяное давление и лихорадка.

Продолжительность жизни. Систематическое употребление алкоголя приводит к преждевременной старости, инвалидности; продолжительность жизни лиц, склонных к пьянству, на 15-20 лет короче средней статистической.

Пивной алкоголизм

Пиво содержит дозу алкоголя, достаточную как для развития алкоголизма, так и для его токсического воздействия на организм - в первую очередь от этого страдают сердце, печень и мозг.

Особенности «пивного» алкоголизма заключаются в следующем:

употребление пива вызывает более легкую степень опьянения, что способствует более частому его употреблению и является первым этапом в переходе к потреблению более крепких алкогольных напитков;

формирование алкогольной зависимости происходит не столько медленно, сколько незаметно и обманчиво;

чем выше содержание алкоголя в пиве и чем больший объем выпивается, тем негативнее его воздействие на организм;

злоупотребление пивом не вызывает такого негативного отношения, как злоупотребление алкогольными напитками, и поэтому часто рассматривается окружающими как приемлемое поведение;

доступность пива для несовершеннолетних, в том числе экономическая, ведет к быстрому формированию у них алкоголизма.

Потребление пива детьми и молодежью способствует развитию:

злоупотребления пивом и хронического «пивного» алкоголизма»;

цирроза печени, хронического воспаления поджелудочной железы;

рака молочных желез у девушек, рака простаты у мужчин;

бесплодия у женщин и импотенции у мужчин;

повышенного артериального давления и кровоизлияний в мозг;

нарушений ритма и расширения камер сердца («пивное сердце»);

нарушениям обмена веществ (ожирению по т.н. «пивному типу»).

Заключение

Как при любом другом заболевании, надо проводить профилактику алкоголизма. Алкоголизм лучше предупредить, чем столкнуться с ним в результате жизненного кризиса.

Здоровье подрастающего поколения — это здоровье будущего нашей нации, и поэтому трезвая молодежь делает Беларусь сильнее.