Вредные привычки

Алкоголизм

Алкоголизм по праву относят к одной из самых серьезных проблем современного общества, так как темпы распространения этого заболевания увеличиваются с каждым годом. Постоянная реклама алкогольных напитков и доступность спиртного играют отрицательную роль, потому что это способствует распространению алкогольной зависимости среди населения. Особенно негативно «реклама» отражается на подростках, так как все запретное всегда притягивает. Алкоголизм молодежи – часто встречающееся явление. Для того чтобы человеку избавиться от непреодолимого желания принимать алкоголь надо совершить огромное усилие.

**Алкоголизм – что это?**

Принято считать, что алкоголизм – это заболевание, вызванное частым употреблением спиртных напитков и характеризующееся появлением сильного пристрастия к алкоголю. Его относят к одному из видов наркомании за счет того, что на центральную нервную систему алкоголь действует как наркотик. Из-за длительного и интенсивного злоупотребления спиртным начинаются характерные изменения во внутренних органах, поэтому этот факт тоже относят к симптомам алкоголизма.

Лечением любого заболевания должен заниматься специалист. В данном случае следует обращаться к психиатру-наркологу, так как алкоголизм серьезная проблема, вызывающая психиатрические и физические изменения в организме. Чаще всего справиться самостоятельно с данной болезнью невозможно, особенно, когда речь идет о второй и третьей стадиях алкоголизма. В итоге своевременное обращение к врачу поможет восстановить здоровье и устранить зависимость.

**Причины алкоголизма**

В последнее время все причины возникновения алкогольного пристрастия разделяют на три большие группы:

* Физиологические факторы.
* Психологические факторы.
* Социальные факторы.

Одним из самых важных моментов считают наличие генетической предрасположенности к алкоголизму, которая возникает из-за возникновения мутации в генах. В результате человек с такими изменениями в хромосомах значительно быстрее становится алкоголиком по сравнению с окружающими. Так как за последние десятилетия алкоголизмом стало страдать огромное количество людей, то и вероятность рождения детей с имеющейся предрасположенностью очень большая. Но наличие такой причины алкоголизма не является обязательным для его возникновения, так как большое значение оказывают воспитание и социальный статус.

Помимо генетической предрасположенности, к физиологическим факторам можно отнести состояние здоровья человека. При некоторых заболеваниях, касающихся нервной системы, обмена веществ или проблем с печенью алкоголизм возникает быстрее. Психологические изменения у алкоголика чаще всего присутствуют с начала заболевания. Человек, злоупотребляющий спиртным, часто испытывает депрессию и тревогу, имеет маниакальные изменения личности. Алкоголизм и его последствия в психологическом плане ужасны, так как личность человека сильно деградирует. Многие люди начинают «прикладываться» к бутылке от безысходности, другие считают, что алкоголь дает им возможность отдохнуть после рабочего дня. В совокупности это вызывает регулярное употребление алкоголя, которое в будущем приведет к возникновению зависимости.

***Социально-экономический фактор*** – это те условия, в которых существует человек. В зависимости от окружающей среды человек либо склонен употреблять спиртное, либо нет. Воспитание, традиции и семейные ценности влияют на то, каким образом человек отдыхает и решает проблемы. Если перед его глазами был негативный пример, то есть алкоголизм в семье, вероятность появления зависимости значительно увеличивается. Это связано с тем, что пропадает страх перед употреблением спиртных напитков. Если можно было родителям, то можно и мне – так думает большая часть молодежи, когда речь заходит об алкоголе и сигаретах.

**Стадии алкоголизма**

***Выделяют две формы зависимости – психологическая и физическая.*** Первая возникает из-за влияния алкоголя на центральную нервную систему, вторая – из-за включения этанола в обмен веществ. Алкоголизм развивается постепенно, что зависит от частоты употребления и количества выпиваемого спиртного. Для того чтобы диагностировать патологическое пристрастие к алкоголю доктор оценивает четыре признака:

* Степень влечения к алкоголю.
* Изменение толерантности к алкоголю.
* Алкогольный абстинентный синдром (появление психо-неврологических и соматовегетативных симптомов, которые возникают после прекращения приема спиртного). Симптомы алкоголизма всегда включают абстинентный синдром, характерный для всех наркоманов.
* Алкогольное поражение внутренних органов.

Для того чтобы понять тяжесть состояния, психиатр-нарколог всегда оценивает признаки алкоголизма. Самым важным остается пристрастие к алкоголю, то есть непреодолимое желание употреблять его в независимости от обстановки. Также доктора выделяют три стадии алкоголизма:

*Первая стадия* характеризуется появлением зависимости. Человек испытывает сильное желание принять алкоголь. Даже если желание обостряется один раз в неделю, это все равно грозный симптом. Алкоголик не осознает опасности происходящего и предпочитает утолить потребность, а не бороться с ней. Теряется контроль по отношению к количеству спиртного, то есть он пьет до того момента, пока не наступит опьянение. Человек часто агрессивен и раздражителен, что сильно бросается в глаза. На следующий день есть похмелье, но еще нет необходимости опохмеляться. Рвота отсутствует. Алкоголизм и его стадии протекают по-разному. Первая стадия обязательно переходит во вторую, но всегда за разные промежутки времени.

