

ПРОФИЛАКТИКА МАСШТАБОВ АЛКОГОЛИЗАЦИИ НАСЕЛЕНИЯ; ИНФОРМАЦИОННО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ РАБОТА С НАСЕЛЕНИЕМ ПО ОГРАНИЧЕНИЮ ПОТРЕБЛЕНИЯ АЛКОГОЛЬНОЙ ПРОДУКЦИИ.

Тема: **Влияние алкоголя на головной мозг и психику человека**

Можно выделить три главные мишени, по которым спиртные напитки наносят по человеческой психике удар...

Действие алкоголя на уровне молекул.

Во-первых, молекула этанола (этилового спирта) невелика по размеру и обладает жирорастворимыми свойствами. Сам мозг, проводящие пути, периферические нервы состоят из тканей с высоким содержанием жира (фосфолипиды и другие).

Молекула спирта при регулярном контакте оказывает прямое повреждающее влияние на нервные клетки, нарушая их нормальную структуру, а значит, - и функцию. Мешая нормальной выработке и проведению нервных импульсов.

В самой мягкой форме – это разные проявления алкогольных амнезий у людей, которые выпивают слишком много и не помнят, что же с ними происходит потом. Это грозный признак формирующейся зависимости, уже требующей врачебного вмешательства.

В крайней форме психотоксическое действие молекулы этанола приводит к нарушениям чувствительных и двигательных функций периферических нервов (шаткая, семенящая походка, неуклюжесть координации, онемение целых участков кожи).

На уровне психики это приводит к тому, что клетки мозга перестают удерживать запоминания. Это носит название фиксационной амнезии или «корсаковского синдрома». То есть такой человек может десять раз подойти поздороваться, потеряться буквально в трёх соснах, не найти дорогу от комнаты до туалета. Всё это вызывает печальное и необратимое зрелище.

Алкогольные поражения.

Второй аспект алкогольных поражений мозга и психики – это влияние примесей, содержащихся в алкогольных напитках (сивушные масла, алколоиды, соли и другие). Усиливая разрушающее действие молекулы этанола, они имеют и собственные ядовитые свойства. Например, вызывать нарастающее снижение функций памяти, внимания, сообразительности, работоспособности. Или оказывать разрушающее влияние на кровоснабжение мозга и нервной ткани, приводят к недостаточности кровообращения вплоть до инсультов.

Например, ещё в начале 20 века было отмечено частое поражение соединительной ткани у людей, злоупотребляющих алкогольными напитками с большой долей содержания эссенций и сахара: поражение зубов, ногтей, волос, кожи.

Нервная система.

Ну и, наконец, третий, самый негативный аспект влияния алкоголя на мозг и нервную систему – появление того, что в современной медицине называется «наркоманический дефект» или «алкогольные изменения личности».

Дело в том, что алкоголь полностью подчиняет себе человека. Не случайно одно из самых метких определений алкоголизма звучит так: «Алкоголизм – это такая хроническая болезнь, когда каждая последующая порция алкоголя принимается тогда, когда ещё не закончилось действие предыдущей». Без этого человек чувствует себя больным, не может толком жить и работать. Здесь требуется медицинское вмешательство. То есть алкоголик не может сам отказаться от спиртного напитка. В таком случае страдают все уровни психики. Им ничего не стоит обмануть, не сдержать слово, обидеть слабого или поглумиться над инвалидом, становятся грубыми, агрессивными и даже опасными для окружающих.

Чуть позже нарастает морально-этическое снижение – в конце концов, человеку становится всё равно, с кем и что выпивать. Круг интересов сужается. И, конечно, у таких людей довольно быстро меняется круг общения: люди непьющие уходят из него, так как алкоголики «ведут себя недушевно», их место занимают собутыльники. Часто, когда у больного алкоголизмом распадается брак, следующего партнёра он тоже подбирает себе из алкогольного круга и пьют вместе...

Понимаете, алкоголизм – не удар молнии, он не начинается мгновенно. И на место умерших алкоголиков, приходят новые люди с алкогольной зависимостью. А берутся они из тех же пьяниц.

Одной из профилактик употребления алкоголя являются, на мой взгляд, жёсткие условия на работе, кому – то нужны семейные санкции, кому – то беседа с психологом или даже административный штраф.

НЕ ПЕРЕХОДИТЕ ГРАНЬ, СБЕРЕГИТЕ ФИЗИЧЕСКОЕ И ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ.

БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И СВОИХ БЛИЗКИХ!!!

п/санитарного врача филиала ФБУЗ «Центр гигиены и
эпидемиологии в Рязанской области в Шиловском районе» Надежда Колдаева