**Алкогольной зависимости - НЕТ**

Алкоголизм – тяжёлое хроническое заболевание, обусловленное систематическим употреблением спиртных напитков; проявляется постоянной потребностью в опьянении, расстройством психической деятельности, соматическими и неврологическими нарушениями, падением работоспособности, утратой социальных связей, деградацией личности.

Алкогольная зависимость занимает лидирующие позиции в списке медико – социальных проблем современности. По данным статистики, в мире из – за употребления спиртного ежегодно умирает около 3 млн человек, в возрасте до 30 лет. Алкоголики, будучи носителями отрицательных взглядов антиобщественного поведения, активно способствуют вовлечению в алкоголизм окружающих, особенно детей и молодёжь.

Относительно безопасным считается уровень потребления алкоголя ниже 8-ми литров на человека в год, каждый добавочный литр уносит 11 месяцев жизни у мужчин и 4 месяца - у женщин.

 Чем медленнее человек пьянеет, тем больше позволяет себе выпить, Первое время организм адаптируется, пытаясь справиться с внушительными дозами спиртного, но в какой – то момент в печени перестаёт вырабатываться необходимое количество ферментов, расщепляющих алкоголь до безопасных соединений. После этого даже небольшие дозы спиртного будут вызывать моментальное опьянение, тяжёлое похмелье и непреодолимое желание ещё выпить (типичные симптомы алкоголизма на последней стадии).

Приобщение к алкоголю у многих начинается с употребления пива. И любой специалист подтвердит, что его регулярное употребление способно вызвать хроническую зависимость. Риск заболеть пивным алкоголизмом многократно увеличивается, если: начать пить ранее 18 лет, систематически (для подростков 3-4 раза в месяц) и более 1 литра за один раз. При употреблении 1 литра пива в течение 5-6 месяцев в возрасте 15-20 лет возникает патологическая зависимость. При пивной алкоголизации тяжелее, чем при водочной, поражаются клетки головного мозга, поэтому быстрее нарушается интеллект, обнаруживаются тяжёлые психоподобные изменения.

Ошибочно думать, что слабоалкогольное пиво не вызывает привыкания. Ещё как вызывает! Пивной алкоголизм отличается от водочного тем, что развивается в 3-4 раза быстрее и тяга выпить сильнее. Последствия употребления пива: цирроз печени, гепатит, ожирение, нарушаются обменные процессы.

Энергетические коктейли – смесь газированного энергетика и алкоголя – позволяют человеку долго чувствовать себя бодрым и заметить опьянение не сразу. Алкоголь оказывает седативное (успокаивающее) действие, а энергетик – действует как стимулятор, который отдаляет момент опьянения, но интоксикацию не уменьшает. Специалисты предупреждают, что любой энергетик нарушает работу сердца вплоть до летального исхода.

[Причины пьянства](http://stopdrink.info/prichina-alkogolizma/)  у каждого разные, но исход одинаковый — ранняя смерть.

 Продолжительность жизни у пьющих людей в среднем снижена на 20 лет, среди них учащаются случаи самоубийств и убийств, дорожно – транспортные происшествия.

 В настоящее время соотношение женского алкоголизма к мужскому составляет — 1:4.

Переход алкоголизма в тяжёлые формы у женщин протекает намного быстрее - за 3-5 лет, у мужчин за 7-10.

Женщина легче переносит алкоголь, но на её организм он оказывает более разрушительное действие: теряет способность стать матерью, или, если родит, то слабого, неполноценного ребёнка, ослабевает или полностью угасает инстинкт материнства, отказываются от детей или перестают о них заботиться.

Этиловый спирт, в тех или иных количествах присутствует в пиве, вине, водке.

В средних и больших дозах он угнетает деятельность центральной нервной системы и головного мозга. Большие количества алкоголя, угнетают активность высших психических центров, вызывая ощущение самоуверенности и притупляя чувства тревоги и вины. Продолжение употребления ведёт к полной утрате контроля над собой и заканчивается бессознательным состоянием, а далее — смертью.

Человек, попавший в зависимость часто подвержен таким психическим патологиям как:

депрессивному состоянию и постоянным стрессам; повышенной раздражительности и нервозности;

чувству одиночества; повышенной тревожности; паническим состояниям и страхам.

 Зависимость управляет человеком и без лечения побороть её достаточно сложно.

 Такому человеку самостоятельно справиться с проблемой не под силу. Только поддержка близких людей, врача – нарколога, психолога поможет вернуться к нормальной жизни и избавиться от алкогольной зависимости.

 Профессиональная программа терапии алкогольной интоксикации и синдрома отмены требует стационарных условий и лекарственных препаратов, интенсивной терапии и реанимации.

Современная программа по лечению алкоголизма рассчитана минимум на 28 дней пребывания в стационаре. Рецидивы алкогольной зависимости представляют собой постоянную опасность в начальной стадии излечения.

Для того чтобы предупредить возможность рецидивов, рекомендуется соблюдение следующих правил:
• Держитесь подальше от пивных и других заведений, в которых потребляют спиртные напитки; избегайте общения с людьми, которые все свое свободное время заполняют потреблением алкоголя.

• Если вы не можете уклониться от участия в каком-то общественном мероприятии, где будут предложены спиртные напитки, старайтесь находиться рядом с тем, кто остается трезвым и знает о ваших проблемах.
• Правильное питание, спортивные тренировки и выработка других здоровых привычек представляют собой существенную помощь в предупреждении рецидивов.