



Алкоголь и его влияние на подростков

ГКУЗ ЛО «ЦЕНТР МЕДИЦИНСКОЙ
ПРОФИЛАКТИКИ»



Что означает слово алкоголь?

- «похититель рассудка» - древнее обозначение алкоголя.
- Современные археологические находки (Китай) датируют самое раннее время употребления алкоголя 9 тысячелетием до н.э.
- Первобытные племена (наблюдение Н.Н.Миклухо-Маклая) знали способы изготовления алкогольных напитков до того, как научились добывать огонь.
- Производство спирта освоили арабы в 6 веке н.э. Резкое увеличение употребления алкоголя было вероятной причиной запрета употребления алкоголя основоположником ислама Магомедом (570-632 гг.)
- Отношение к горячительному на Руси в это время было неоднозначным. При Николае II исключительное право на производство алкогольных напитков принадлежало государству. Россия считалась одной из самых трезвых стран мира - производить алкоголь самостоятельно было нельзя, а купить вино из царских виноделен - очень сложно.
- Всероссийский день трезвости отмечают в нашей стране ежегодно 11 сентября. История этого праздника берет свое начало в XX веке, а именно в 1913 году.

Алкоголь – вредно ли это?



- **Алкоголь – это сильнейший яд, убивающий человека медленно, но наверняка**

ЦИФРЫ

- 5 место занимает Россия в рейтинге стран по количеству употребляемого алкоголя на душу населения (на 2019 год). Стереотип о том, что Россия - самая пьющая страна, не подтвержден: первое место в этом топе заняла Литва.
- 41 страна на государственном уровне запретила продажу крепкого алкоголя в магазинах (по данным на 2019 год). Среди этих стран Индия, Исландия, Египет и Швеция.
- Продажи алкоголя в России составили в 2019 году в литрах на душу населения : РФ – 6,03; КОМИ – 10,84; Ленинградская область – 9,66; Тыва – 1,99.

Достоверные факты об алкоголе:



- 1. Водка - самый распространенный алкогольный напиток в мире. Ежегодно ее выпивается более 5 млрд. литров. А 31 января празднуется день рождения водки - именно в этот день в 1865 году Дмитрий Менделеев защитил свою докторскую диссертацию "О соединении спирта с водой".**
- 2. Алкоголь оказывает негативное влияние на интеллект, подавляя работу мозга. Если употреблять горячительные напитки на регулярной основе, интеллект постоянно будет иметь заниженные показатели.**
- 3. Длительность жизни регулярно употребляющего алкоголь человека сильно сокращается. Пьющие люди живут в среднем на 10-15 лет меньше.**
- 4. Алкоголь вызывает сильное привыкание. Даже употребление его в малых, "умеренных" дозах грозит вызвать сильную зависимость.**
- 5. 82% всех убийств в России совершаются в состоянии алкогольного опьянения.**
- 6. Каждый 60-й российский мужчина сейчас в тюрьме, и причина этого чаще всего в алкоголе.**
- 7. 55% жертв при пожарах не трезвы в момент смерти.**

Алкоголь и подростки (первые пробы)

- До 10 лет первое знакомство с алкоголем либо случайное, либо «Лечат вином», или ребенок сам из любопытства пробует спиртное.
- В более старшем возрасте мотивами употребления алкоголя становятся традиционные поводы: «праздник», «Семейное торжество», , «гости» и т.д.
- С 14-15 лет появляются поводы – «Неудобно было отстать от ребят», «друзья уговорили», «за компанию».
- Установлено, что 90% учащихся к окончанию школы ощущали состояние опьянения.



