**Доклад**

**ПРОБЛЕМЫ АНТИАЛКОГОЛЬНОЙ ПРОПАГАНДЫ**

Алкоголь является дорогостоящим и нежелательным фактором для большинства стран, особенно для стран СНГ, в том числе и Украины, где среднее потребление возросло до весьма высоких цифр (12,0 - 15,0 л). С таким высоким уровнем потребления алкоголя до 25% трудового потенциала населения оказывается утраченным по причинам прямо или косвенно связанным с пьянством.

**Распространенность алкоголизма в г. Донецке**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 2007г. | | 2008 г. | | 2009г. | |
|  | «Д» гр. | Проф. гр. | «Д» гр. | Проф. гр. | «Д» гр. | Проф. гр. |
| Алкоголизм | 10591-103,7% | 5444-53,3% | 10858-106,8% | 4796-47,2% | 11020-109,1% | 4717-46,7% |
| Алкогольные психозы | 819-8% | — | 717-7,1% | — | 434-4,3% | — |

**Динамика регистрируемой наркологической патологии среди подростков**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Группы наблюдения | **2007 г.** | **2008 г.** | **2009 г.** |
| «Д» группа: - алкоголизм | 7-1,3% | 4-0,8% | 3-0,6% |
| Проф. группа: - алкоголизм | 357-66,6% | 169-34,3% | 148-31,3% |

Современное состояние проблемы:

- алкоголизм продолжает «омолаживаться» и возраст первых приемов составляет 10-12 лет;

- рост алкоголизма среди женщин;

- с алкоголем связывается большая часть жизни значительной прослойки населения города: около 80% мужчин и 75% женщин;

- рост числа лиц среди молодежи, систематически употребляющих алкоголь.

Помимо чисто материальных потерь, высокая алкоголизация населения наносит значительный ущерб демографической и социально-психологической сферам жизни общества - разрушается национальный генофонд, падает рождаемость, ухудшается здоровье взрослых. Особенно ухудшается здоровье детей, страдающих от последствий «алкогольного синдрома плода», «минимальной мозговой дисфункции», олигофрении, врожденного иммунодефицита.

Дети и подростки в алкогольных семьях лишены родительской заботы и ласки, безнадзорны, что приводит к негативным группированиям, вредным увлечениям, аморальному поведению и преступлениям.

Изменилась структура потребления алкогольных напитков. Если раньше в нашей стране традиционно около 60-70% потребляемых напитков составляли крепкие спиртные напитки (водка, коньяк, самогон), в настоящее время по объему потребления на первое место вышло пиво. Однако если раньше отечественные наркологи в своей практике пивного алкоголизма не встречали и изучали его клинику по описанию западных специалистов, в настоящее время данная разновидность алкогольной зависимости стала и у нас клинической повседневной реальностью. Особенно настораживает тотальная «пивная мода» и мода на слабоалкогольные напитки («Джин-тоник», «Ром-кола», «Лонгер» и другие) среди детей, подростков, юношей и девушек, что неизбежно завершится пополнением алкогользависимых контингентов.

Слабоалкогольные напитки в принципе, можно назвать щадящими. Но если употреблять их слишком много, то вред для здоровья сравним со злоупотреблением водкой. Если выпить 3-4 литра слабоалкогольных напитков, то в пересчете на чистый алкоголь, это будет равнозначно стакану водки. При систематическом употреблении большого количества таких напитков возможно развитие алкогольного гепатита, нарушается функция печени. А входящие в состав слабоалкогольных напитков ароматизаторы, консерванты и другие синтетические вещества могут вызвать аллергическую реакцию, экзему, дерматит, нарушение обмена веществ. Наметилась повсеместная тенденция формирования алкоголизма в молодом возрасте. Наблюдается увеличение частоты зависимости лиц женского пола, появление более злокачественных, терапевтически резистентных и криминогенных клинических разновидностей алкогольной зависимости и алкогольных психозов, увеличилось количество неотложных наркологических состояний. Везде, без исключения алкоголизм принимает женское лицо и «омолаживается». Если раньше число больных алкоголизмом женщин и мужчин соотносилось как 1:10, то за последние годы -1:6. Женщины спиваются быстрее, нежели мужчины - на протяжении 6 месяцев.

Попытки установить примерную дозу потребления и, более того, рекомендовать «профилактическое потребление», например, для профилактики ишемической болезни сердца, разные исследователи оценивают по разному. Большинство психиатров-наркологов к таким рекомендациям относятся негативно, так как при этом не учитывается степень индивидуального риска.

