

над дозой утрачен, в случае продолжения пьянства, через несколько лет любая доза алкоголя будет вызывать тяжелый эксцесс или запой. При постоянном употреблении спиртных напитков утрачивается контроль над потреблением спиртного, человек сильно напивается, наутро чувствует себя плохо (похмельный или абстинентный синдром), опохмеляется, но вновь не контролирует дозу, опять сильно напивается и это может длиться от 2-3 дней до нескольких месяцев.

ЛЕЧЕНИЕ АЛКОГОЛИЗМА

Больной алкоголизмом обречен либо на прогрессирующее ухудшение здоровья и социального статуса, либо на полную трезвость.

Лечение больного алкоголизмом заключается в том, чтобы человек научился жить, вообще не употребляя алкоголь.

Для лечения алкогольной зависимости используются различные методы: лекарственная терапия, психотерапия и социальная реабилитация.

Лечение больного начинается с остановки пьянства ("купирование запоя") и лечения абстинентного (похмельного) синдрома. Такую помощь можно получить в учреждениях здравоохранения.

Проблема больного и цель настоящего лечения - в сохранении и поддержании трезвости, причем такой трезвости, чтобы больной не чувствовал себя ущербным, неполноценным. Трезвость должна иметь качественную привлекательность для больного.

**В СЛУЧАЯХ ВОЗНИКНОВЕНИЯ ЛЮБЫХ ПРОБЛЕМ С АЛКОГОЛЕМ
СЛЕДУЕТ, НЕ ТЕРЯЯ ВРЕМЕНИ,
ОБРАЩАТЬСЯ ЗА КОНСУЛЬТАЦИЯМИ И ПОМОЩЬЮ К ВРАЧУ.**

**Анонимную консультацию врача-нарколога можно получить
в УЗ "Минский областной клинический центр**

"Психиатрия-наркология"

(г. Минск, ул. П. Бровки, 7).

Телефоны: 8-017-331-90-74, 8-029-101-73-73

Помните!

*Алкоголизм легче предупредить, чем лечить!
Раннее обращение за помощью – залог успешности
лечебно-профилактических мероприятий.*

**ГУ "Минский областной центр гигиены,
эпидемиологии и общественного здоровья"**

МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

Что же такое



алкоголизм?

Минск

ПРОБЛЕМА ПЬЯНСТВА И АЛКОГОЛИЗМА ДЛЯ БЕЛАРУСИ - ОДНА ИЗ САМЫХ АКТУАЛЬНЫХ И СОЦИАЛЬНО ОПАСНЫХ

В течение ряда последних десятилетий в Республике Беларусь отмечается распространение пьянства среди населения, особенно среди молодежи, а также рост числа состоящих на наркологическом учете лиц, страдающих хроническим алкоголизмом, а также лиц, употребляющих алкоголь с вредными для здоровья последствиями, в том числе несовершеннолетних.

Только за последнее десятилетие потребление алкоголя в пересчете на чистый спирт выросло с 6,7 литра на душу населения до 12 литров.

Порог же, после которого начинается необратимое изменение генофонда нации, составляет, по данным Всемирной организации здравоохранения, 8 литров.

Пьянство наносит огромный материальный ущерб государству, разрушает семьи, увеличивает социальное сиротство и, в конечном счете, ведет к деградации личности и нации в целом.



ЧТО ЖЕ ТАКОЕ АЛКОГОЛИЗМ?

Это хроническое заболевание, вызываемое систематическим употреблением спиртных напитков, характеризующееся устойчивой зависимостью от них.

Доза спиртного в организме свыше 4,5 промилле считается реальной угрозой для жизни, 0,5 промилле - алкогольное опьянение.

Алкоголиками не рождаются, ими становятся.

ФАКТОРЫ, СПОСОБСТВУЮЩИЕ ФОРМИРОВАНИЮ АЛКОГОЛИЗМА:

Биологические факторы - играют определенную роль в образовании алкогольной зависимости. Наследуется биологическая предрасположенность (биохимическая основа), на почве которой может развиваться болезненная зависимость. На основании исследований пришли к выводу, что у 60% зависимых от психоактивных веществ лиц (алкоголь, наркотики и т. п.) их ближайшие родственники страдали зависимостью.

Социальные факторы - обычаи и представления общества об алкоголе, ситуация в семье, способная как увеличивать, так и уменьшать риск возникновения зависимости. Соци-



альная нестабильность в обществе, безработица, жизненные потрясения, духовный и культурный "вакуум" и т. д.

Психологические факторы алкогольной зависимости включают: **а)** определенный склад личности (бездуховность, отсутствие серьезных интересов и цели в жизни, повышенная внушаемость); **б)** **патологические черты характера** (склонность к колебаниям настроений, трудности в установлении контактов, застенчивость, низкая или наоборот завышенная самооценка, неумение справляться со своими чувствами и т.п.); **в)** **астенические** (физические и нервно - психические слабости организма) и истерические расстройства.

Духовные факторы - отношение человека к самому себе, окружающему его миру и людям, которое связано с качеством участия в жизни.

Алкоголизм - это болезнь души со всеми вытекающими отсюда последствиями.

Частота употребления спиртных напитков, их относительная дешевизна и доступность - способствуют привыканию к алкоголю.

ПРИЗНАКИ АЛКОГОЛИЗМА

Первый признак - первичное патологическое влечение к алкоголю, желание в определенном ритме потреблять алкоголь, причем это желание должно быть обязательно удовлетворено. Здоровый человек легко отказывается от реализации этого желания, если обстоятельства требуют такого отказа.

Больной алкоголизмом либо не может отказаться от выпивки при любых обстоятельствах, а если он не сможет реализовать свое патологическое влечение, он испытывает раздражение, злобу или депрессию.

Второй признак раннего алкоголизма - рост устойчивости к алкоголю, способность перенести ту или иную дозу вещества. Здоровые люди обычно удовлетворяются приемом 100-150 мл крепкого алкоголя (за вечер), а при передозировке алкоголя испытывают тошноту и рвоту. Организм старается освободиться от яда. Поэтому эта нормальная реакция на алкоголь называется "защитный рвотный рефлекс". Больные алкоголизмом способны употреблять гораздо большие дозы алкоголя без каких-либо защитных рефлексов. Дозировка 400-500 мл водки за вечер уже должна настораживать как окружающих так и самого потребителя алкоголя.

Третий признак алкоголизма - утрата контроля над дозой. Здоровый человек в процессе употребления алкоголя испытывает чувство насыщения. Он выпивает бутылку пива или бокал сухого вина, и продолжать выпивку нет желания. Больной алкоголизмом выпивает некую ключевую дозу - обычно она составляет 100-150 мл водки - у него развивается непреодолимое желание продолжить выпивку дальше. Контроль