Причины и группы риска подростков, склонных к употреблению алкоголя

Причины

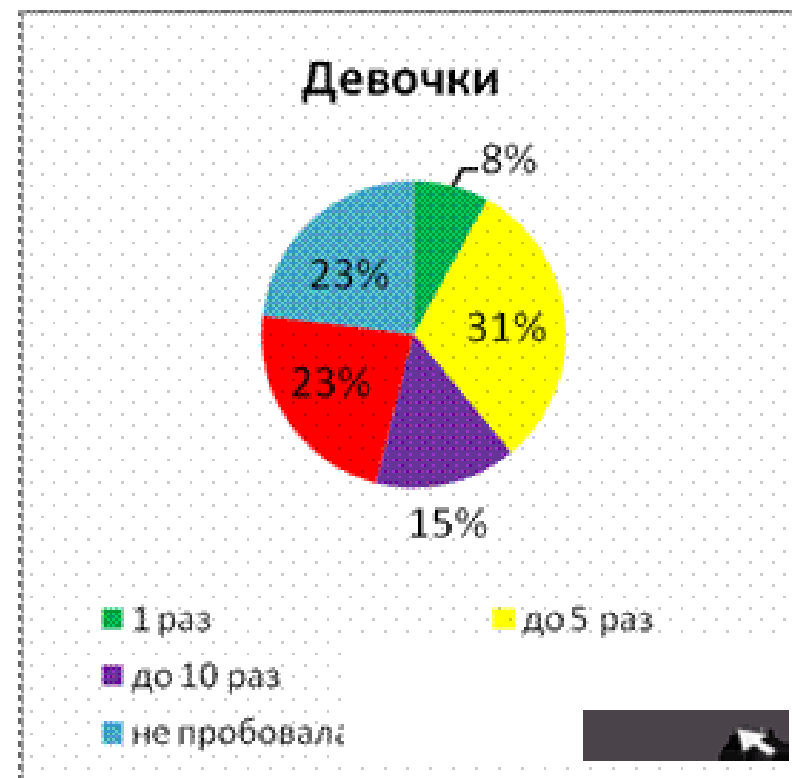
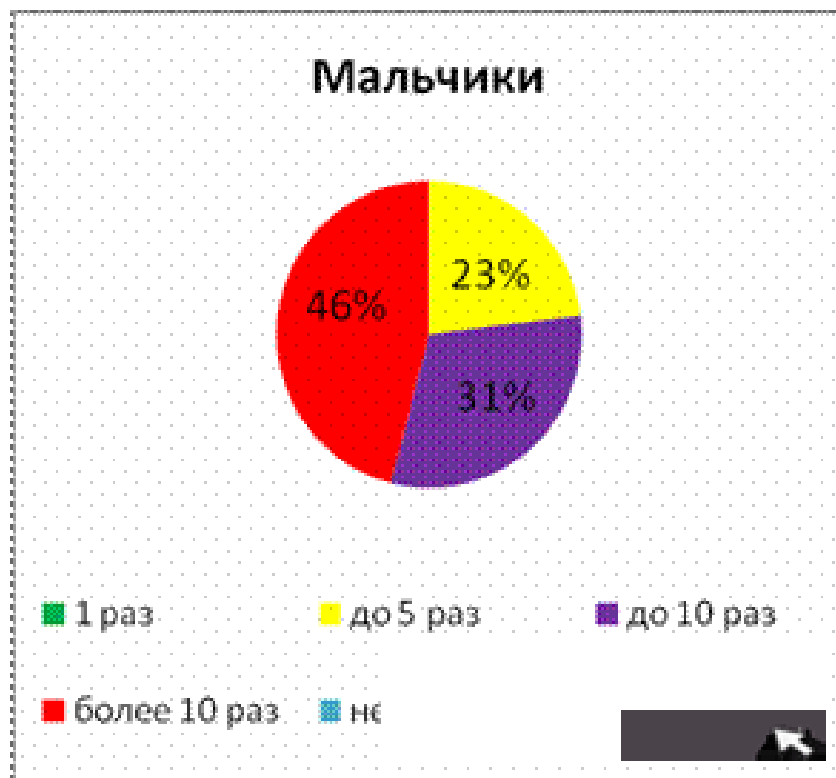
1. Самоутверждение: 52-65%
2. Символическое участие сверстников (все пьют!): 18-20%
3. Снятие психического напряжения (для смелости, спокойствия): 12-15%.
4. Бесконтрольность со стороны родителей 10-15%
5. Желание быть похожим на знаменитость, воздействие интернета 15-20%
6. Доступность алкогольных напитков 10-12%



