

О ВРЕДЕ АЛКОГОЛЯ

Собранные Всемирной организацией здоровья данные показали, что каждый год алкоголь становится причиной смерти около 6 млн человек, или половины населения такого города, как Москва.

Исследованиями доказано, что у подростков, пристрастившихся к алкоголю в возрасте до 20 лет, на 80% больше шансов стать хроническим алкоголиком, чем у их сверстников, начавших употреблять спиртное позже 20.

С научной точки зрения здесь все закономерно. **Еще не сформировавшийся организм в 6-8 раз сильнее, чем взрослый, подвержен воздействию спиртного, следовательно, он в 6-8 раз быстрее привыкает к нему.** Поэтому те, кто познакомился с алкоголем еще со школьных лет, часто уже к 25 годам проходят курс лечения от хронического алкоголизма, причем в большинстве случаев – неудачно.

Статистика неумолима: кривая документально зафиксированных случаев подросткового алкоголизма в России с каждым годом ползет вверх, причем увеличивается не только количество, но и вековая граница. Характерно, что спиваются как подростки из неблагополучных семей, так и дети из семей обеспеченных и благополучных.

Влияние алкоголя на организм подростков

Подростковый возраст характеризуется бурным развитием всех органов, совершенствованием функций и установлением связей между кровеносной, эндокринной и нервной системами организма. Это время активного развития клеток головного мозга, усиления деятельности щитовидной железы и надпочечников, а также время полового созревания. Помимо физиологии в это время активно развивается и психика. Именно в этот период подростки становятся крайне категоричны в суждениях и нетерпимы к любой критике.

На неокрепший, находящийся еще в стадии формирования организм подростка действие алкоголя в несколько раз сильнее, чем на взрослый. Это связано с тем, что человеческий организм до 20 лет растет, в этот период в нем активно развиваются все внутренние органы, быстрее циркулирует кровь и происходит обмен веществ.

Поэтому даже небольшие дозы алкоголя, попадая в такой организм, передвигаются по нему и усваиваются всеми системами значительно быстрее, при этом быстро отравляя их. Особенно страдают почки и печень. Также нарушается работа сердца и иммунной системы, что провоцирует появление таких проблем, как тахикардия, гипертония, ослабленный иммунитет, следствием этого является неспособность организма нормально защищаться от неблагоприятных внешних факторов.

Содержащийся в алкоголе этанол пагубно воздействует на развивающийся мозг подростка, нарушая в нем нормальное течение химических реакций. Внешне это выражается заторможенностью мышления, задержкой интеллектуального и эмоционального развития.

Не щадит алкоголь и развивающуюся репродуктивную систему подростков. У употребляющих алкоголь девушек-подростков значительно возрастает риск рождения больного ребенка, а то и бесплодия. У мальчиков алкоголь вызывает сначала повышение либидо, но очень быстро при регулярном употреблении алкоголя потенция снижается, а затем совсем пропадает.

Проследим путь алкоголя с момента его приема. Спиртные напитки, особенно крепкие, оказывают раздражающее действие на слизистую оболочку полости рта. В

результате притупляется острота вкусовых ощущений, развиваются воспалительные процессы. Затем алкоголь, попадая в желудок, обжигает и парализует клетки слизистой оболочки. Та постепенно атрофируется и перестает участвовать в процессе пищеварения. Появляется предрасположенность к возникновению изъязвлений, колитов, новообразований.

Такие же болезненные явления развиваются в тонком и толстом кишечнике. Их пораженная слизистая оболочка выделяет меньше ферментов и других пищеварительных соков. Поэтому затрудняется процесс переваривания пищи и всасывания в кровь питательных веществ, необходимых для нормальной деятельности организма. По данным профессора И.В. Стрельчука, 95 % алкоголиков больны гастритом, катаром желудка и другими заболеваниями желудочно-кишечного тракта.

Больше других органов от алкоголя страдает печень. Она выполняет многие важнейшие функции, в том числе выделяет в кишечник желчь, без которой нормальное пищеварение невозможно, обезвреживает вредные для организма вещества, которые всасываются из желудка и кишечника или образуются в результате обмена веществ, а также при различных заболеваниях. Подавляющая часть поступившего в организм алкоголя (около 90 %) окисляется, то есть обезвреживается в печени. Даже однократный прием значительной дозы алкоголя вызывает нарушения функций печени, которые потом долго не восстанавливаются. Если же человек будет злоупотреблять алкоголем, могут развиваться необратимые изменения. Под воздействием спиртного многие клетки печени погибают и на их месте образуются микроскопические полости, заполненные жиром. Измененная таким образом печень не в состоянии выполнить свойственные ей функции.

Отрицательно сказывается алкоголь и на сердечно-сосудистой системе. Вначале происходят функциональные, то есть обратимые изменения, которые проявляются в виде нарушения ритма сердечной деятельности, чаще всего тахикардии (учащения), неприятных ощущений, иногда болей в области сердца. При длительном злоупотреблении алкоголем наступают органические изменения: отдельные мышечные волокна распадаются, превращаясь в жировую и соединительную ткань. Стенки сосудов утолщаются, перерождаются, в связи с чем нарушается питание сердечной мышцы, сопровождающееся болями в области сердца. Сердечная мышца постепенно слабеет, увеличивается в объеме, а полости сердца расширяются.

Все люди должны знать, что даже небольшое количество спиртного, попав в организм, проникает в кровь, возбуждает нервные клетки, а с ними и деятельность всех органов. В результате, прежде всего, начинает учащаться сокращение сердечной мышцы, до 90 и даже 100 раз в минуту вместо 70. Следовательно, от приема алкоголя нагрузка на сердце увеличивается, и мышца не успевает отдыхать.

На кровеносные сосуды алкоголь действует двухфазно. Вначале он их расширяет, особенно на носу и щеках (поэтому у пьяниц обычно красновато-синеватый цвет лица, в результате потемнения крови). И.М. Сеченов доказал, что спиртные напитки. Отравляя организм и парализуя нервные центры мозга, одновременно поглощают кислород крови.

Во второй фазе наступает обратное действие алкоголя - сужение сосудов, их спазм и повышение артериального давления, приводящее в ряде случаев к острому нарушению сосудистой деятельности (мозговой, сердечный кризис).

Из организма алкоголь частично выделяется легкими, при этом он повреждает их ткань и приводит к возникновению хронических заболеваний. У лиц, употребляющих алкоголь, хронические бронхиты, трахеобронхиты встречаются в 3 раза, эмфиземы легких и плевральные спайки в 2, пневмосклероз в 4 раза чаще, чем у непьющих.

Алкоголь ослабляет защитные реакции и иммунобиологические свойства организма по отношению к инфекциям, способствует возникновению и развитию воспалительных процессов в легких. Особенно часты бронхиты и пневмонии в осенне-зимний период года, когда расширение сосудов под воздействием водки приводит к переохлаждению ткани легкого вдыхаемым воздухом.

По данным судебной статистики, из-за пьянства происходит почти половина всех преступлений и 80 % хулиганских поступков.

Доказано отрицательное воздействие спиртных напитков на трудовые процессы даже при однократном употреблении алкоголя в относительно небольших дозах. Экспериментально установлено, что прием даже самых минимальных доз отрицательно сказывается на степени внимания в творческом процессе. Причем человек, принявший 15-60 граммов спиртного, может субъективно испытывать подъем работоспособности. Однако это самообман. Специальные исследования показывают, что даже малые дозы алкоголя всегда снижают концентрацию внимания, ухудшают мыслительные способности, качество суждений и заключений.