Объективно установлена зависимость между уровнем потребления алкоголя и состоянием здоровья населения. Нет такого класса заболеваний, на показателях которого не сказалось бы употребление алкоголя. По масштабам ущерба, к которым приводит злоупотребление алкоголя, на 1-ое место следует поставить хронический алкоголизм. Распространенность алкоголизма в Украине, по данным различных источников, составляет 2-20% от численности населения. Негативные последствия, к которым приводит алкоголизм, очень велики.

Физический вред представлен алкогольной патологией печени, сердца, желудка, головного мозга, а также болезнями почек, периферической и центральной нервной системы, крови и органов кроветворения, костной системы при злоупотреблении алкоголем. Риск возникновения злокачественных новообразований пищеварительного тракта, органов дыхания, рака грудной железы под действием алкоголя увеличивается.

Статистически установлена связь уровня потребления алкоголя с числом несчастных случаев, отравлений, травм, насильственных смертей.

Помимо прямого вреда, причиняемого алкоголем, его негативное влияние проявляется в виде вторичной проблемы «созависимости». Вокруг больного алкоголизмом формируется «созависимое» окружение из числа его близких, у которых развиваются неврологические состояния, депрессия, патология личности, психосоматические страдания. Это отрицательно сказывается на качестве жизни всего населения, создает дополнительные нагрузки медицинского и социального характера.

**МИФЫ И ПРАВДА ОБ АЛКОГОЛЕ**

1. Алкоголь полезен для здоровья.

Алкоголь ядовит, но при этом обладает определенными свойствами, позволяющими думать, что в ограниченных дозах он может действовать подобно лекарству. Так, он способен расширять сосуды, но это кратковременное явление, затем они суживаются. Это ведет к повышению артериального давления, а стенки сосудов становятся хрупкими, что повышает вероятность кровоизлияния в мозг, инсультов и инфарктов.

2. Проблемы, связанные с наркотиками, более распространены, чем обусловленные употреблением алкоголя.

Нет, это не так. Даже не располагая точными статистическими данными для сравнения, можно с уверенностью утверждать: масштабы проблем, имеющих отношение к алкоголю гораздо шире. Ведь 90% взрослого населения (от 18 лет и старше) употребляют спиртные напитки. Конечно, не каждого это приводит к алкоголизму, серьезным заболеваниям, конфликтам с близкими, неприятностям на работе или к другим осложнениям. И все же людей с проблемами, обусловленными пьянством, очень много - в несколько раз больше, чем тех, кто оказался в аналогичном положении из-за пристрастия к наркотикам.

3. Употребляя пиво, можно утолить жажду.

Вопреки расхожему мнению, это не так. Пиво ускоряет выведение жидкости из организма, а значит, чем больше вы его выпьете, тем более существенной станет нехватка жидкости в организме. Чтобы компенсировать потерю жидкости (приводящую к усилению жажды), вы будете пить снова и снова. Выходит, пытаться «погасить» жажду пивом - все равно, что подливать масло в огонь.

4. В бокале пива меньше алкоголя, чем в рюмке водки.

Это не так. В пиве концентрация алкоголя действительно гораздо ниже, чем в водке, но ведь пивной бокал вмещает примерно в 7 раз больше жидкости, чем рюмка водки. Есть такое понятие - стандартная доза алкоголя. Под этим подразумевается любой алкогольный напиток в объеме, содержащем около 12 мл чистого спирта: пиво в пивном бокале, вино в фужере, крепкий напиток в рюмке. Иначе говоря, 250 мл пива (с 5% содержанием алкоголя), 100 мл вина (с 12% содержанием алкоголя) и 35 мл крепкого спиртного напитка примерно эквивалентны по количеству алкоголя: в каждом из этих трех вариантов оно составляет приблизительно 12 мл.

5. Алкоголь согревает.

Нет. Вопреки популярному выражению «выпить для согрева», после приема алкоголя температура тела не только не повышается, но даже несколько понижается. Действительно, в холодный зимний день может показаться, что после «чарочки» по телу разлилось долгожданное тепло. Но это лишь иллюзия: алкоголь действует на сосудистый центр в головном мозге, в результате чего расширяются сосуды, в том числе и капилляры под кожей. Поэтому возникает обманчивое ощущение тепла - хотя на самом деле температура тела, наоборот уменьшилась за счет повышения теплоотдачи в окружающую среду. Из-за этого можно серьезно пострадать. Выпивший человек, находясь на холоде, рискует сильно переохладиться. Известно немало случаев, когда это приводило к трагическим последствиям.

6. Употребление алкоголя повышает сексуальную потенцию.

Алкоголь действует возбуждающе, отключая сдерживающие механизмы, снимая такие барьеры, как смущение, чувство неловкости, осторожность. Это касается и полового общения. В состоянии опьянения человек нередко с легкостью идет на поводу у своих инстинктов, проявляя неразборчивость и безответственность.