Группы риска

- *Подростки из семей, где отсутствует контроль со стороны родителей. Если ребенок предоставлен сам себе, он зачастую неспособен сделать правильный выбор относительно алкоголя.*
- *Подростки, в которых предъявляются завышенные требования, они находятся в постоянном физическом и психическом напряжении.*
- *Алкоголизм в семье. Если один из родителей постоянно употребляет спиртное, подросток часто также становится алкоголиком.*
- *Семейные традиции. Застолья со спиртным, как обязательным атрибутом любого праздника, употребление слабоалкогольных напитков вместе со взрослыми также часто приводит к алкоголизму у подростков.*
- *Напряженные отношения с родителями. Непонимание, скандалы, ощущение одиночества также приводят к развитию подростковой зависимости от спиртного.*
- *Подростки с плохой успеваемостью в школе, попавшие под влияние сверстников.*

Статистика употребления алкоголя подростками до 14 лет



**По данным ВОЗ Россия занимает 1-е место в мире по подростковому алкоголизму.
40% российских подростков пьют алкоголь регулярно. Не пробовали спиртное только 4% учащихся старших классов!**

Алкоголизм подростков – социальная проблема!



- Молодежь – несомненный двигатель прогресса. Это наше будущее!
- Психологические аспекты употребления алкоголя среди подростков очень важны, т.к. от того, как мы проведем профилактическую работу с подростками в последующем будет зависеть образ жизни нашей молодежи.
- Физиология организма подростка такова, что быстрее наступает алкогольная зависимость.
- Наследственность – один из главных факторов в формировании зависимости от алкоголя. У пьющих родителей дети редко вырастают трезвенниками.
- В семье формируется отношение подростка к алкоголю.
- Но проблема подросткового алкоголизма давно вышла за пределы семьи. Это одна из тяжелых социальных проблем. И решаться она должна на государственном уровне!

Пивной алкоголизм



Что мы знаем о пиве?

- 1. Пиво – это слабоалкогольный напиток с содержанием спирта от 3% до 7%, а иногда до 12%. В нем содержится углекислота, ускоряющая всасывание спирта в максимальном количестве.**
- 2. Пивной алкоголизм – это наиболее распространенный вид заболевания среди подростков, кроме физического вреда, он наносит непоправимый вред психике молодых людей.**
- 3. Пивной алкоголизм у подростков становится началом деградации молодых людей.**
- 4. Еще страшнее тяга к пиву у молодых девушек. Пивной алкоголизм у них, также как и водочный с трудом поддается лечению.**
- 5. Когда подростку «море по колено», он совершает противоправные действия.**

Признаки пивного алкоголизма

- 1. Частая потребность выпить пиво**
- 2. Разбитость по утрам**
- 3. Злость и раздражительность**
- 4. Частая смена настроения**
- 5. Ночная бессонница, невозможность расслабиться**
- 6. Проблемы с потенцией**
- 7. Частые головные боли**
- 8. Появление у мужчины «пивного живота»**
- 9. Безразличное отношение к своему внешнему виду, неопрятность**
- 10. Начало дня с употребления пива для снятия похмельного синдрома и поднятия настроения**
- 11. Потребность увеличения дозы выпитого**

Слабоалкогольные энергетические напитки



- Сочетание кофеина и этилового спирта является принципиальным отличием энергетических напитков (ЭН) от любых других слабоалкогольных напитков
- Причиной ускоренной алкоголизации в случае приема ЭН является незаметный для подростка рост толерантности, являющийся признаком привыкания организма и развития патологической зависимости от данных психоактивных веществ
- Длительный прием ЭН вызывает психофизиологические реакции организма, способствующие к переходу на употребление более крепких спиртных напитков
- С 1 января 2018 года в России запрещено производство и оборот слабоалкогольных тонизирующих напитков, за исключением экспорта

