

Министерство труда, занятости  
и социального развития Архангельской области

Региональный общественный благотворительный  
фонд «Поморье без наркотиков»

Благотворительный фонд помощи населению  
«Есть решение!»

## ОТКАЖИСЬ ОТ АЛКОГОЛЯ!



г. Архангельск, 2018 год

**АЛКОГОЛИЗМ** – это состояние, требующее  
срочной помощи.

### Стадии алкогольной зависимости

**СТАДИЯ ПЕРВАЯ.** Характеризуется трудным психическим барьером преодоления алкоголя. Больной имеет сильное желание выпить. Если подождать, то оно на время гаснет, но если алкоголик выпьет, теряется чувство меры. Человек становится раздражительным и теряет самообладание. Возможна краткая потеря памяти и интоксикация организма. Алкоголик начинает оправдывать себя и становится агрессором. Чаще всего первая стадия переходит во вторую.

**СТАДИЯ ВТОРАЯ.** Именно на этой стадии появляется физическая зависимость от алкоголя. Сопровождается чрезмерной потерей контроля над выпитым. Идут нарушения в организме в целом. На данном этапе могут развиваться заболевания на почве алкоголизма (психоневрологические нарушения, цирроз печени и др.), развивается похмелье. Присутствует раздражительность, головная боль, жажда, бессонница. Через некоторое время начинают дрожать руки и все тело, осязаны покалывания в области сердца. На второй стадии без медицинской помощи бросить очень трудно. При отказе от алкоголя развивается психоз.

**СТАДИЯ ТРЕТЬЯ.** Без алкоголя невозможно жить. Организм уже насытился, но небольшая доза необходима каждый день. Незначительное количество выпитого спиртного приводит к опьянению. Нарушения в психике больного часто приводит к амнезии. Деградация алкоголика как человека увеличивается. Больной уже не понимает, когда он пил и сколько. В данном случае существует только непреодолимое желание пополнить дозу алкоголя в организме. Нарушения в психике больного необратимы. Чтобы завязать, необходимо обратиться за помощью к специалистам, так как организм уже истощен и психика нарушена

### **МИФЫ ОБ АЛКОГОЛЕ**

#### **Миф № 1 – понемножку можно**

Ничего подобного! Если у вас аллергия на алкоголь, то опасные симптомы непереносимости продукта могут возникнуть даже после глотка шампанского. Если вы

будете прикладываться к бутылке часто, выпивая лишь глоточек, у вас будет такой же риск развития алкоголизма, как если бы вы выпивали часто, но много.

#### **Миф № 2 – только женский алкоголизм не лечится**

Алкоголизм лечится, как мужской, так и женский, если у пациента есть желание избавиться от болезни и вести здоровый образ жизни. И подвержены алкоголизму одинаково представители сильного и слабого пола. Никто не может устоять перед «зеленым змеем». В развитии недуга имеют значение такие факторы, как состояние здоровья, возраст, сопутствующие системные патологии и т.п.

#### **Миф № 3 – алкоголь повышает иммунитет**

Скорее наоборот: горячительные напитки постепенно подрывают защитные силы организма. Группа ученых из Медицинской школы при Массачусетском Университете провели опыты и пришли к выводам, что постоянное присутствие алкоголя угнетает способность клеток вырабатывать интерферон, зато способствует производству факторов некроза опухолей-альфа, т.е. провоцирует рак.

#### **Миф № 4 – алкоголь согревает**

Это вам только кажется! Благодаря действию горячительных напитков наши сосуды расширяются, и начинается усиленная теплоотдача. В этот момент человек уверен, что ему тепло и даже жарко. На самом деле, температура его тела начинает падать. Поэтому, немного протрезвев, мы начинаем мерзнуть со страшной силой, дрожать и выбивать дробь зубами.

#### **Миф № 5 – алкоголь снимает стресс**

Помощь алкоголя – один из самых популярных способов снять стресс в России. Однако ученые из Чикаго провели исследование, которое показало, что хотя спиртные напитки тормозят гормональный ответ организма человека на стрессовые ситуации, они усугубляют симптомы депрессии и прочих психо-эмоциональных расстройств, ассоциированных со стрессом. Так что алкоголь, когда вам плохо, – не выход.

### **ПОСЛЕДСТВИЯ АЛКОГОЛЬНОЙ ЗАВИСИМОСТИ**

Сердечно-сосудистые заболевания на почве алкоголизма часто становятся причиной смерти. Алкоголь поражает мышечную оболочку сердца (миокард), и начинается сердечная недостаточность. Следующей причиной летального исхода является цирроз печени и интоксикация. Также

распространена смертность из-за нарушений психики, в том числе и суицид.

