

11 июля – День профилактики алкоголизма

Алкоголь уносит здоровье и жизни людей, затрагивая все социальные группы населения.

Алкоголизм – это медленно прогрессирующее заболевание, характеризующееся патологическим влечением к спиртным напиткам, развитием абстинентного (похмельного) синдрома при прекращении употребления алкоголя и постепенным развитием психической деградации.

Злоупотребление спиртными напитками наносит ущерб здоровью, меняется и психика алкоголика.

Психологические особенности характерные для людей, страдающих алкогольной зависимостью:

1. Пьющий человек часто становится замкнутым, резким, саркастичным, неприятным в разговоре.

2. Меняется круг общения, появляются трудности в контакте с близкими людьми, основное время человек проводит с собутыльниками или в одиночестве.

3. Зависимый человек перестает проявлять интерес к жизни, работе, хобби – все уходит на второй план.

4. Под воздействием алкоголя человек чувствует себя сильным, приписывает себе могущество, которого у него на самом деле нет, и ведет себя в соответствии со своим мироощущением, что часто приводит к конфликтам и неприятностям.

5. Склонность к самообману: «Я могу бросить пить в любой момент». Но, к сожалению, этот момент никогда не наступает.

6. Возникают проблемы с умственной деятельностью: страдает интеллект, мышление, память, концентрация внимания.

7. Алкоголь угнетает нервную систему, что приводит к постоянной тревожности и беспокойству.

8. Человек не в состоянии вспомнить, что происходило накануне. Возникают провалы в памяти, галлюцинации.

9. У людей, употребляющих алкоголь, может развиваться алкогольный делирий (белая горячка).

Как влияет алкоголь на организм человека?

- **Разрушает печень.** Цирроз печени является одной из частых причин гибели больных алкоголизмом.
- **Повреждает поджелудочную железу,** вызывая острый, а также хронический панкреатит.
- **Поражает сердце,** вызывает аритмии, артериальную гипертензию, нарушает обмен веществ в клетках сердечной



мышцы, при этом часть клеток погибает и развивается миокардиодистрофия (уменьшение массы сердца).

- **Снижает иммунитет.** Пьющие люди часто болеют воспалением легких, гнойными, инфекционными болезнями.
- **Вызывает изменения кожных покровов.** Всем известны «красные носы алкоголиков».
- **Разрушает периферическую нервную систему.** Это проявляется характерной «походкой алкоголиков», при которой отмечается неуверенная медленная поступь, пошатывание, дрожание пальцев рук.

Первые признаки алкоголизма

- Часто возникающее желание выпить и опьянеть.
- Привычка снимать напряжение при возникновении любых проблем с помощью спиртных напитков.
- Возникновение проблем на работе и дома из-за употребления алкоголя.
- Прием спиртных напитков независимо от времени суток – утром, на работе, за рулем автомобиля и т.д.

Следует помнить о том, что алкоголизм – это серьезное заболевание, которое проходит через несколько стадий. Чем раньше человек понимает, что он стал зависимым от алкоголя, тем больше шансов на выздоровление. Если вы или ваши близкие столкнулись с проблемой алкогольной зависимости, обратитесь за помощью к специалистам, чтобы избежать тяжелых последствий.

Куда обратиться за помощью?

11 июля 2023 года на базе учреждения «Гомельский областной наркологический диспансер» будут организованы прямые телефонные линии:

- с 09-00 до 12-00 по тел. 8(0232)53-34-34 проконсультируют врачи-наркологи отделения наркологической помощи подросткам;

- с 08-00 до 12-00 по тел. 8(0232)34-01-66 на вопросы ответит и.о. заведующего диспансерным отделением, врач психиатр-нарколог Канузелева Ольга Владимировна.

*Психолог отдела общественного здоровья
Гомельского областного ЦГЭ и ОЗ
Яна Панкратова*