

# #ТЫ СИЛЬНЕЕ, КОГДА МЫСЛИШЬ ТРЕЗВО

Алкогольная интоксикация снижает способность справляться с любыми задачами, оказывая негативное воздействие на познавательные процессы: мышление, внимание, восприятие, речь. Алкоголь ослабляет внутреннюю силу человека, лишает возможностей успешной профессиональной, семейной и личной реализации, наносит вред здоровью.

## КАК ДЕЙСТВУЕТ АЛКОГОЛЬ?

### ● Нарушает работу сердца, печени, почек

При регулярном отравлении этанолом происходят сбои в функционировании внутренних органов и систем, возникают хронические заболевания, которые уже невозможно вылечить: снижается функциональность миокарда, изменяется состав мышечных волокон, что приводит к сердечной недостаточности, стенокардии, ишемической болезни и инфаркту.

За нейтрализацию ядов отвечает печень. При длительном злоупотреблении алкоголем она ослабевает настолько, что развивается алкогольный гепатит, затем - цирроз.

В кровь человека с алкоголем попадают отравляющие вещества, которые предстоит отфильтровать почкам. При длительном употреблении крепких напитков может возникнуть дистрофия почек, приводящая к острой почечной недостаточности.

### ● Вызывает патологические изменения деятельности нервной системы

Головной мозг и нервная система восстанавливаются после интоксикации алкоголем в среднем 2-3 недели.

Выпивая всего два раза в месяц, человек подвергает свою нервную систему постоянному алкогольному отравлению.

Постепенно развиваются заболевания нервной системы и головного мозга (алкогольная энцефалопатия, алкогольный полиневрит, миелопатия и пр.)

Действие алкоголя приводит к расстройствам психики (депрессия, психоз, галлюцинации).

## Вдумайтесь в эти цифры

*Алкоголь является одним из факторов риска развития более 60 различных заболеваний, причиной 50% всех случаев ДТП, распада семей, совершения убийств.*

**(по данным ВЦИОМ)**



## ● Приводит к разрушению нервных клеток

Под влиянием алкоголя нарушается жизнеспособность клеток (нейронов). Вследствие нарушения связи между нейронами затрудняется передача нервных импульсов. Это очень наглядно заметить на примере снижения памяти в состоянии алкогольного опьянения. Мелкие артерии и капилляры у употребляющих алкоголь людей становятся более хрупкими. Это проявляется частыми головными болями, общей вялостью организма и рассеянностью.

## ● Приводит к гормональному дисбалансу, влияет на репродуктивную функцию

(может развиваться бесплодие у женщин и импотенция у мужчин). Для мужчин постоянное употребление алкоголя ведет к снижению уровня гормона тестостерона, который отвечает за мужественность и потенцию. У женщин понижается уровень женского полового гормона.

## ● Вызывает зависимость

Небольшие дозы алкоголя вызывают обманчивый эффект расслабления и ухода от проблем. Со временем обычная доза вызывает привыкание и человек увеличивает количество потребляемого алкоголя, чтобы достичь привычного эффекта.

## ЗАБОЛЕВАНИЯ, ВЫЗЫВАЕМЫЕ АЛКОГОЛЕМ:

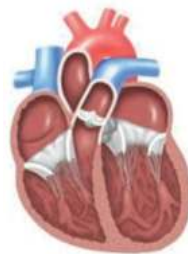
- гепатит, цирроз печени
- хронический бронхит, эмфизема легких
- язвенная болезнь желудка
- нефриты, мочекаменная болезнь

## ● Токсически действует на миокард:

нарушается кровоснабжение, снижается сократительная способность сосудов, развивается алкогольная кардиомиопатия. В результате возникают боли в области сердца, нарушается сердечный ритм, появляется сердечная недостаточность, возможны тромбоэмболии.



норма



изменения сердца при алкогольной кардиомиопатии

## АЛКОГОЛЬ АБСОЛЮТНО ПРОТИВОПОКАЗАН:

- Беременным
- Детям и подросткам
- Больным людям
- Людям, работающим на производстве, требующем повышенного внимания (операторы, диспетчеры, водители и пр.)

## ПИВО -

тоже алкогольный напиток! Его постоянное употребление приводит к развитию тех же проблем, что и в случае крепких алкогольных напитков