Беседа для родителей.

Влияние алкоголя на организм подростка.

В настоящее время во всем мире отмечается рост употребления алкогольных напитков подростками. В связи с этим во многих странах мира все большее внимание уделяется проблеме распространения алкоголизма среди молодежи, проводятся исследования с целью изучения мотивов употребления спиртных напитков подростками, выявления факторов, способствующих развитию злоупотребления алкоголем подростками. Много исследований, посвященных изучению этих вопросов, проведено в нашей стране. Основные мотивы, побуждающие подростков употреблять алкоголь, представлены в таблице. Как видно из таблицы, для подростков характерны три мотива:

а) нравится, приятно — 45,1 — 60,6%;

б) влияние подростковой группы — 11,2 — 22,5%;

в) снятие напряжения —- 12 — 15,4%.

**Алкоголь влияет на подростков не так, как на взрослого человека.**

Характерным для подросткового возраста является то, что молодой мозг в возрасте до 20 лет отличается от мозга взрослого человека реакцией на полученную информацию. Молодой мозг создан для того, чтобы учиться. Он находится в стадии установления настоящих связей между нервными клетками. Алкоголь нарушает эту функцию.

Еще тысячу лет назад выдающийся врач средневе­кового Востока Авиценна выступал ярым противником употребления алкогольных напитков детьми. Он образ­но говорил, что «питье вина детьми похоже на добав­ление огня к огню или добавление к огню сухих дров». Это предостережение ученого древности не утратило своей актуальности и в наши дни.

**Действие алкоголя на подростка сильнее, чем на взрослого, и сказывается на работе мозга в будущем.**

Учеными определенно установлено, что употреб­ление спиртных напитков в возрасте до 20 лет приво­дит к алкоголизму почти в 80% случаев. Оказывается, развивающийся, молодой организм в 6—8 раз быстрее привыкает к хмельному, чем взрослый, а потому подро­сток и становится алкоголиком скорее. Так, дети, начав­шие употреблять спиртное в школьные годы, уже в 20— 25 лет лечатся от хронического алкоголизма, причем отнюдь не всегда удачно. даже однократная и небольшая доза спиртного может нарушить химический механизм мозга, ответственный за обучение. Наступает задержка развития мышления, нарушается выработка нравственных и этических норм, могут угаснуть уже проявившиеся способности. Под действием алкоголя подросток буквально тупеет: и интеллектуально и эмоционально. А недостаточно зрелый мозг подростка быстрее формирует зависимость от алкоголя.

Печень подростка разрушается под действием алкоголя гораздо быстрее, чем у взрослого человека, ведь проницаемость сосудистых стенок у подростков выше, а механизмы работы ферментов в печени еще не сформированы окончательно. Алкоголь приводит к жировому перерождению клеток печени и нарушению синтеза витаминов, ферментов, белкового и углеводного обмена. Наблюдаются и сбои в работе желудочно-кишечного тракта — под действием алкоголя изменяются свойства и количество желудочного сока, нарушается работа поджелудочной железы, что может привести не только к панкреатиту, но и к диабету. Даже самое легкое пиво — сильное мочегонное средство. И, если его употреблять регулярно, из организма вымываются минеральные и питательные вещества, потеря которых для растущего организма подростка может оказаться невосполнимой

Небезучастны к употреблению алкоголя и быстрорастущие в пубертатном возрасте легкие. Около 10% принятого алкоголя удаляется из организма через легкие. При этом алкоголь и продукты его распада оказывают непосредственное токсическое воздействие на нежный эпителий бронхов подростка и формирующиеся стенки альвеол легкого, одновременно нарушая как проницаемость, так и тонус его сосудов. Поражение эпителия, открывающего «ворота» для вторичной инфекции, и застойные явления в легком, обусловленные дисфункцией сосудов, могут привести к заболеваниям органов дыхания.

Очень чутко реагирует на присутствие алкоголя и сердце растущего человека. Неблагоприятно изменяются как ритм, так и частота сердечных сокращений, обменные процессы в мышце сердца. В настоящее время доказано прямое токсическое воздействие алкоголя на миокард путем глубокого нарушения обмена веществ в мышечных клетках сердца. Алкоголь заставляет мышцу сердца перейти на невыгодный для нее энергетический баланс. Естественно, что в таких условиях не может быть правильного и полноценного формирования как мышечного, так и нервного аппарата сердца подростка, а это может болезненным эхом отозваться впоследствии.

