



ВЕСТНИК

Печатное средство массовой информации
Думы Сладковского сельского поселения и Администрации Сладковского сельского поселения.
Распространяется бесплатно.



Как алкоголь влияет на человеческий организм?

Постоянное потребление алкоголя (пьянство) приводит к тяжелой психологической и физической зависимости – алкоголизму. Алкоголизм – болезнь, которая проявляется нарастающим разрушением психики и личности человека в целом (не зря все люди, страдающие алкоголизмом, похожи друг на друга).

- Алкоголь разрушает печень. Развивает ожирение печени, гепатит, цирроз, возникает угроза развития рака печени
- Алкоголь повреждает поджелудочную железу
- Алкоголь поражает сердце, вызывает аритмии и сердечную недостаточность, приводит к повышению артериального давления
- Алкоголь подтачивает иммунитет (способность защищаться от инфекций)
- Алкоголь взаимодействует со многими лекарственными средствами, в результате чего возможны многочисленные побочные эффекты
- И последнее: алкоголь ведет к импотенции и другим сексуальным проблемам.

АЛКОГОЛЬ АБСОЛЮТНО ПРОТИВОПОКАЗАН:

- Беременным
- Детям и подросткам
- Людям, которым при работе необходимо повышенное внимание: (операторы, диспетчеры, водители и др.)
- Больным людям

Каковы проявления алкоголизма?

- Болезненное и непреодолимое влечение к алкоголю
- Утрата контроля за количеством выпитого спиртного: начав выпивать, человек не может остановиться и достигает состояния сильного опьянения
-

- Человек не помнит, что с ним происходило, когда он выпивал
- Человек перестает следить за собой, выглядит неопрятным, плохо питается
- Появляется синдром похмелья – нужно выпить спиртного, чтобы снять головную боль, тошноту, слабость
- Для прекращения злоупотребления алкоголем требуется медицинское вмешательство

Советы для тех, кто решил резко сократить потребление алкоголя

- Избегайте компаний, в которых принято много пить
- Всегда старайтесь контролировать количество выпитого алкоголя
- Не стесняйтесь отказываться, если предлагают выпить
- Научитесь расслабляться другими (безалкогольными) способами: займитесь любым другим приятным делом.
- Если Вас серьезно беспокоят тревога и бессонница, обратитесь к психотерапевту.

ПОМНИТЕ:

Чтобы справиться с этой тяжелой болезнью, необходимы современные способы лечения и активное желание самого человека избавиться от недуга!

ПОЗВОНИТЕ:

Наркологический диспансер: ул. Ткачей, д. 5, тел. 31-81-52
Центр психотерапии и практической психологии: ул. Ленина, д. 2, тел: 31-18-41
Общество анонимных алкоголиков, тел: 89159134799

16 сентября было проведено интерактивное мероприятие - **"Своя игра: НЕТ ВРЕДНЫМ ПРИВЫЧКАМ"**

с учениками старших классов Сладковской школы.

Подростковый возраст является критическим и наиболее неустойчивым в жизни человека. Ребята в этом возрасте хотят доказать всем и самому себе, что они уже взрослые. Каждый это доказывает по-разному. Многие начинают пробовать алкоголь и табачные изделия, подвергаясь влиянию вредных привычек.

Поэтому нужно доступным для подростков языком доносить о влиянии вредных веществ на жизнь и организм человека.

С этой целью мы провели для ребят игру. Она состояла из 2 раундов, вопросы которых были связаны с алкогольной, табачной и наркотической зависимостями. По итогу игры наибольшее количество баллов набрала команда 10 класса!

Так же с учениками была запущена акция

"В моем сердце нет места алкоголю!"

где каждый может оставить свое сердце с высказыванием об алкоголе и его вреде. "Сок лучше пива!", "Вредные привычки убивают", "Я не пью. А ты?" - такого мнения придерживаются современные школьники.

