

Пивом начал, плохо кончил

В последнее время врачи с тревогой заговорили о пивном алкоголизме.

Пиво всегда считалось классическим «Стартовым напитком», с которого начинали практически все алкоголики, постепенно переходя к более крепким напиткам. К сожалению сегодня пиво и сигарета стали модной атрибутикой прежде всего подростков и молодёжи... А у подростков алкоголизм формируется в 3-4 раза быстрее, чем у взрослых, и имеет более злокачественное течение.

Как становятся пивными алкоголиками

Люди не верят, что пиво может довести до настоящего алкоголизма, ведь алкоголя в нем «кот наплакал». В течение дня с пивом можно незаметно принять изрядную дозу алкоголя, достаточную как для развития алкоголизма, так и для его токсического действия на организм – в первую очередь от этого страдают сердце, печень и мозг.

Поскольку пиво обычно не вызывает сильного опьянения, как крепкие напитки, его потребление спокойно воспринимается семьей и обществом. Из-за этого потребление пива увеличивается, что, в свою очередь, способствует развитию алкоголизма.

Подросток гораздо быстрее получает психотропный эффект – «кайф» от пива – и подсознательно стремится именно к этому. Типичная картинка: по дороге из школы 16-летний парнишка выпивает бутылку пива, через час встречает приятелей и выпивает вторую. Вот вам и литр пива выпитый «между делом». Назавтра такая же картина повторяется и появляется сначала привычка, а потом зависимость. Пьют на переменах, в кино, на стадионе. Понаблюдайте за «фанатами» до или после матча – много ли среди них трезвых?

Молодой человек не осознает, что пьет алкогольный напиток, который изменяет его психику. А привычка к такому поведению: сегодня «пивко», завтра «травка», потом еще что-нибудь позабористее, увы, быстро и резко деформирует личность в целом.

Сколько алкоголя в пиве?

Пол-литровая бутылка пива крепостью 5 объемных процентов алкоголя (это 3,8 г чистого спирта в 100 г пива; в пол-литровой бутылке – 19 г) – это уже 50 г водки, 9% пиво – это 100 г водки. И чем выше крепость, тем агрессивнее ведут себя ядовитые вещества, содержащиеся в пиве.

Особую опасность представляет крепкое пиво (strong beer), которое становится все более популярным. Добавка алкоголя не только увеличивает его крепость до 12 %, но и делает напиток особенно опасным. Алкоголь усиливает токсическое действие некоторых компонентов пива, содержащихся в очень малых количествах.

Влияние алкоголя на организм

В организме нет ни одного органа и ткани, которые не подвергались бы действию алкоголя:

- *Сердце под его влиянием быстро изнашивается;*
- *Почки перестают выделять из организма вредные продукты;*
- *Особенно страдает нервная система (ухудшается память, ослабляется внимание);*
- *Появляется так называемая психическая зависимость;*
- *Систематическое употребление алкоголя очень быстро ведет к привыканию;*
- *Клетки печени гибнут, она сморщивается, утрачивает свою защитную функцию (учеными доказано, что от цирроза печени чаще всего умирают именно любители пива);*

- *Нарушаются мыслительные процессы, резко меняется поведение, в какой-то мере деформируется личность (появляется жестокость, вспыльчивость, мстительность, либо подавленность, скованность, замкнутость, эмоциональное оскудение, невозможность найти «общий язык» с родителями);*
- *Иногда молодой человек начинает интересоваться не просто выпивкой в компании, а пытается с помощью алкоголя «решать» какую-то свою проблему;*
- *Самое страшное – если тебе уже начинает нравиться само состояние опьянения.*

Когда человек пьет ради состояния опьянения как такового – это уже очень далеко зашедшая стадия психической зависимости.

Есть ли «безопасные дозы» пива и что понимать под этим?

Алкоголь очень грубо вмешивается в процесс становления неоформленного подросткового организма. Не следует думать, что выпить раз-два в неделю это нормально. Такое отношение к алкоголю крайне опасно. Очень важно помнить: если подросток выпивает 3-4 раза в месяц – это уже злоупотребление и очень серьезное. Самое страшное – если ты начинаешь пить часто (пусть даже самые слабые напитки). Не существует понятия «безвредного» питья для подростка, пока его организм не закончил свое формирование. Это, как правило, происходит к 20 годам.

Как таковой «безопасной» дозы не

Существует. Для взрослого человека суточная доза не должна превышать 40-60 г чистого спирта (это примерно 100-150 г водки). Все, что выше – очень опасно, так как грозит быстрым привыканием (тем более, если есть предрасположенность). **Для подростка опасна любая доза.** И уж, конечно, она должна быть меньше взрослой.

Пиво: за и против

В пиве причудливым образом сочетаются и полезные, и вредные компоненты.

- Кроме воды и алкоголя, содержится до 10 % виноградного, солодового сахаров и других экстрактивных веществ, легко усваиваемых организмом.
- В пиве немного имеется витаминов В₁ и В₂. Самый полезный из компонентов – полифенолы. Но в пиве их примерно в 10 раз меньше, чем в виноградном вине.
- Единого мнения о защитном действии пивных полифенолов против атеросклероза нет. Есть данные, показывающие, что пиво увеличивает риск ишемической болезни сердца, в основе которой лежит атеросклероз. Биогенные амины – это горькие вещества пива – могут повышать давление, вызывать головную боль и оказывать сонливость и разбитость. С ними связан и тяжелый пивной хмель, в состоянии которого не тянет на подвиги, а хочется спать.
- В пиве в приличной дозе содержится и такой экзотический компонент, как фитоэстрогены – растительные вещества, похожие на женские половые гормоны. У мужчин, злоупотребляющих пивом, они вызывают феминизацию, а у женщин – маскулинизацию.

Как обманывает реклама

Реклама должна пропагандировать культурное потребление алкогольных напитков. Но в реальности все выходит с

точностью до наоборот. Реклама «самого продвинутого пива», по сути, рекомендует подросткам носить с собой бутылочку пива и прикладываться к ней на ходу: то доставая ее из широких штанин, то поворачивая козырек бейсболки назад, чтобы не мешал запрокидывать бутылку повыше

Существуют ли «группы риска» - подростки, для которых употребление спиртного особенно опасно?

Алкогольная зависимость – это болезнь. А значит, возможна предрасположенность к ней, как к любой другой болезни. Не всегда человек знает, какие гены в нем заложены. Но если родители пьют, наверняка есть все основания считать, что ребенок унаследовал такую предрасположенность. А уж если кому-то из родителей поставили диагноз алкогольной зависимости, то их долг обязательно поговорить с сыном или дочерью. Предупредить ребенка о том, что у него велика предрасположенность к этой болезни. По статистике, если пьет отец, то у сына в 4 раза больше шансов получить алкогольную зависимость, чем у сверстника из непьющей семьи. Он ни в коем случае не должен употреблять алкоголь чаще, чем 1-2 в месяц. И дозы должны быть минимальными.

Что делать?

ПРОЯВИ СИЛУ ВОЛИ, СЛУШАЙ ГОЛОС РАЗУМА - НЕ ПОДДАВАЙСЯ НА СОБЛАЗНЫ И ДУМАЙ О СВОЕМ БУДУЩЕМ!

Отдел опеки и попечительства управления образования администрации муниципального образования Собинский район



ПИВНОЙ АЛКОГОЛИЗМ У ПОДРОСТКОВ

Собинка