

# Подростковый алкоголизм



## Что такое алкоголизм?

**Алкоголизм** - это хроническое заболевание, вызываемое систематическим употреблением спиртных напитков, характеризующееся патологическим влечением к ним, развитием психической и физической зависимости. Доза спиртного в организме взрослого свыше 4,5 промилле считается реальной угрозой для жизни, 0,5 промилле - алкогольное опьянение. Для подростков эти цифры значительно ниже.

## Алкоголиками не рождаются. Ими становятся!

### **Причины приобщения подростков к алкоголю:**

- ✓ любопытство;
- ✓ стремление почувствовать себя взрослым;
- ✓ облегчения общения с другими ребятами;
- ✓ устранение страха;
- ✓ для снятия напряжения;
- ✓ для смелости.

### **Психологические причины:**

- ✓ трудности приспособления к условиям окружающей среды;
- ✓ конфликт с окружением;
- ✓ неудовлетворенность своим положением, одиночество;
- ✓ осознание своей неполноценности в чем-либо либо.



## Стадии приобщения к алкоголю

- употребления «безобидных» и «безалкогольных» легких напитков,
- постепенный переход к крепким напиткам,
- частое употребление алкоголя; отсутствие выраженных соматических последствий;
- отрицание наличия проблем, связанных с алкоголем;
- негативное отношение к предложению начать лечение.

## ВРЕД ЗДОРОВЬЮ, НАНОСИМЫЙ АЛКОГОЛЕМ:

- токсическое воздействие алкоголя на нервную систему;
- воздействие на психику подростка;
- поражение печени, развивается цирроз печени;
- спиртные напитки - «разъедают» слизистую оболочку пищевода, желудка, нарушают секрецию и состав желудочного сока, что затрудняет процесс пищеварения, происходит резкое истощение организма с потерей веса.

Алкоголь сокращает продолжительность жизни на 10-15 лет. Провоцирует самоубийство на почве алкогольного психоза.

## Профилактика алкоголизма у подростков

- создать трезвеннические установки и мотивацию к здоровому образу жизни;
- выявление предрасположенных к алкоголю людей и постоянное внимание к ним; информирование об особенностях алкоголя, его опасных последствиях для здоровья;
- обучение навыкам сопротивления в ситуациях, связанных с употреблением алкоголя, риском развития зависимости и рецидива.

В случаях возникновения любых проблем с алкоголем, следует, не теряя времени, обращаться за консультациями и помощью к специалистам.