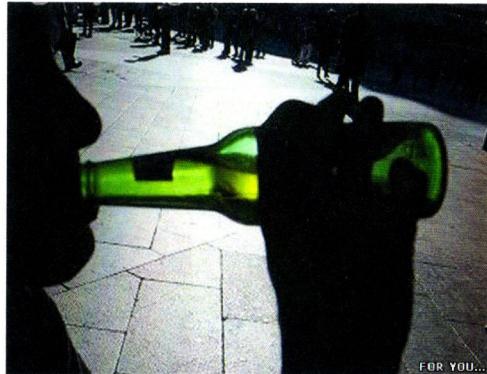


Каковы признаки алкогольной зависимости?

6



1. Патологическое влечение к алкоголю (тяга): стремление к употреблению спиртных напитков для достижения состояния опьянения.
2. Изменение толерантности к алкоголю (прежнее количество спиртного не приводит к достижению «желаемого» результата, необходимо в два-три раза больше алкоголя).
3. Снижение и утрата количественного контроля (употребив определенное количество алкоголя, человек не может остановиться и продолжает прием алкоголя). 7



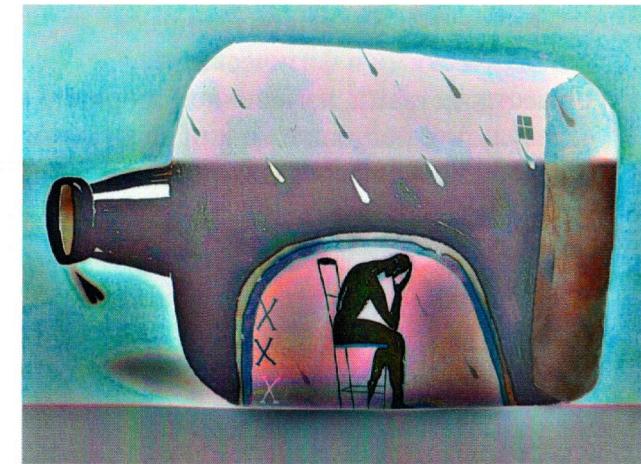
4. Изменение картины опьянения: в состоянии опьянения человек становится возбудимым, агрессивным.
5. Амнезия состояния опьянения (провалы в памяти).
6. Алкогольный абстинентный (похмельный) синдром, когда на фоне прекращения употребления алкоголя появляются:
 - a. головная боль
 - b. головокружение
 - c. слабость
 - d. разбитость
 - d. боли в мышцах
7. Запойные состояния – употребление алкоголя более одного дня, связанное с необходимостью опохмеления.
8. Специфические изменения личности (алкогольная деградация).

Если Вы обнаружили у себя или своих близких перечисленные выше признаки, то незамедлительно обратитесь к врачу.

МБУЗ «Городской центр медицинской профилактики»
города Ставрополя, Кафедра организации здравоохранения,
экономики и социальной работы СтГМУ,

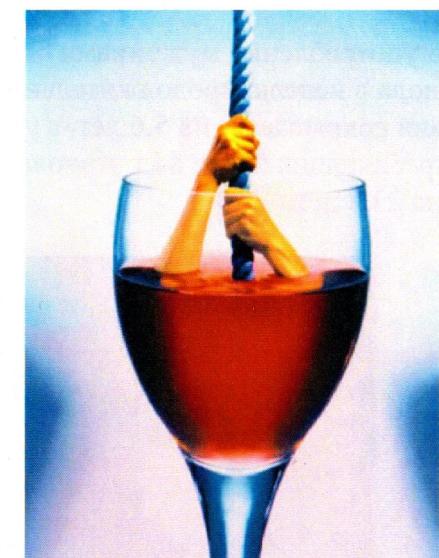
тел./факс: 38-38-94

Авторы: д.м.н. Амлаев К. Р.
Хорошилова Е. Ю.
Койчуева С.М.
Белоха В. А.



Алкоголизм

9



Что такое алкоголизм?

Алкогольная зависимость (алкоголизм) – заболевание, характеризующееся психическими и физическими расстройствами, изменением личности в результате постоянного или периодически возобновляющегося употребления спиртных напитков.



1

Ежегодно в мире 2 500 000 человек умирают от последствий алкоголизма.

При употреблении мужчинами более 168 г этианола в неделю продолжительность их жизни сокращается на 5,6 лет, а у женщин, потребляющих более 84 г этианола в неделю — на 23,8 лет. 1,0



Как алкоголь влияет на здоровье?

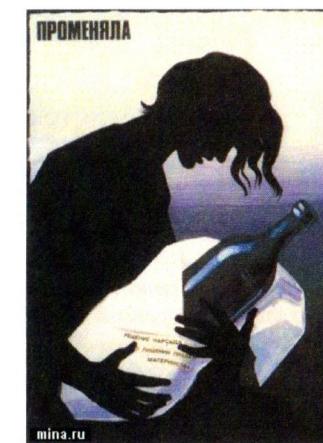
1. У больных алкоголизмом в 20 – 90% случаев отмечаются депрессивные расстройства.

2. Пораженная алкоголем печень теряет свои защитные функции, а продолжение злоупотребления алкоголем приводит к развитию цирроза печени.



2

3. Во время беременности алкоголь может 3 повлиять на развивающийся плод. При очень высоких дозах есть 6-10% вероятность развития у плода алкогольного синдрома, который проявляется в дородовом и послеродовом дефиците роста, черепно-лицевых дефектах, умственной отсталости, поведенческих и других изменениях.

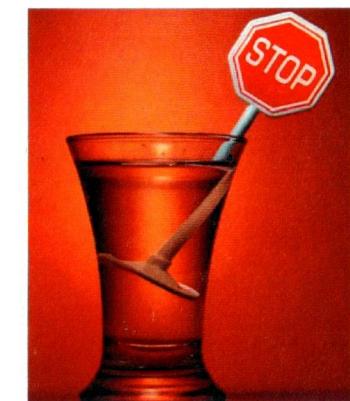


3

Как уберечь себя от алкоголизма?

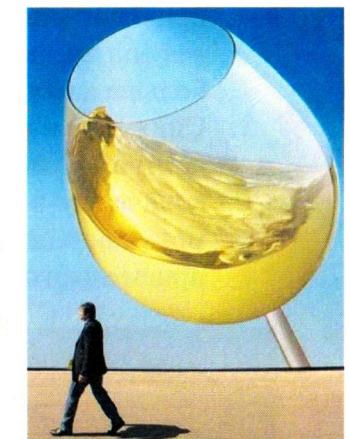
1. Избегайте компаний, в которых принято много пить.

2. Всегда старайтесь контролировать количество выпитого алкоголя.



3. Не стесняйтесь отказываться, если предлагают выпить.

4. Научитесь расслабляться другими (безалкогольными) способами: заняться спортом или любым другим полезным и приятным делом.



5. Снижайте потребление алкогольных напитков до 30 г спирта в сутки для мужчин и 20 г спирта для женщин.

4