**Женщина и алкоголь**

Алкоголизм – это хроническое заболевание, вызываемое систематическим употреблением спиртных напитков, характеризующееся устойчивой зависимостью от них. Хронический алкоголизм – это тяжелое нервно-психическое заболевание, при котором у человека развивается болезненное влечение к спиртным напиткам, со временем принимающее навязчивый характер, возникает острая «необходимость» опохмелиться. Потребность в опохмелении у таких больных настолько острая, что в таком состоянии они не могут полноценно соображать, работать, нормально функционировать.
Женский алкоголизм по своей природе ничем не отличается от мужского (соотношение женского алкоголизма к мужскому приближается 1:4).

Для женской зависимости характерны: длительный скрытый период; медленное развитие и прогрессирование; большая выраженность симптоматики; сложности при снятии психологической зависимости.

**Первая стадия алкоголизма** у женщин часто протекает незаметно для окружающих и для самой женщины, так как она считает, что потребляемых доз спиртного недостаточно для развития привыкания.

Женщины, стараются оправдывать свой алкоголизм и используют для этого стандартные аргументы: **процесс полностью под контролем, алкоголь употребляется только для расслабления, преуменьшение доз выпитого**.

 **При регулярных эпизодах пьянства зависимость у женщины может развиться в течение 2-3 месяцев.**

**Факторы**, толкающие женщину на употребление: заглушить неприятности: плохое воспитание, побои, отсутствие ласки, наличие в семье алкоголика (отец, мать, брат), смерть близких, всевозможные разочарования, измена мужа или близкого человека, одиночество, некрасивая внешность и т.п.

**Наследственная предрасположенность к алкоголизму у женщин встречается чаще, чем у мужчин ( до 90%).**

Развитие алкоголизма осуществляется в несколько этапов.

**На первом этапе**  – алкоголь становится постоянно необходимым средством, чтобы поднять себе настроение, чувствовать себя уверенно и свободно, забыть о неприятностях и невзгодах, облегчить контакты с окружающими, эмоционально разрядиться. Тяга к алкоголю становится труднопреодолимой, формируется психическая зависимость.

**На втором этапе** (стадия физической зависимости) - употребление спиртных напитков носит систематический характер, независимо от жизненных ситуаций. Отмечается рост устойчивости организма к алкоголю, приводящий к увеличению количества принимаемых спиртных напитков и потере контроля за их дозой. Влечение к спиртному сравнимо с голодом и жаждой, а отсутствие вызывает болезненные расстройства.

**На третьем этапе** (стадия алкогольной деградации) - утрачивается контроль за дозой и нарастает тяжелая личностная деградация с исчезновением эмоциональных привязанностей, чувства долга и ответственности.

 Различают два опасных возраста, когда женщины наиболее часто попадают в зависимость от алкоголя. **Первая возрастная группа риска – 25-30 лет**. Стресс снимается с помощью алкоголя, так как в обществе еще не сформирована привычка расслабляться здоровым способом: в фитнес - центре, бассейне, спортзале и т.д.

**Вторая группа – женщины от 40-45 лет**. На этот период приходится пик семейных кризисов: дети вырастают, муж отдаляется, возникает одиночество.
Если мужчина спивается в среднем за 16 лет, то женщина – за 10 лет. По мнению наркологов, при женском алкоголизме в два раза быстрее происходит умственная деградация, в разы быстрее, чем у мужчин, уменьшается масса вещества головного мозга.

Злоупотребление алкогольными напитками быстро сказывается на состоянии женского организма. Метаболические расстройства проявляются: склонностью к ожирению или истощению, лицо становится одутлованым, нарушается функция внутренних органов, развивается алкогольная кардимиопатия (поражение сердца), алкогольный гепатит, цирроз печени.

У будущей матери-алкоголички  страдает репродуктивная система, риск выкидыша увеличивается в 4 раза. Внутриутробное воздействие алкоголя приводит к появлению ряда проблем – от врожденных пороков до неврологических расстройств и нарушений развития ребёнка.

В биологическом смысле алкоголизм является неизлечимым заболеванием.

 Лечение начинается с остановки пьянства (купирование запоя) и лечения абстинентного (похмельного) синдрома.

Помните, здоровье – самое большое достояние каждого человека, а здоровая и трезвая семья – самое большое счастье и богатство на этом свете.

В случаях возникновения любых проблем с алкоголем, следует, не теряя времени, обращаться за помощью к специалистам.

 Женский алкоголизм: особенности заболевания