Последствия могут быть драматическими: заражение венерическими заболеваниями, ВИЧ-инфекция, нежелательная беременность. Со временем злоупотребление алкоголем приводит человека к импотенции. Шекспир устами одного из своих персонажей утверждал, что алкоголь «вызывает желание, но препятствует удовлетворению». Что ж, с классиком нельзя не согласиться.

7. Крепкие спиртные напитки способны вылечить простуду, т.к. уничтожают микробы, вирусы.

Всем известно, что в медицине спирт используют как дезинфицирующее вещество. Но это совсем не означает, как думают некоторые, что когда выпить спирт, он уничтожит микроорганизмы. Да, действительно спирт уничтожает микробную флору, но при условии, что концентрация его будет 70%. Внутренняя среда организма человека на 90% состоит из воды. Поэтому, чтобы уничтожить микробы и вирусы, больному необходимо было бы выпить не менее 10 литров спирта. А это абсурд, поскольку такая доза в 20 раз больше смертельной дозы даже для человека, привычного к алкоголю. Поэтому ни один человек не вылечился до сих пор от гриппа стаканом водки с перцем.

8. Чистым спиртом лечат язвенную болезнь желудка и 12-перстной кишки.

На самом деле больные с язвенной болезнью, которые лечились этим «народным» способом, рано или поздно поступали в хирургическое отделение с прободением язвы или опухолью. Объясняется это таким образом: неразведенный 96-процентный спирт, поступая в желудок, обжигает слизистую оболочку и временно угнетает его секрецию, но способствует образованию большого количества слизи (защитная реакция). Это в свою очередь уменьшает болевые ощущения. Боль утихает не потому, что залечивается язва, а потому, что ее не раздражает желудочный сок, который содержит соляную кислоту. В результате систематического приема спирта поверхность язвы покрывается рубцами, которые мешают заживлению. В ряде случаев происходит постепенное утончение язвенной поверхности, а затем ее разрыв.

9. Несколько чашек кофе, выпитых после приема спиртного, снимают опьянение, после чего трудно обнаружить, что вы употребляли алкоголь.

Не верьте: это сказки. Ни кофе, ни перечная мята, ни жевательная резинка не могут нейтрализовать алкоголь. Самое большее, чего вам удастся добиться с их помощью, это замаскировать специфический запах в вашем дыхании. Нейтрализовать алкоголь способна только печень, но на это нужно определенное время. Деятельность государства по улучшению качества жизни людей, повышения их материального, культурного уровня и нравственности, усилия всего общества и каждого человека в борьбе за здоровый образ жизни, широкая информационно-просветительская работа среди населения - необходимые условия в предупреждении пьянства и алкоголизма. Особенности воздействия алкоголя на организм подростков.

Употреблять алкоголь — привычка, созданная негативным прошлым. Прошлое навсегда ушло, а привычка осталась и вредит, прежде всего, молодежи. Подумать только — сколько сделано, сколько дел впереди и какие для этого возможности созданы! Как важна для жизни ясная голова, крепкое здоровье! Но на пути воплощения возможностей встает пьянство, которое начинается с употребления, казалось бы, ничтожных доз алкоголя. Первая рюмка может стать ошибкой на жизненном пути: с нее может начаться путь к пьянству и алкоголизму.

Многие подростки настолько тяжело переносят первое знакомство со спиртным, что у них надолго, иногда на всю жизнь, исчезает желание выпить. Но есть ребята, для которых знакомство с алкоголем, первой рюмкой не ограничивается.

Ребята пьют вино, чтобы не отстать от компании, им интересно вкусить запретное, почувствовать себя взрослым. Кажется, что алкоголь создает хорошее настроение, веселит, а на самом деле просто растормаживает и то, что никогда не сделал бы трезвым, легко совершается в состоянии опьянения. Им, одурманенным хмелем, уже ничего не страшно: совершить сквернословие, хулиганские поступки, преступления. Об этом говорит уголовная хроника, герои которой пьяные, одурманенные алкоголем люди.

Алкоголизм — коварная болезнь. Медленно и незаметно она вкрадывается в жизнь слабовольных. Появляется влечение к алкоголю. У взрослых алкоголизм может развиваться за 5— 10 лет, в молодом возрасте этот срок значительно сокращается — от нескольких месяцев, до года.

Нет ни одного органа, который не подвергался бы разрушительному действию алкоголя. Сердце становится дряблым, слабым, не способным выполнять необходимую работу. Поражается печень, нервная система. Особенно пагубно действует алкоголь на головной мозг. Пьющие молодые люди отличаются примитивностью, грубостью. Все их интересы сконцентрированы на поиске алкоголя и пьяной компании.