Влияние на здоровье подростков алкогольных напитков

- **Они отстают в росте и весе**
- **Имеют характерные особенности лица – лицевые аномалии**
- **Могут иметь проблемы со слухом и зрением**
- **Проблемы с памятью и усвоением материала в школе**
- **Воздействие на нервную систему приводит к энцефалопатии**
- **Страдают процессы обмена веществ в организме подростка**
- **Снижаются защитные силы организма, он становится более доступным для любых заболеваний**
- **Незрелость печеночных клеток, ответственных за детоксикацию приводит к развитию гепатитов и циррозов**
- **Алкоголь повышает проницаемость сосудистой стенки, приводит к заболеваниям сердечно-сосудистой системы**
- **Алкоголь обладает канцерогенным действием на организм**



Стадии алкоголизма



Первая стадия

Начальная

Обратимая



Вторая стадия

Лечение

Привыкание



Третья стадия

Декомпенсация

Летальный исход

Последствия употребления алкоголя у подростков



Духовного характера

- Трудности взаимоотношений с семьей и сверстниками,
- Духовная деградация: эгоизм,
- Безволие, примитивное мышление, агрессия, грубость
- Неспособность к проявлению человеческих качеств: любви, отзывчивости, заботливости
- Отсутствие самоконтроля, чувства самосохранения

Социального характера

- Проблемы в учебе, работе (снижение памяти, интеллекта)
- Асоциальное поведение
- Конфликт с законом
- Равнодушие к общественной жизни
- Узость интересов
- Все усилия направлены на поиск денег для приобретения алкоголя

Профилактика употребления алкогольных напитков у подростков



- **Первичная** - формирование у подростков отрицательного отношения к алкоголю. Необходимо закрепить у них установку на полноценную жизнь, в которой нет места алкоголю, привитие основ ЗОЖ
- **Вторичная** – работа с подростками групп риска, в жизни которых уже присутствует алкоголь. Подход должен быть индивидуальным. Мероприятия должны быть направлены на предотвращение употребления алкоголя, повышение эффективности лечения, усиление роли семьи
- **Третичная профилактика** – это помощь тем, кто уже получил лечение, прекратил употребление алкоголя. Им нужна психологическая и социальная реабилитация для предупреждения рецидива заболевания.
- Отдельным звеном системы профилактики является профилактика женского алкоголизма. Ее надо начинать с детства, формируя у девочки привлекательный образ здоровой женщины, матери, понимания, что материнство и алкоголь несовместимы

Предупрежден – значит вооружен!

Работа по профилактике употребления алкоголя подростками должна проводиться комплексно!

