

*Наш адрес:*

*РНПЦ психического здоровья  
Долгиновский тракт, 152  
21-е наркологическое реабилитационное  
отделение  
Заведующий Иванов В.В.  
тел. 289-89-10*

## СДЕЛАЙ СВОЙ ВЫБОР САМ



С ДЕТСТВА НАМ ДАВАЛИ НА ВЫБОР ДВА ПУТИ: ПИТЬ КУЛЬТУРНО ИЛИ СПИТЬСЯ. ВСЕ НАЧИНАЮТ ПИТЬ «КУЛЬТУРНО», НО НЕЗАМЕТНО СКАТЫВАЮТСЯ, ДЕНЬ ЗА ДНЕМ РАЗРУШАЯ СВОЮ СУДЬБУ. НИКТО НЕ ГОВОРИЛ О ЕДИНСТВЕННОМ ВЕРНОМ ВЫБОРЕ – ЖИТЬ ТРЕЗВО.

*Алкоголизм - это тяжелое, прогрессирующее, неизлечимое, смертельное заболевание. Его сутью является потеря контроля над алкоголем. Заболевание состоит из двух элементов: навязчивого влечения, которое приводит к тому, что алкоголик не может представить себе жизнь без алкоголя и даже после длительного перерыва берется за рюмку, и физической потребности, возникающей сразу же после употребления первой дозы и вызывающей потерю контроля над количеством алкоголя (больной начинает пить без меры).*

*Тест на зависимость от алкоголя:*

- 1. Пытались ли Вы когда-нибудь бросить пить?*
- 2. Раздражает ли Вас, когда люди спрашивают о том, как Вы пьете?*
- 3. Испытываете ли Вы чувство вины за то, как пьете?*
- 4. Опохмелялись ли Вы когда-нибудь?*

*Ответ "да" на любой вопрос указывает на зависимость от алкоголя. Ответ "да" на 3-4 вопроса указывает на полную физическую и психическую зависимость от алкоголя*

*Влияние алкоголя на организм человека:*

*МОЗГ. Изменяется обмен веществ в клетках мозга. Подавляется активность центров мозга, которые отвечают за поведение, ориентацию. Страдают зрительные и слуховые центры. Нарушается координация движений.*

*СЕРДЕЧНО – СОСУДИСТАЯ СИСТЕМА. Подавляется и угнетается работа сердца. Учащается пульс. Повышается артериальное давление. Повышается риск развития инфаркта, инсульта.*

*ПЕЧЕНЬ. Разрушаются клетки печени. Утрачивается функция вывода токсических веществ из организма. Повышается риск развития цирроза печени.*

*ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНЫЙ ТРАКТ. Хронический гастрит, панкреатит, язва желудка, варикозное расширение вен пищевода.*

*ХАРАКТЕРНАЯ ОСОБЕННОСТЬ ЭТОЙ БОЛЕЗНИ – ОТРИЦАНИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ПРЕЖДЕ ВСЕГО САМИМ БОЛЬНЫМ.*

*Проблемой каждого алкоголика является эмоциональная незрелость. Неумение владеть своими мыслями и чувствами, неумение жить в мире с собой и налаживать отношения с окружающими.*