**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, ощутимы 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 обратится 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*.*



**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 научится 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*](https://vk.com/thereisasolution29)

***Адрес:*** *163000, г. Архангельск,*

*ул. Комсомольская, д.126, офис 5*

**Береги себя,**

**твоя жизнь бесценна!**

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_