

МИФ №7: ФРАНЦИЯ ПЬЁТ ВЕКАМИ И ПРОЦВЕТАЕТ.

По данным крупнейших учёных мира, лауреатов Нобелевской премии, профессоров Жана Доссе и Франсуа Жакоба, во Франции алкоголь и табак уносят ежегодно до ста тысяч жизней, не считая огромного числа инвалидов и умственно отсталых от рождения (Осада, 1990).

В течение многих десятилетий Франция занимала первое место в мире по алкоголизму, по циррозу печени и другим последствиям употребления алкоголя, при этом там была одна из самых низких в мире рождаемость.

Французов не спасало и то, что там, в основном, распространены сухие натуральные виноградные вина, как говорят пьющие — «хорошего качества». Ни качество, ни низкое содержание алкоголя в вине не спасали французов от отрицательных последствий. Болезни и инвалидность, прямая причина которых — потребление этих ядов, обходятся государственной казне Франции примерно в 18 млрд. долларов в год.

С 1980-х годов во Франции началось устойчивое снижение потребления вина и в то же время, стала увеличиваться средняя продолжительность жизни.

Вывод однозначен — чем меньше люди пьют вина, тем больше живут, и Франция подтверждает этот вывод.



**В СЛУЧАЕ БЕДЫ –
ОБРАЩАЙТЕСЬ!**

ГУЗ «Липецкий областной
наркологический диспансер»

Диспансерное отделение
г.Липецк, ул. Ленинградская, д.18
8(4742) 73-03-13

Отделение амбулаторной реабилитации
г.Липецк, ул. Космонавтов, д.2
8(4742) 34-85-86

Отделение стационарной реабилитации
8(4742) 43-00-98 (круглосуточно), 43-22-13
г.Липецк, ул. Крупской, д.2

Амбулаторное детско-подростковое отделение
г.Липецк, ул. Ленинградская, д.18
8(4742) 73-05-50

Обследоваться на ВИЧ можно здесь:

ГУЗ «Липецкий областной центр по
профилактике и борьбе со СПИД и
инфекционными заболеваниями»

г.Липецк, ул. Гагарина, 135

тел. 34-20-70, 34-54-42

АНОНИМНО И БЕСПЛАТНО

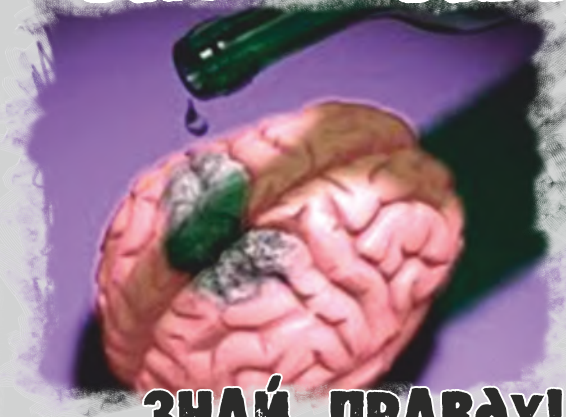
УПРАВЛЕНИЕ
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
ЛИПЕЦКОЙ ОБЛАСТИ



ГОСУДАРСТВЕННОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ

**ЛИПЕЦКИЙ
ОБЛАСТНОЙ
НАРКОЛОГИЧЕСКИЙ
ДИСПАНСЕР**

АЛКОГОЛЬ:



ЗНАЙ ПРАВДУ!

*“Люди впускают в свои уста врага,
который похищает их мозг”.*
Вильям Шекспир

МИФ №1: **АЛКОГОЛЬ — ПИЩЕВОЙ ПРОДУКТ**

Пищевым продуктом может быть продукт, который содержит белки, жиры, углеводы, минеральные вещества или витамины. И при этом не содержит в значительных количествах вредные примеси.

