



ГБУЗ НО «НОЦОЗМП»  
ПОКОЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ

# На крючке у алкоголя



[cmp.zdrav-nnov.ru](http://cmp.zdrav-nnov.ru)



[vk.com/nocmp](https://vk.com/nocmp)



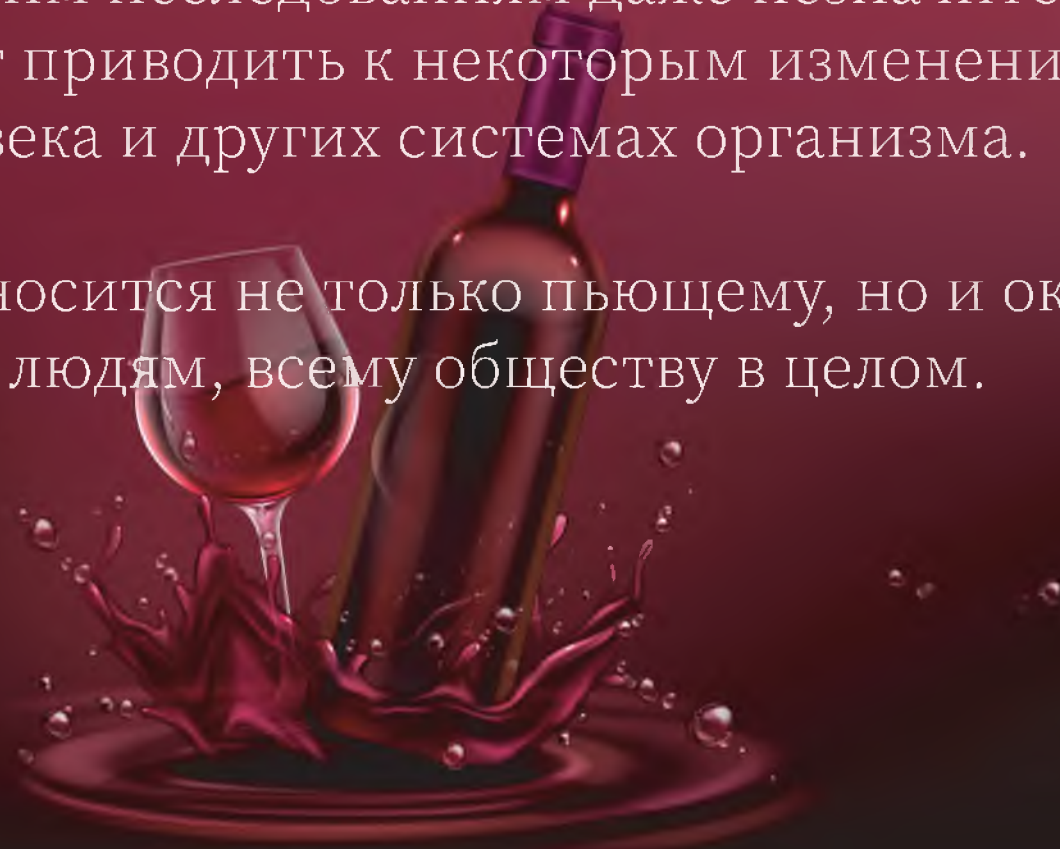
[be\\_healthy\\_cmp](https://www.instagram.com/be_healthy_cmp)

Многим известно, что алкоголь — это вред для всего организма и психики человека.

Вред от алкоголя начинается с нарушений памяти и заканчивается тяжелыми заболеваниями, которые могут не поддаваться лечению, а в некоторых случаях привести к летальному исходу.

Согласно последним исследованиям даже незначительные дозы спиртного могут приводить к некоторым изменениям в мозге человека и других системах организма.

Вред алкоголя наносится не только пьющему, но и окружающим его людям, всему обществу в целом.



Трудно найти более коварную жидкость, чем спиртное. Она воздействует на мозг наподобие серотонина (естественного гормона радости), вызывая мнимое ощущение счастья и приподнятого настроения.

Именно этот эффект ответственен за возникновение привычки – вместо того, чтобы учиться получать наслаждение от полноценной жизни, проще затмить разум суррогатом удовольствия.



Употребление алкогольных напитков стало традицией.

Так люди борются с плохим настроением, весело проводят время, отмечают радости и заглушают горести.

Но только единицы задумываются о губительном влиянии этилового спирта на организм.



Существует несколько важных и частых заблуждений, которые рано или поздно приведут к зависимости от этанола:

Я смогу остановиться тогда, когда это будет нужно

Я не пью, а просто под компанию

У меня болит нога, голова...

У меня тяжелая эмоциональная/физическая работа, которая забирает все силы

Алкоголик – это тот, кто пьет много

В других странах пьют и побольше

Этот бокал пива/вина – поощрение за хорошо проделанную работу

Я скучаю


Мне надоело все, хочу чего-то нового

Если пить по чуть-чуть, то это даже полезно для организма

Алкоголь помогает расслабиться

Жизнь такая.





Вредность алкоголя для  
систем организма и  
органов

# Желудочно-кишечный тракт

Разрушаются стенки тонкого кишечника.

Часто встречаются ожоги гортани и желудка.

В желудке развиваются язвы и гастриты.

Система не может правильно функционировать.

Пища залеживается и начинает гнить, разлагаясь.

# Сердце и сосуды

Стенки сосудов истончаются.

Сердечная мышца ослабевает.

Появляются аритмии, болезни сердца,  
увеличивается риск инфарктов и инсультов.



# Нервная система

Больше всего страдают клетки головного мозга.

Этанол разрушает жировую ткань оболочек нервных волокон.

Появляется заторможенность, реакции снижаются.

Человек теряет память и концентрацию, не может здраво и логично мыслить.

Развиваются невропатии, приводящие к необратимым последствиям.

# Печень

**Цирроз и ожирение печени наиболее часто встречаются среди прочих осложнений.**

**Орган уже не может правильно выполнять свои функции.**

**Укорачивается срок жизни.**