**Женщина и алкоголь - несовместимы**

  **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.

**Для женской зависимости характерны**:

- длительный скрытый период;

- медленное развитие и прогрессирование;

- большая выраженность симптоматики;

- сложности при снятии психологической зависимости.

Особенности женского организма приводят к тому, что с одной стороны, вызвать опьянение и токсический эффект может меньшая доза алкоголя, с другой – женщина оправиться от последствий разовых злоупотреблений быстрее и с меньшими потерями для здоровья.

Поэтому 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.

Специалисты напоминают, при регулярных эпизодах пьянства зависимость у женщины может развиться в течение **2-3 месяцев**.

Женщины, стараются оправдывать свою зависимость и используют для этого стандартные аргументы: процесс полностью под контролем, алкоголь употребляется только для расслабления, сознательное преуменьшение доз выпитого.

Факторы, толкающие женщину на употребление алкоголя:

заглушить неприятности, плохое воспитание, побои, отсутствие ласки и тепла, наличие в семье алкоголика (отец, мать, брат), смерть близких, всевозможные разочарования, измена мужа или близкого человека, одиночество, некрасивая внешность и т.д.

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

Развитие алкоголизма осуществляется в несколько этапов.

**На первом этапе**  – алкоголь становится 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.

Хотя женский алкоголизм, развивается в более позднем возрасте (25-35 лет), специалисты отмечают его особую тяжесть и злокачественность.

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 при помощи здорового образа жизни: в бассейне, спортзале, на пешей или велосипедной прогулке и т.д.

**Вторая группа риска** – **40-45 лет**. На этот период приходится пик семейных кризисов: дети вырастают, муж отдаляется, возникает одиночество.
По статистическим данным, **мужчина** спивается в среднем - за 16 лет, **женщина – за 10 лет**.

По мнению наркологов, при женском алкоголизме в два раза быстрее происходит умственная деградация, в разы быстрее уменьшается масса вещества головного мозга.

Злоупотребление алкогольными напитками быстро сказывается на состоянии женского организма. Метаболические расстройства проявляются: склонностью к ожирению или истощению, лицо становится одутловатым, 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 женский алкоголизм является неизлечимым заболеванием.

Тем не менее, женщины, которые все же обратились за помощью в медицинское учреждение, могут не только избавиться от алкогольной зависимости, но и начать новую жизнь. Лечение от зависимости начинается с купирования запоя и лечения похмельного синдрома.

**Совет специалистов, тем лицам у кого в роду есть (или были) пьющие родственники, особенно мужского пола, быть крайне осмотрительными в отношениях с употреблением алкогольных напитков и на любом этапе стараться контролировать себя**.

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.