



# ИНФОРМАЦИЯ К РАЗМЫШЛЕНИЮ

Алкоголизм является проблемой не только для самого пьющего человека, но и для его родных и близких, а также для всего общества в целом. Тяга к алкоголю способна лишить человека здоровья, семьи, работы, жилья, средств к существованию, и даже подтолкнуть его к преступлению.



Этиловый спирт ( $C_2H_5OH$ , этанол) является неизменной составной частью алкогольных напитков (в том числе и пива). В организме человека он оказывает преимущественное влияние на центральную нервную систему, нарушая баланс процессов возбуждения и торможения, большие дозы алкоголя вызывают глубокое угнетение.

## СТЕПЕНИ АЛКОГОЛЬНОГО ОПЬЯНЕНИЯ

**Лёгкая степень:** ощущение тепла, физического комфорта, мышечного расслабления; повышение настроения, лёгкость в общении с другими людьми. Движения утрачивают точность, снижается критичность к себе и окружающим.

**Средняя степень:** благодушное настроение периодами сменяется раздражительностью, обидчивостью, подавленностью. Усиливается двигательная активность, возможны импульсивные поступки. Расстраивается координация движений. Нарушается связность речи. Снижается болевая и температурная чувствительность.

После опьянения средней степени, так же как и после лёгкого, воспоминания сохраняются практически полностью. Иногда эти степени опьянения протекают иначе, в силу индивидуальных особенностей, привыкания к алкоголю и других факторов.

**Тяжёлая степень:** развивается при приёме больших доз алкоголя, характеризуется угнетением коры головного мозга. Отмечается помрачение сознания, угнетение центров дыхания и кровообращения, нарушаются функции вегетативной нервной системы, регулирующей деятельность внутренних органов. Возможно непривычное мочеиспускание. При опьянении тяжёлой степени наблюдается амнезия - потеря памяти на события, происходившие с опьянённым человеком.

## ЧЕМ ОПАСНО ЭПИЗОДИЧЕСКОЕ УПОТРЕБЛЕНИЕ АЛКОГОЛЯ?

1. Возможности человеческого организма сугубо индивидуальны и у каждого имеют свой предел: отмечались случаи, когда наступала смерть при сравнительно небольшой концентрации алкоголя в крови.
2. Виновниками большинства дорожно-транспортных происшествий являются нетрезвые водители.
3. Употребление алкоголя на производстве - одна из самых распространённых причин несчастных случаев.
4. Убийства и увечья «на бытовой почве» - частые следствия пьяных застолий.
5. Весьма вероятен переход эпизодического употребления алкоголя в систематическое, и этот процесс практически непредсказуем.

Приём алкоголя в значительных количествах провоцирует губительное обострение других заболеваний, в частности - сердечно-сосудистых.



## СТАДИИ АЛКОГОЛЬНОЙ ЗАВИСИМОСТИ

У лиц, злоупотребляющих алкоголем, появляются симптомы алкогольной зависимости (алкоголизма). В некоторых случаях она развивается столь стремительно, что может привести человека к полной утрате здоровья и даже к смерти в течение буквально 5-10 лет (а иногда и быстрее).

Так бывает при плохой наследственности, при раннем начале употребления алкоголя, а также у женщин.

➤ Выделяют следующие стадии алкоголизма (продолжительность этих стадий и переход предыдущей в последующую сугубо индивидуальны):

**I стадия** - выраженное влечение к алкоголю и достижению опьянения, снижение количественного контроля за выпитым, повышение толерантности (человек способен выпить больше, чем раньше, без видимых последствий), переход от эпизодического пьянства к достаточно систематическому, при этом человек осознаёт своё пристрастие к алкоголю и боится с этим явлением.

**II стадия** - к указанным признакам добавляется абстинентный (похмельный) синдром - неприятные ощущения после прекращения употребления алкоголя; приём алкоголя становится регулярным, развивается максимальная толерантность (устойчивость) к алкоголю, проявляется амнезия (потеря памяти) после употребления значительных количеств алкоголя, начальные признаки изменений черт личности и поражения внутренних органов.

**III стадия** - появляется неудержимое влечение к алкоголю, устойчивость (толерантность) к алкоголю снижается, преобладают симптомы нарушения психики, отчётливо проявляются черты деградации личности, развивается алкогольное слабоумие, отмечаются тяжёлые поражения внутренних органов (обычным явлением для алкоголика является алкогольный гепатит и цирроз печени).

## ОТРАВЛЕНИЯ СУРРОГАТАМИ АЛКОГОЛЯ

В быту и на производстве используется большое количество технических жидкостей, которые по некоторым своим свойствам иногда воспринимаются как содержащие этиловый спирт (некоторые из них действительно его содержат). Часто их называют **суррогатами алкоголя**.

По своему составу они различны: от действительно этилового технического спирта, но с большим количеством вредных примесей, до сильнейшего яда - метилового спирта, в чистом или смешанном с другими веществами виде. К таким суррогатам относят также пропиловые, бутыловые, амиловые спирты и их изомеры, этиленгликоль, тетраэтилсвинец, ацетон.

Даже однократное употребление (намеренно или по ошибке) сравнительно небольшой дозы (например, метилового спирта достаточно всего 15-30 мл) подобных веществ внутрь может привести к печальному исходу. При отравлении суррогатами алкоголя происходят изменения (зачастую необратимые) в жизненно важных органах: печени (токсический гепатит), почках, головном мозге. Выжившие после такого тяжёлого отравления люди часто остаются инвалидами.

## ПРАВИЛА ВЫЖИВАНИЯ:

! Никогда не употреблять внутрь жидкости, заведомо для этого не предназначенные.

! Не приобретать спиртное «с рук», в киосках и сомнительных павильонах.

! Не распивать спиртное в компании малознакомых людей.

**ОДНАКО ПОЛНУЮ ГАРАНТИЮ  
МОЖЕТ ДАТЬ ТОЛЬКО  
АБСОЛЮТНАЯ ТРЕЗВОСТЬ!**



Бюллетень составлен БУЗ ВО «ВОКЦМП». Наш адрес: 394026, г. Воронеж, ул. Варейкиса, 70  
воксп.zdrav36.ru Тел.: +7 (473) 2-12-69-84