

Алкоголь и подросток

В настоящий момент в Республике Беларусь наблюдается тенденция к росту распространенности злоупотребления алкоголем. По оценкам ВОЗ, в мире от заболеваний, связанных с употреблением алкоголя, в среднем умирает от 2 до 3 млн. человек в год, в том числе около 400 тыс. молодых людей в возрасте 15–29 лет.

Алкоголь – вещество, которое содержится в спиртных напитках (водке, вине, пиве и т.д.). По химическому составу относится к наркотическим веществам и оказывает токсическое действие на организм, особенно на клетки головного мозга.

Предпочитаемый вид спиртных напитков в подростковой и молодежной среде - пиво. Среди основных причин роста потребления пива среди подростков можно выделить: высокую его доступность, отсутствие выраженных нарушений поведения и работоспособности, убежденность в безопасности, и даже полезности этого напитка. А по факту, пиво является «входными воротами» для более крепких напитков и стать стартовой точкой развития алкогольной зависимости.

Почему алкоголь опасен для подростков?

- Организм подростка примерно в 10 раз чувствительнее к алкоголю, чем организм взрослого. Одна и та же доза алкоголя вызывает у взрослого – опьянение, у подростка – отравление.

- Алкогольная зависимость у взрослого человека формируется в течение 3-5 лет, у подростка – в течение 1,5-2 лет;

- Разрушение личности у взрослого, употребляющего алкоголь, происходит в среднем через 10 лет, у подростка – через 3-4 года;

- У подростков чаще, чем у взрослых, встречаются атипичные формы опьянения. Вместо эйфории – злора, тоска, депрессия, агрессия.

Учеными доказано, что **нет безопасных, а тем более полезных доз алкоголя**. Алкоголь является токсическим веществом, он действует прежде всего на клетки головного мозга, парализуя их. Уже **100 г водки губит 7,5 тыс. активно работающих клеток головного мозга**.

Доза 7–8 г чистого спирта (этанола) на 1 кг тела является смертельной для человека.

При регулярном приеме алкогольных напитков промежуточный продукт окисления алкоголя (*ацетальдегид*) может приводить к образованию специфических веществ типа морфина, способствуя **формированию зависимости**, аналогичной пристрастию к наркотикам, – болезненному влечению к алкоголю, лежащему в основе хронического алкоголизма.

Установлено, что употребление спиртного в возрасте до 20 лет приводит к алкоголизму почти в 80% случаев.

Очевидна связь пьянства и алкоголизма с преступностью.

Каждое четвертое преступление в стране совершается в состоянии алкогольного опьянения.

! Неблагоприятные последствия, связанные с приемом алкоголя, имеют место даже при однократном употреблении самых малых доз спиртных напитков.

Если подросток регулярно употребляет алкоголь, это приведет к:

- интеллектуальной, физической, эмоциональной деградации;
- нарушению взаимоотношений с окружающими (драки, скандалы, ссоры);
- повышению риска несчастных случаев, травм, приводящих к смерти;
- нарушению деятельности всех органов и систем, что приведет к циррозу печени, раку, сердечно-сосудистым заболеваниям, язве желудка, психическим заболеваниям;
- ускорению процесса старения и др.

Если ты хочешь сохранить свое здоровье, состояться в жизни как личность, выглядеть молодо и привлекательно, быть в хорошей физической форме сделай выбор в пользу здорового образа жизни!