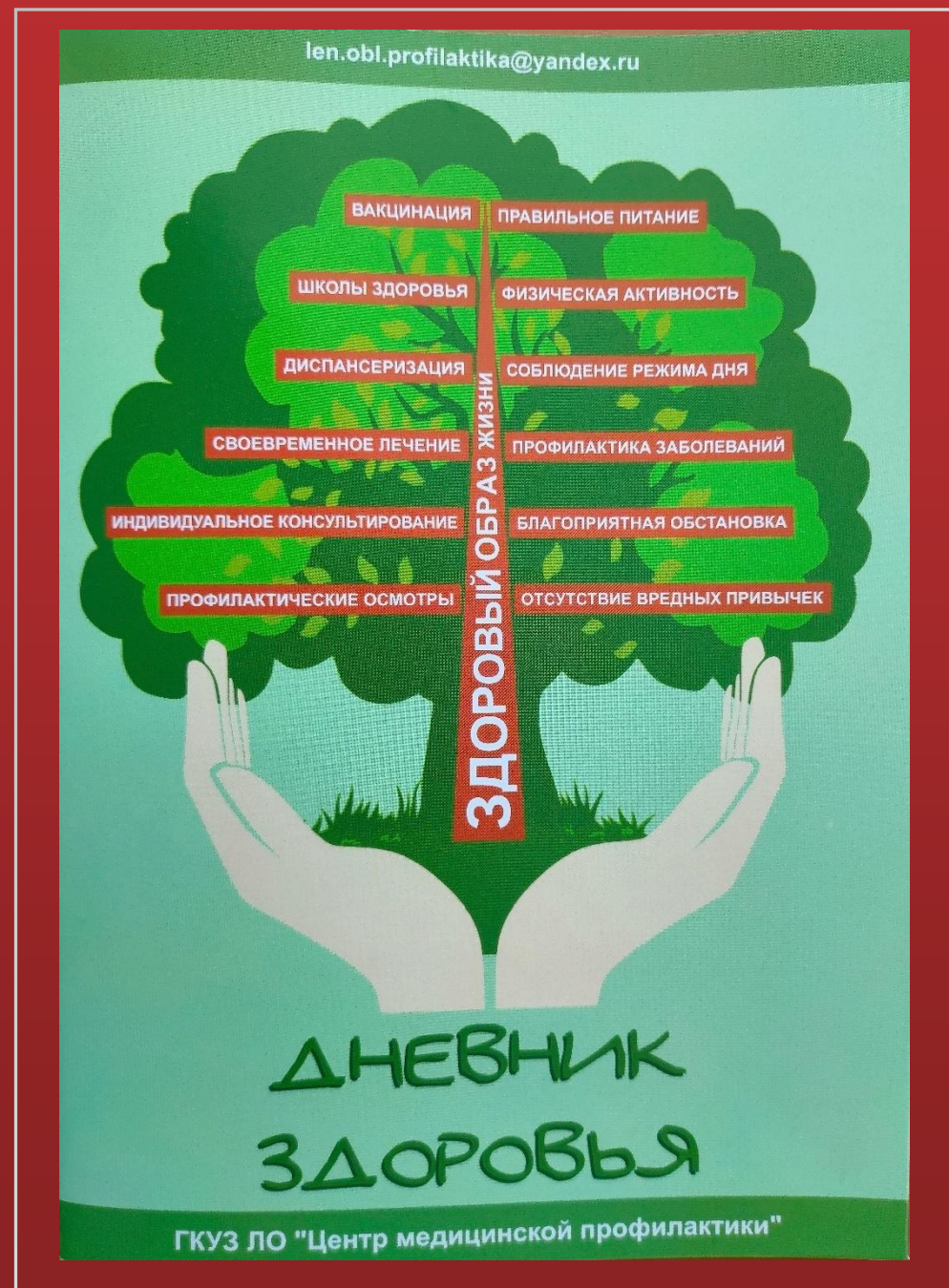


- Общими усилиями педагогов, семьи, медицинских работников и государства
- В семье должны быть созданы условия для ведения здорового образа жизни. Родители обязаны быть примером для своих детей
- В школе нужно создавать условия поощряющие ЗОЖ, в т.ч. занятия спортом, физическими упражнениями. Учителя должны обладать нужными качествами и быть примером для несовершеннолетних.
- Воспитательная работа должна проводиться начиная с младших классов совместно педагогами и медицинскими работниками по созданию стереотипа отрицательного отношения к алкоголю
- Государство должно применять разные профилактические меры, которые способствуют выработке у граждан, такого образа жизни, при котором употребление алкоголя исключалось бы вообще, либо значительно ограничивалось (запретительные правовые документы, уголовная ответственность за втягивание несовершеннолетних в распитие алкоголя, создание условий для ведения ЗОЖ, поощрение антиалкогольной рекламы)

Отказ от данных напитков – будет самым правильным решением!

Быть здоровым просто!

- **Вести здоровый образ жизни;**
- **Занимать активную позицию;**
- **Быть эмоционально стрессоустойчивым;**
- **Решать проблемы без применения каких-либо веществ (алкоголь, курение или наркотики);**
- **Заниматься спортом;**
- **Иметь собственное мнение и не поддаваться на провокации;**
- **Правильно питаться;**
- **Составить и соблюдать режим дня;**





**ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ
– ВЫБОР МОЛОДЫХ!**

ГКУЗ ЛО "Центр медицинской профилактики"



Основы формирования
здорового образа жизни
у детей и подростков

Всеволожск
2019

ten.obl.profilaktika@yandex.ru