## Влияние алкоголя на организм

**1. Мозг** - Как только алкоголь попадает в мозг, он сразу же начинает оказывать влияние на способность мозга контролировать поведение и функции организма.

**2. Мышцы и кожа** - Частое употребление алкоголя приводит к ослаблению и истощению мышц, а из-за нарушения работы печени и плохого питания портится кожа.

**3. Нервная и кровеносная системы** - алкоголь влияет на все системы человеческого организма, что приводит к развитию острых и хронических заболеваний.

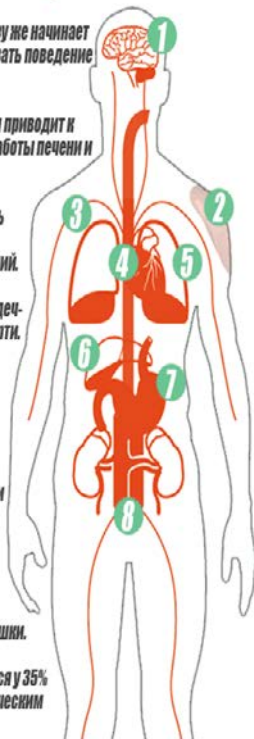
**4. Сердце** - Под влиянием алкоголя поражается сердечная мышца, что ведет к тяжелым заболеваниям и смерти.

**5. Система внешнего дыхания** - у больных, страдающих 1-й стадией хронического алкоголизма, отмечается некоторая стимуляция функции внешнего дыхания.

**6. Печень** - Под действием алкоголя функции печени нарушаются, что может привести к циррозу печени.

**7. Желудочно-кишечный тракт** - с развитием алкоголизма нарушается функция слюнных желез, а при алкоголизме может появиться гастрит, язвенные болезни желудка и двенадцатиперстной кишки.

**8. Либи́до** - Снижение половой функции наблюдается у 35% лиц, злоупотребляющих алкоголем, и у больных хроническим алкоголизмом.



## ЛЕЧЕНИЕ АЛКОГОЛЬНОЙ ЗАВИСИМОСТИ

Помощью может воспользоваться каждый. Синдром алкогольной зависимости лучше не запускать, иначе есть вероятность смертельного исхода. Существует огромное количество методов лечения этой непростой болезни.

**1. МЕДИКАМЕНТОЗНЫЙ.** Метод заключается в ведении лекарственных препаратов в организм больного. Введенные медикаменты заставляют больного ощутить страх перед смертью и помогают

переработать спиртам. Такие лекарства часто несовместимы с алкоголем, поэтому при смешивании могут вызвать осложнения.

**2. ПСИХИЧЕСКИЙ.** Работа с психологами, которые помогут больному научиться бороться с алкогольной зависимостью. Они объяснят, что пьянство вредит и без него можно справиться.

**3. СОЦИАЛЬНАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ.** Помощь осознания личности. Ввод человека в социум. Метод только начинают использовать в России.

**4. ДЕТОКСИКАЦИЯ.** Препараты, которые внутривенно вводят больному при резком отказе от алкоголя. Они помогают быстрее вывести токсины из организма и улучшить физическое состояние. Метод хороший, только в нем отсутствует моральная поддержка со стороны врачей. Поэтому пациенты данного метода часто возвращаются к алкогольной зависимости.

**5. НОРМИРОВАНИЕ.** Определяет определенную дозировку приема алкоголя. Поощряется воздержание. Если метод только начали, то постепенно сокращают до минимума дозировку.

**6. КОМПЛЕКС.** Данный метод совмещает в себе несколько вышеупомянутых способов лечения алкогольной зависимости. Выбирают персонально для каждого пациента.

## КУДА ОБРАТИТЬСЯ

Региональный общественный  
благотворительный фонд  
«Поморье без наркотиков»

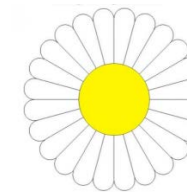
Телефон: 8 (902) 286-32-07

E-mail: narc29@yandex.com

Группа в социальной сети «ВКонтакте»:

<https://vk.com/narc29>

Адрес: 163021, Архангельск,  
ул. Маслова, д.29, кв. 16



Благотворительный фонд помощи населению  
«Есть решение!»

Телефон: 8 (911) 551-57-97

E-mail: e.r.29@mail.ru

Группа в социальной сети «ВКонтакте»:

<https://vk.com/thereisasolution29>

Адрес: 163000, г. Архангельск,  
ул. Комсомольская, д.126, офис 5

Береги себя,  
твоя жизнь бесценна!