Токсическое воздействие алкоголя сказывается и на самой крови. Активность лейкоцитов, играющих важную роль в защите организма, снижается, замедляется движение эритроцитов, несущих кислород к тканям, патологически изменяется функция тромбоцитов, имеющих большое значение для свертывания крови.

Под воздействием алкоголя наносится вред иммунной системе, в связи с чем пьющий подросток чаще других приобретает простудные заболевания инфекционного характера.

Таким образом, алкоголь оказывает чрезвычайно пагубное воздействие на растущий и развивающийся организм человека в период отрочества. Он ослабляет организм, тормозит и угнетает правильное развитие и созревание его органов и систем, а в некоторых случаях (при злоупотреблении) и вовсе гасит развитие некоторых функций (развитие высших форм самосознания, абстракции, эстетических понятий и этических категорий и т. д.).

Доказано, что чем моложе организм, тем губительнее действие на него алкоголя. Это обусловлено анатомо-физиологическими и социально-психологическими особенностями детского и подросткового возраста. В частности, бурно протекающие изменения в центральной нервной системе, внутренних органах, эндокринной системе, связанные с ростом и созреванием организма, способствуют повышению его реактивности, в связи с чем многие дополнительные вредности (внутренние и внешние), в том числе и алкоголь, могут привести к быстрому развитию того или иного патологического процесса. Установлено, что у подростков употребление алкогольных напитков значительно быстрее, чем у взрослых, вызывает заболевание алкоголизмом, а его развитие отличается злокачественным течением.

Как же уберечь ребенка от того вреда, который наносит его организму алкоголь? Каждый случай индивидуален, и дать один простой совет для всех невозможно. В развитии болезни огромную роль играет личный пример родителей. Прежде всего, начинать надо с себя! Отношение ребенка к алкоголю  во многом будет зависеть от того, как вы сами отмечаете дни рождения и праздники.

Были случаи, когда малолетние дети, просто из любопытства, допивали вредные для них алкогольные напитки за гостями прямо дома на кухне. Им любопытно, что там, в красивых бутылках, почему это нравится взрослым. Почему после нескольких выпитых рюмок взрослые становятся веселее, поют и танцуют. Почему ему не разрешается делать то же самое. И, в конце концов, ребенок начинает подражать старшим. Либо решает – подрасту и буду делать, так же как и они, пить и веселиться.

Необходимы правильные жизненные установки. У ребенка не должно быть убеждения, что алкоголь – это решение всех проблем. Что это совершенно безобидный и очень хороший способ для улучшения настроения. И что алкоголь неотъемлемая часть любого праздника.

Алкоголь опасен! И ребенку необходимо рассказать о том вреде, который он за собой несет. Подростки должны знать, что употребление алкоголя может вызвать головную боль, рвоту, расстройства желудка, ухудшить память и снизить внимание.

Им необходимо давать читать книги по физиологии. Необходимо, чтобы они знали, почему у мальчиков появляется пушок в этом возрасте, ломается голос. Объяснить, почему в период взросления меняются девочки, что происходит с обменом веществ, чтобы они понимали, что алкоголь нарушает все процессы в организме. Постарайтесь больше общаться со своими детьми. Обсуждайте вместе с ними их проблемы, выслушивайте их внимательно, интересуйтесь друзьями, спрашивайте, с кем они проводят время. Деликатный и ненавязчивый контроль над их поведением поможет заметить изменения в поведении. Доверительные отношения помогут узнать вовремя о том, что с ними происходит. Так же не забывайте рассказывать детям о вреде алкоголя  и о последствиях частого его употребления.

Старайтесь увлечь их интересными занятиями. Например, танцами, плаванием, любым видом спорта. А чтобы развить у детей чувство ответственности, можно увлечь их домашними животными, заботой о них.

Если вы заметили, что с вашим ребенком творится что-то неладное, понаблюдайте за ним. Присмотритесь к нему, когда он приходит домой, в каком состоянии. Если он раздражителен или у него плохое настроение, если его одолевает тоска или тревога, потерян интерес к учебе или его преследует чувство неполноценности и вины, обратитесь к психиатру-наркологу или психологу.