|  |
| --- |
| **ЛЕКЦИЯ О ВРЕДЕ АЛКОГОЛЯ ДЛЯ ОРГАНИЗМА ЧЕЛОВЕКА** |
| Классный час |
|  |
| Для учащихся старших классов |
|  |
| **Губина Н.И.** |
| **2013год** |
|  |

МОУ Тияпинская СОШ

*Цель : сформировать правильное понимание небезвредности раннего употребления алкоголя.*

 *Алкоголизм делает больше опустошения , чем три исторических бича , вместе взятые : голод , чума и войны.*(У.Гладсон)

 В глубокой древности познакомился человек с необычным веселящим действием некоторых напитков. Самое обычное молоко , мед , соки плодов, постояв на солнце , меняли не только свой внешний вид , но и приобретали способность возбуждать , вселять ощущение легкости , беззаботности , благополучия. Не сразу люди заметили , что на следующий день человек расплачивается головной болью , разбитостью , дурным настроением. Разумеется , наши далекие предки и догадываться не могли, какого страшного врага они приобрели. К сожалению , печальные последствия употребления спиртного привлекали к себе меньше внимания , чем улучшение настроения , сопутствующее употреблению алкоголя.

 В мифах , легендах и сказках древнего мира - всюду фигурирует вино , опьянение и разгул. Пьянство процветало , а за ним следовали его неизменные спутники - разврат , преступления , тяжелые болезни.

 Основным действующим началом опьянения любого напитка являлся алкоголь – этиловый , или винный , спирт.

 Принятый вовнутрь он через 5-10 минут всасывается в кровь и разносится по всему организму. Алкоголь – яд для любой живой клетки . Проникнув в организм алкоголь очень скоро расстраивает работу тканей и органов . Быстро сгорая , он отнимает у них кислород и воду. Клетки сморщиваются , деятельность их затрудняется . При значительном и частом попадании алкоголя в организм клетки разных органов в конце концов , погибают.

 Под действием алкоголя нарушается чуть ли не все физиологические процессы в организме , а это может привести к тяжелым заболеваниям. перерождается ткань печени, почек, сердца, сосудов и др.

 Быстрее и губительнее всего алкоголь действуют на клетки головного мозга , при этом , в первую очередь , страдают высшие отделы мозга . Быстро доставленный потоком крови к головному мозгу , алкоголь проникает в нервные клетки , при этом разрушается , в результате чего связь между различными отделами мозга расстраивается.

 Алкоголь влияет также на кровеносные сосуды , несущие кровь к мозгу . Сначала они расширяются , и насыщенная алкоголем кровь бурно приливает к мозгу , вызывая резкое возбуждение нервных центров . Вот откуда чрезмерно веселое настроение и развязность пьянеющего человека.

 Ученые выяснили , что под влиянием спиртных напитков в коре больших полушарий головного мозга в след за усиливающимся возбуждением наступает резкое ослабление процессов торможения . Кора перестает контролировать работу низших , так называемых подкорковых отделов мозга . Вот почему опьяневший человек как бы теряет контроль над собой и критическое отношение к своему поведению , утрачивая сдержанность и скромность , он говорит и делает то , чего никогда не сделал бы в трезвом состоянии .Каждая новая порция спиртного все больше парализует высшие нервные центры, словно связывая их и не позволяя вмешиваться в хаотическую деятельность резко возбужденных отделов мозга .

 Известный русский психиатр С.С.Корсаков так описывает это состояние : «опьяненный не думает о последствии своих слов и действий и относится к ним крайне легкомысленно … Страсти и дурные побуждения выступают без всякого прикрытия и побуждает к более или менее диким поступкам». А ведь в нормальном состоянии тот же человек может быть и хорошо воспитанным и скромным , даже застенчивым Все в его личности , что сдерживается воспитанием , навыкам приличия , как будто вылезает наружу . В состоянии опьянения человек может выболтать любую тайну ; он теряет бдительность , перестает быть осторожным .Не даром говорится : «Что у трезвого на уме , то у пьяного на языке»

 То , что мы в быту благодушно называем опьянением в сущности есть не что иное , как острое отравление алкоголем , со всеми вытекающими отсюда последствиями . Хорошо , если через определенное время организм , освободившийся от яда , постепенно возвращается к нормальному состоянию . А если пьянство продолжается , и новые порции алкоголя системно поступают в организм ? Что тогда ?

 Ученые выяснили , что алкоголь , введенный в организм , не сразу выводится оттуда , и какое-то количество этого вещества продолжает свое вредное действие на органы в течении 1-2дней , а в некоторых случаях и больше.

 Алкоголь вызывает приятное , приподнятое настроение , а это побуждает к повторному употреблению спиртного напитка . В первое время при желании и твердости характера еще можно отказаться от вина . В противном случае под влиянием алкогольной интоксикации ( да и уговоров друзей) воля ослабевает , и человек уже не может противостоять влечению к алкоголю . Под влиянием алкоголя получают простор инстинкты, ослабляется воля и самоконтроль, и нередко люди совершают проступки и ошибки, в которых раскаиваются всю жизнь.

Очень опасен алкоголь для юных, особенно для девушек, поскольку их организм в период роста легче подвергается воздействию наркотиков и алкоголя. С незапамятных времён наши предки считали единственно пригодными напитками для детей воду и молоко. В Древней Греции и Риме юношам до определённого возраста вообще запрещалось пить вино.

Алкоголь оказывает отрицательное влияние на потомство. Об этом знали ещё в глубокой древности. В Греческой мифологии богиня Юнона родила от опьяневшего Юпитера хромого Вулкана. Правитель Спарты Ликург запрещал в день свадьбы употребление спиртных напитков под угрозой тяжёлого наказания. Гиппократ указывал, что причиной идиотизма, эпилепсии и других нервно-психических заболеваний является пьянство родителей , которые пили вино в день зачатия .

 Пьющие (особенно женщины) под влиянием алкоголя делаются развязными , несдержанными , болтливыми , не достаточно критичными к своему поведению . В пьяном виде женщина теряет стыд , женское достоинство , она склонна к легкомысленному поведению , половой распущенности. Последствия случайных половых связей , наступивших в результате опьянения , бывают трагичными.

 Венерические заболевания , рождение неполноценных детей – это ведь не только слова , за ними искалеченные жизни , безрадостное будущее.

 Если пьянство – результат неправильного воспитания , слабоволие , подражание дурным привычкам , то алкоголизм –серьезная болезнь , требующая специального лечения .Нужны большие усилия , чтобы перевоспитать человека , злоупотребляющего алкоголем. Нередко эти усилия оказываются напрасными. Нет ничего ужаснее мужа-пьяницы , заставляющего страдать жену и детей .

 Исследования показали , что у юношей и у девушек алкоголизм как тяжелая , трудно излечимая болезнь возникает и развивается в 4 раза быстрее , чем у взрослых .Разрушение личности происходит гораздо быстрее.

 Нелишне поговорить , что при употреблении вина у девушек и юношей поражаются органы , но особенно ранимы центральная нервная система , резко падает память , нарушается психика , снижается контроль над своими действиями…