**Женщина и алкоголь**

По данным ВОЗ, проблема пьянства и алкоголизма во всем мире приняла угрожающий характер. Для Беларуси она также одна из самых актуальных. По утверждению специалистов,  порог, после которого начинается необратимое изменение генофонда нации, составляет 8 литров.

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. Ранее соотношение женского алкоголизма к мужскому составляло 1:12, в настоящее время приближается 1:4.

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, а с другой – что женщина оправиться от последствий разовых злоупотреблений быстрее и с меньшими потерями для здоровья, чем мужчина.

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. 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.

Причин и факторов, способствующих приобщению женщин к алкоголю несколько.

Факторы, толкающие женщину на употребление: 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.п.

Наследственная предрасположенность к алкоголизму у женщин встречается чаще, чем у мужчин (если до недавнего времени на нее отводилось до 30%, то теперь этот фактор доходит 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.

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 здоровым способом: в фитнес - центре, бассейне, спортзале и т.д.

Вторая группа риска – 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.

Тем не менее, женщины, которые все же обратились за помощью, могут не только избавиться от алкогольной зависимости, но и начать новую жизнь. Лечение начинается с остановки пьянства (купирование запоя) и лечения абстинентного (похмельного) синдрома.

Совет специалистов, тем лицам у кого в роду есть (или были) пьющие родственники, особенно мужского пола, быть крайне осмотрительными в отношениях с алкоголем 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.

 Женский алкоголизм: особенности заболевания