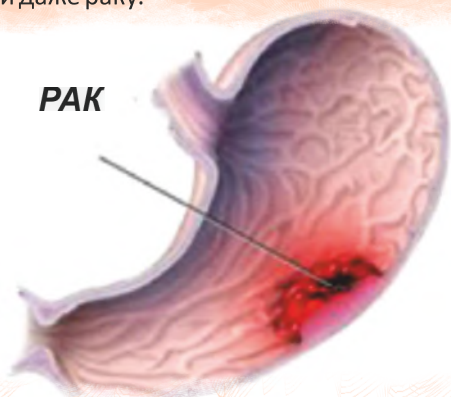
Чрезмерное употребление соли может привести человека даже к смерти. Но небольшое употребление соли, хотя бы в естественном виде — через овощи и фрукты — необходимо.

В поступлении алкоголя извне организм не нуждается.

МИФ №2: АЛКОГОЛЬ УЛУЧШАЕТ АППЕТИТ, СПОСОБСТВУЕТ ПИЩЕВАРЕНИЮ, УЛУЧШАЕТ УСВОЯЕМОСТЬ ПИЩИ

Научно доказано, что под влиянием алкоголя изменяется и извращается очень важный регулятор нашего организма — чувство голода, аппетит. Естественное чувство голода преувеличивается, происходит перегрузка желудочно-кишечного тракта, нарушается нормальное пищеварение. Последствием этого может быть нездоровая полнота, а при употреблении алкоголя в больших дозах — дистрофия и расстройство пищеварительного аппарата.

При разовом приёме дозы алкоголя 100-150 г. и больше происходит сильнейший «ожог» стенок пищевода и желудка. При регулярном отравлении — язве и даже раку.



МИФ №3: АЛКОГОЛЬ СПОСОБСТВУЕТ ОБЩЕНИЮ, СНИМАЯ СКОВАННОСТЬ

В состоянии алкогольного одурманивания человек становится чересчур откровенным и общительным, легкомысленным, лишается способности точно оценивать окружающее, перестает замечать опасность. Неумеренная оживленность и жестикulyция, хвастовство — следствие снижения контроля над эмоциями и поведением. Человек под действием алкоголя не стыдится вести себя непристойно, выражается нецензурно. Таким образом, алкоголь не способствует общению, а делает это общение более примитивным.



Алкоголь объединяет?
“Употребление спиртных напитков скотинит и зверит человека”. Ф. М. Достоевский

МИФ №4: **ПИВО МЕНЕЕ ВРЕДНО, ЧЕМ ВОДКА**

Вред здоровью приносят не вино, пиво или водка, а содержащийся в этих изделиях этиловый спирт, который совершенно одинаков во всех алкогольных изделиях. Имеет значения лишь то, сколько этилового спирта попадает в организм, а вот посредством какого именно изделия спирт попал в организм — принципиального значения не имеет. Пиво точно так же как и водка ведёт к развитию алкоголизма (пример — Германия, Дания, где распространен пивной алкоголизм). Кроме того, избыток воды, поступающий с пивом в организм любителя этого изделия, с годами ведут к заболеванию сердца, которое в народе именуется «пивное сердце» или «бычье сердце».

МИФ №5: АЛКОГОЛЬ РАССЛАБЛЯЕТ, СНИМАЕТ СТРЕСС

Алкоголь создаёт лишь иллюзию снятия напряжения. На самом же деле напряжение в мозге и во всей нервной системе сохраняется, и когда пройдет хмель, напряжение оказывается ещё больше, чем до принятия алкоголя.

Стресс, как бы на время «загоняется в угол». Затем стресс «выходит из тени» и вновь начинает терзать человека. К этому ещё добавляется ослабление воли и разбитость.

МИФ №6: АЛКОГОЛЬ ВЕСЕЛИТ

Веселье и смех — это очень важные моменты в жизни человека. Они дают отдых мозгу, отвлекая мысли от повседневных забот, чем укрепляют нервную систему, подготавливают её к новым трудам и заботам.

Но смех и веселье полезны только в тех случаях, когда они возникают у трезвого человека.

Пьяное «веселье» есть ничто иное, как первая стадия возбуждения под наркозом. Эта стадия возбуждения ничего общего с весельем не имеет, и после неё нет никакого отдыха нервной системе. Наоборот, вместо отдыха наступает угнетение со всеми последствиями (головная боль, апатия, разбитость, нежелание работать и т.д.), что никогда не наблюдается при трезвом веселье.

