



# Профилактика алкоголизма

**Алкоголизм** - это хроническое заболевание, вызываемое систематическим употреблением спиртных напитков, характеризующееся устойчивой зависимостью от них.

**Влияние алкоголя на здоровье** человека разрушительно, даже если доза не вызывает опьянения, она все равно причиняет вред. От алкоголя страдают: головной мозг, сердце, печень, поджелудочная железа, почки и весь организм.

## Признаки алкоголизма

**Первый признак** - первичное патологическое влечение к алкоголю, желание в определенном ритме потреблять алкоголь, причем это желание должно быть обязательно удовлетворено.

**Второй признак** - рост толерантности к алкоголю, способность перенести ту или иную дозу вещества.

**Третий признак** - утрата контроля над дозой.



## Профилактика алкоголизма:

- пропаганда здорового образа жизни и предупреждение алкогольных расстройств;
- обучение навыкам сопротивления в ситуациях, связанных с употреблением алкоголя, риском развития зависимости и рецидива;
- информирование детей, подростков и взрослых об особенностях алкоголя, его опасных последствиях для здоровья, поведения и жизни;
- выявление на самых ранних этапах в подростковом и даже детском возрасте предрасположенных к алкоголю людей;
- раннее выявление лиц, злоупотребляющих алкоголем и оказание им соответствующей медико-психологической помощи;
- контроль за производством и потреблением алкоголя на разных стадиях.

**В случаях возникновения любых проблем с алкоголем, необходимо обращаться за консультациями и помощью к специалистам.**

**Помните! Алкоголизм легче предупредить, чем лечить.**