

«Начало пути — рюмка, середина — выпивающая компания, легкая выпивка, пара рюмок за обедом. Конец — в тюрьме за убийство в пьяном виде, за растрату, в психиатрической больнице, в могиле от случайной легкой болезни. Немало переутомленных людей умственного труда и чернорабочих, поддавшись заблуждению, становятся на путь, по которому алкоголь ведет их в смерти.» - Джек Лондон.

Алкоголизм поражает людей из всех социальных слоев населения вне зависимости от пола, возраста, образования и материального положения.

- Вам когда-нибудь приходила в голову мысль, что Вам нужно меньше пить?
- Раздражал ли Вас кто-нибудь тем, что критиковал Ваше употребление алкоголя?
- Испытывали ли Вы когда-нибудь чувство вины или сожаления в связи с тем, что употребляете алкоголь?
- Бывало ли когда-нибудь такое, что первое, что Вы сделали с утра, чтобы успокоить нервы или избавиться от похмелья, это выпили?

Если Вы ответили «ДА» больше, чем на один вопрос, у Вас скорее всего есть проблемы с алкоголем или начальная стадия алкоголизма. Подумайте о том, чтобы обратиться к специалисту.

Последствия для здоровья

- Разрушается иммунная система организма.
- Нарушается деятельность печени, которая несет в организме главную очистительную функцию.
- Нарушается работа органов пищеварения, что приводит к тяжелым заболеваниям пищевода, желудка, поджелудочной железы.
- Нарушается регуляция уровня сахара в крови.
- Алкоголь неминуемо приводит к заболеваниям сердечно сосудистой системы, т. к. алкоголь разрушает эритроциты (клетки крови), которые перестают правильно выполнять свои функции.
- Алкоголь сокращает жизнь человека на 10-15 лет
- Алкоголь нарушает работу нервной системы и приводит к потере памяти и внимания, проблемам умственного развития, мышления, психики и очень часто к полной деградации личности.
- Алкоголь приводит к разрушению коры головного мозга и отмиранию целых его участков.

Социальные последствия

- Потеря трудоспособности
- Совершение противоправных действий
- Бытовой, транспортный, производственный травматизм
- Деградация и социальная несостоятельность личности
- Разрушение межличностных отношений

*Лучший способ избежать отрицательных последствий, связанных с употреблением алкоголя – **трезвый образ жизни!***