

ПОСЛЕДСТВИЯ АЛКОГОЛИЗМА УЖАСАЮЩИ:

- разрушенные семьи;
- покалеченные судьбы;
- дети-инвалиды;
- потеря работы, учёбы;
- потеря друзей;
- усиление криминогенной активности на почве пьянства: зависимые от алкоголя люди легко идут на любое преступление для добычи средств на выпивку (по данным статистики более 80% правонарушений совершается в состоянии алкогольного опьянения).

Нельзя не упомянуть о большом числе травм, порой приводящих к инвалидизации и даже смерти, у лиц, находящихся в состоянии алкогольного опьянения. Обморожение в холодный период времени года, несчастные случаи на воде, дорожно-транспортные происшествия, аспирация рвотными массами при потере сознания или во сне... Невозможно перечислить все опасные ситуации, в которые попадает пьяный человек.

ПРОФИЛАКТИКА АЛКОГОЛЬНОЙ ЗАВИСИМОСТИ

1. Научитесь реально оценивать ситуацию и находить решение без помощи алкоголя.
2. Ограничьте общение с людьми, чей досуг связан с употреблением алкогольных напитков.

3. Не храните в доме алкогольные напитки, чтобы однажды они напрямую или с помощью друзей не соблазнили «попробовать хотя бы чуть-чуть».
4. Уделяйте внимание физкультуре и спорту. Они помогут поддерживать ритм жизни, найти внутренние резервы и объективно оценить себя и окружающую среду. Позитивный настрой и здоровый образ жизни благоприятно влияют на самочувствие человека.
5. Умейте проявить силу характера и сказать «НЕТ» в провоцирующей ситуации.
6. Уделяйте больше внимания хобби. Удовлетворение результатами от выполненной работы повысит уровень самооценки и улучшит эмоциональное состояние.
7. Не забывайте: праздник - это счастливые лица родных и друзей, а не шаткая походка и бессвязная речь!

Покупая очередную яркую алюминиевую банку, подумайте, стоит ли короткий праздник жизни непомерно тяжёлых будней и потери здоровья?

ПОМНИТЕ: никто кроме Вас самих не оградит от яда, который Вы добровольно вливаете в себя!

Буклет составлен БУЗ ВО «ВОКЦМП»
Сайт: vocmp.zdrav36.ru
Тел.: +7 (473) 2-12-59-88





В О К Ц М П

ЖИВИ ДОЛГО!

90

ПРЕВЫШАЙ
НА ЗДОРОВЬЕ!

ОПАСНОСТЬ И ВРЕД АЛКОГОЛЬНЫХ КОКТЕЙЛЕЙ

БУЗ ВО «ВОРОНЕЖСКИЙ ОБЛАСТНОЙ
КЛИНИЧЕСКИЙ ЦЕНТР
МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ»
ВОРОНЕЖ 2019г.

Привлекательная подача напитков в ярких бокалах, с разнообразными украшениями и вариациями цвета самих напитков сделало алкогольные коктейли элементом имиджа. Ведь поданный таким образом напиток выглядит очень стильно, его приятно держать в руке.

Но опасность, которую представляют обычные спиртные коктейли, - это просто пыль по сравнению с вредом от баночных коктейлей, которые за последнее время приобретают всё большую и большую популярность.

Если первые, несомненно, вредны, но мало отличаются своим действием от чистого алкоголя, то вторые сочетают в себе все «прелести» и алкоголя, и типичного химического суррогата.

Статистические данные указывают на то, что алкогольные баночные коктейли в нашей стране хотя бы периодически употребляют **35% взрослых и каждый третий подросток.**



!!! Грозный симптом - удовольствие от опьянения. Он говорит о том, что человек имеет предрасположенность к алкогольной зависимости.

ОПАСНОСТЬ ВОЗНИКНОВЕНИЯ ЗАВИСИМОСТИ

Главной проблемой, связанной с употреблением баночных коктейлей, является быстрое возникновение зависимости. Такого рода коктейли, как и все прочие «вкусные» спиртные напитки, опасны в первую очередь тем, что они незаметно, исподволь приучают человека к алкоголю. Необычный вкус, аромат, сладость или «фрукто-вость», освежающий эффект...

ЧЕЛОВЕКА ЗАТЯГИВАЕТ В ТРЯСИНУ ТАКОГО ПЬЯНСТВА НЕЗАМЕТНО!

ЭТО НЕ НАПИТОК - ЭТО ЯД!

➤ Вот некоторые из химических соединений, присутствующих в баночных коктейлях:

- **бензоат натрия (E 211)** - по последним данным вызывает изменения в ДНК, может стать причиной рака, болезни Паркинсона;
- **краситель «красный очаровательный» (E 129)** - является канцерогеном, запрещён в 9 странах Европы;
- **углекислота** - тоже используется как консервант, способствует более быстрому всасыванию всех компонентов напитков;
- **кофеин** - мобилизует (готовит) организм на трату энергии, вызывая призывание.

ЗАПОМНИТЕ: Энергетические напитки - энергию не содержат! Они активизируют трату собственной энергии, которую накопил организм.

ТАК ЧЕЛОВЕК СЕБЯ ТОЛЬКО ИСТОЩАЕТ!!!



ВРЕД, НАНОСИМЫЙ ОРГАНИЗМУ

- 1. ДЕГРАДАЦИЯ ЛИЧНОСТИ ЧЕЛОВЕКА** - личность становится всё более примитивной, ухудшается память, замедляются мыслительные процессы; падает уровень нравственности, отсутствует чувство стыда при непристойном поведении.
- 2. РАЗВИТИЕ ХРОНИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ** - гастрит, язва желудка, алкогольные гепатиты и панкреатиты, цирроз, рак прямой кишки, неврозы, психические и генетические заболевания и многое другое.
- 3. ОЖИРЕНИЕ**
- 4. АЛЛЕРГИЧЕСКИЕ РЕАКЦИИ**, в том числе анафилактический шок!!!
- 5. НЕВЫНАШИВАНИЕ БЕРЕМЕННОСТИ.**

Употребление 2-х банок слабоалкогольных коктейлей в сутки на протяжении 3-4-х месяцев хватает для появления психической алкогольной зависимости.

