

ПИВНОЙ АЛКОГОЛИЗМ - НЕ ВЫДУМКА!

*«Когда б не пьянство, то вовек
Не знал бы рабства человек!»*

Себастьян Брант

Ещё недавно никто не обращал внимания на людей, употребляющих пиво, ведь это «только пиво, а не водка». Пиво воспринимали как лёгкий тонизирующий напиток, при этом часто забывая, что в нём содержится алкоголь.

Сегодня уже существует такое понятие, как **пивной алкоголизм**. Злоупотребление пивом стало настоящей социальной проблемой, потому что именно из-за употребления пива совсем молодые люди становятся алкоголиками. С каждой банкой или кружкой пенного напитка организм требует добавки. А дальше стираются границы выпитого, и человек становится подобием наркомана. Он уже не контролирует себя и продолжает раз за разом утопать в хмельном дурмане, подрывая собственное здоровье.



ПИВО – ЭТО ЯД, А НЕ НАПИТОК!

Пиво – это алкоголь. В пиве содержится этиловый спирт. И именно этиловый спирт вызывает зависимость. В пиво добавляют специальные вкусоароматические добавки, консерванты, красители, др. технологические химикаты. Делается это для того, чтобы удешевить себестоимость производства и увеличить срок хранения пива, придать ему привлекательный вкус, запах и цвет.

СОВРЕМЕННОЕ ПИВО – ЭТО ПОЛНОСТЬЮ ИСКУССТВЕННЫЙ ПРОДУКТ!

В пиве в полном объёме сохраняются сопутствующие алкоголю ядовитые соединения (побочные продукты брожения). Это альдегиды, сивушные масла, метанол, эфиры. Ещё одна особенность пива – хмель, также имеющий способность вызывать привыкание.

**Отказаться от привычки пить пиво не так-то просто,
поэтому не пейте его никогда!**

ЧЕМ ГРОЗИТ ПИВНОЙ АЛКОГОЛИЗМ?

Злоупотребление пивом пагубно сказывается на работе всех внутренних органов.

Под воздействием длительного употребления пива сердце здорового человека превращается в так называемое «бычье» или «пивное»: оно увеличивается в объёме, расширяются сердечные полости, стенки становятся дряблыми. Сердце начинает значительно хуже выполнять свою основную функцию – качать кровь.

Под удар ставится эндокринная система: происходят сбои в выработке гормонов, в частности тестостерона, что приводит к заметным внешним изменениям: у мужчин разрастаются грудные железы и увеличивается объём не только живота, но и бёдер, у женщин грубеет голос, появляется волосаный покров на лице и в области груди.

Пивной алкоголизм увеличивает риск заболевания раком.

КАК НЕ ПОПАСТЬ В «ПИВНУЮ ЛОВУШКУ»?

- Научитесь реально оценивать ситуацию и находить решение без помощи алкоголя.
- Ограничьте общение с людьми, чей досуг связан с употреблением алкогольных напитков.
- Не храните в доме алкогольные напитки, чтобы однажды они напрямую или с помощью друзей не соблазнили «попробовать хотя бы чуть-чуть».
- Уделяйте внимание физкультуре и спорту. Они помогут поддерживать ритм жизни, находить внутренние резервы и объективно оценивать себя и окружающую среду. Позитивный настрой и здоровый образ жизни благоприятно влияют на самочувствие человека.
- Умейте проявить силу характера и сказать «Нет» в провоцирующей ситуации.
- Уделяйте больше внимания хобби. Удовлетворение результатами от выполненной работы повысит уровень самооценки и улучшит эмоциональное состояние.

**Не важно, какой спиртной напиток Вы употребляете.
Алкоголь – это всегда алкоголь, и угроза развития
зависимости растёт пропорционально количеству
принятых порций.**

БУЗ ВО «ВОКЦМП»

Сайт: vocmp.zdrav36.ru; тел. +7 (473) 2-12-59-88

ВОРОНЕЖ 2019