Вместо содержательной и многообразной жизни, полной ощущений, переживаний, ожиданий и свершений у таких людей единственная радость — опьянение и один бог — алкоголь, которому они теперь по-рабски служат.

Величайший психиатр В.М.Бехтерев, изучавший влияние алкоголя на организм человека, еще в начале нашего века писал: «С тех пор, как доказан безусловный вред алкоголя с научно-гигиенической точки зрения, не может быть даже речи о научном одобрении употребления даже малых доз алкоголя. Всем известно притом, что начало всегда выражается малыми дозами, которое постепенно переходят в дозы большие и большие по закону тяготения ко всем вообще наркотическим ядам, к каковым относится, прежде всего, алкоголь».

Со дня высказывания В.М.Бехтерева прошло более семидесяти лет, и жизнь подтвердила его абсолютную правильность. Для детей и юношества в нашей стране должен неукоснительно действовать "сухой закон", т,е. полный запрет спиртных напитков. Подросток, юноша, пристрастившийся к алкогольные напиткам, - это человек без будущего. Его удел - антиобщественные, аморальные поступка, преступления, болезни.

Наиболее частая причина пьянств, подростков и юношей - дурной пример и отрицательное влияние окружающих, в семье, среди старших, алкогольные традиции. Одной из частых причин является незнание того, что алкоголь даже в малых дозах отрицательно сказывается на здоровье человека, частое его употребление приводит к необратимым последствиям. Алкоголь - яд, которой наркотически действует на мозг человека, что в некоторых случаях сопровождается нарушениями деятельности этого важного органа. Вместе с этим гибнет система моральных ценностей и установок личности. Особенно пагубное влияние оказывает алкоголь на детей и подростков, так как в этот период жизни формируются такие качества, как честность, смелость, трудолюбие или, наоборот, лживость, лицемерие, лень, стремление приобрести блага нечестным путем.

Особенно вредно действует алкоголь на организм ребенка или подростка при систематическом его употреблении даже в небольших дозах. У таких подростков нарушается нормальный обмен веществ в организме, происходят болезненные изменения состава крови, резко задерживается рост, общее развитие. Алкоголь настолько отрицательно действует на лейкоциты - белые кровяные тельца, что не дает им возможности бороться с различными микробами. Поэтому не удивительно, что такие подростки значительно чаще заболевают различными инфекционными болезнями, тяжело и длительно болеют.

Алкоголь действует на внутренние органы детей и подростков несравненно злокачественнее, чем на те же органы у взрослых. Быстрее и чаще всего поражается желудочно-кишечний тракт. Вызывая воспалительный процесс в желудочно-кишечном тракте, алкоголь нарушает всасывание витаминов, что ведет к возникновению хронического гипо-, авитаминоза (недостаточности витаминов), в особенности В, С, РР и др.

Алкогольные напитка оказывают вредное воздействие на печоночные клетки приводят к отравлению печени и ее хроническому воспалению - гепатиту. Деятельность печени резко нарушается, возникает неизлечимое заболевание -цирроз печени.

Опасным спутником являются воспаление и расширение бронхов, повреждение легочной ткани. Пьющие чаще других болеют различными простудными и инфекционными заболеваниями, у них снижается сопротивляемость (иммунитет) к ним, ослабевают защитные силы организма.

Даже небольшие дозы спиртного вызывают в молодом организме серьезные расстройства. Подростки, которые рано пристрастились к выпивкам, плохо выглядят: у них бледное, болезненное старческое лицо, они отстают от своих сверстников в физическом развитии.

Наиболее уязвима центральная нервная система. Неокрепший мозг подростка еще только развивается, ему необходимо много питательных веществ. Алкоголь же препятствует поступлению их к мозгу, повреждая стенки сосудов. Если человек пьет годами, он теряет миллионы нервных клеток. Это постепенно приводит к замедленной реакции и снижению интеллекта. Поэтому употребление спиртных напитков в детском, подростковом и юношеском возрасте вызывает глубокие болезненные изменения в центральной нервной системе. Подростки, с раннего возраста употребляющие алкогольные напитки, становятся раздражительными, нервными, вспыльчивыми, жалуются на общую слабость, быструю утомляемость, головные боли. Одним из важнейших условий ранней профилактики пьянства несовершеннолетних является своевременное выявление семей с "алкогольным бытом". Великому русскому физиологу И, П. Павлову принадлежат слова: «Человек может жить до 100 лет - мы сами своей невоздержанностью, своей беспорядочностью, своим безобразным обращением с собственным организмом сводим этот нормальный срок до гораздо меньшей цифры».