*Вторая стадия* характеризуется тем, что увеличивается толерантность к алкоголю, то есть необходимо больше спиртного для того, чтобы появилось состояние опьянения. Зависимость становится очень сильной. Теряется контроль во время приема алкоголя, а его количество постоянно растет. Алкоголизм и его причины ведут к появлению ретроградной амнезии. Основным отличием первой стадии от второй является возникновение абстинентного синдрома. Если не удовлетворить желание выпить спиртное, то запускается ряд механизмов, ухудшающих физическое и психическое состояние человека. Таким образом, организм требует следующую порцию алкоголя.

Появляется раздражительность, повышение артериального давления, дрожание рук, век, учащение сердцебиения, бессонница, рвота после еды или воды, а не после спиртного. Помимо физических признаков может начаться психоз с галлюцинациями. Состояние крайне опасно как для самого алкоголика, так и для окружающих. Чтобы не допустить таких тяжелых симптомов, алкоголик продолжает принимать спиртное, что приводит к запою. Последствия алкоголизма еще обратимы, но только при соблюдении всех условий лечения. На этой стадии алкоголики могут быть очень долго, иногда до конца жизни.

*Третья стадия* заключительная. Характеризуется тем, что сильно падает выносливость к алкоголю, то есть требуется маленькое количество спиртного для того, чтобы опьянеть. Абстинентный синдром очень яркий, приводит к ежедневному употреблению алкоголя. Личность человека изменяется в худшую сторону, так как интеллект и способность к мышлению полностью пропадают. Хронический алкоголизм ведет к необратимым изменениям во внутренних органах.

**Лечение и последствия алкоголизма**

Главным моментом в лечении алкоголизма является полный отказ от алкоголя на всю жизнь, так как даже однократное употребление спиртного возвращает алкоголика на прежнюю дорогу. В начале лечения особую роль уделяют устранению абстинентного синдрома и смягчению алкогольной зависимости. Для купирования алкогольной интоксикации используют препараты, усиливающие обмен веществ и выводящие этанол из организма. Алкоголизм и его последствия приводят к тому, что только медикаментозным лечением ограничится крайне сложно. Алкоголики нуждаются в интенсивной психотерапии, так как стабильная ремиссия возможно только при проведении полноценного лечения.

Для того чтобы оценить всю серьезность такой проблемы, как хронический алкоголизм, надо осознать социальный ущерб. Из-за пристрастия к алкоголю распадаются семьи, рождаются больные дети, которые в будущем тоже могут стать алкоголиками. Количество преступлений, совершенных из-за опьянения или для того, чтобы достать спиртное, неуклонно растет. Из-за распространенности алкоголизма происходит уменьшение общего интеллектуального уровня общества, что приводит к деградации и исчезновению культурных ценностей. Из-за проблем со здоровьем уменьшается количество трудоспособного населения. Последствия алкоголизма страшны не только для самого человека. Они затрагивают общество и ухудшают генотип всей нации. Поэтому надо делать акцент на профилактике этого страшного заболевания, а не на его лечении.

Алкогольная зависимость (алкоголизм)

Алкогольная зависимость (синонимы: хронический алкоголизм, хроническая алкогольная интоксикация, синдром алкогольной зависимости, алкогольная болезнь, алкогольная токсикомания, этилизм).

Алкогольная зависимость относится к заболеваниям, для которых характерно нарастание симптоматики (относится к прогредиентным заболеваниям), характеризующееся патологическим влечением к алкоголю, развитием абстинентного (похмельного) синдрома при прекращении приема алкоголя, а в дальнейшем развитием стойких расстройств нервной, психической систем и ухудшением общего соматического состояния. При дальнейшем употреблении алкоголя отмечается психическая деградация алкоголика.

Абстинентный синдром (abstinentia — воздержание) — синдром физических и/или психических расстройств, развивающийся у больных с алкогольной зависимостью спустя некоторое время после прекращения приёма алкоголя или уменьшения его дозы. Абстинентный синдром является составной частью синдрома физической зависимости.

Алкогольная зависимость всегда формируется у систематически пьющих людей. Алкогольная зависимость относится к числу социально-значимых заболеваний, поскольку злоупотребление алкоголем практически всегда отражается на обществе, семье алкоголика, друзьях, близких и на самом алкоголике. Алкоголик постоянно контактирует с другими людьми (на работе, в семье, на улице и т.д) и от этого страдают окружающие его люди.

**Факторы способствующие развитию алкогольной зависимости (алкоголизма)**

По мере усложнения социальной структуры общества, употребление алкоголя становится всё более индивидуальным, всё больше появляется личных мотивов и возрастает число факторов способствующих злоупотреблению алкоголем.

Раньше считалось, что распространение алкогольной зависимости характерно для малообеспеченных слоев населения. Однако в конце 19 века с улучшением благосостояния алкогольная зависимость так же начинала расти. Однако многие из Вас могут возразить, анализируя данные милицейских сводок, людей с алкогольной зависимостью как раз больше среди малообеспеченных граждан. Да милицейские сводки не врут, но тут дело вдругом, милиция задерживает граждан с низким образовательным и имущественным цензом. Люди из менее обеспеченных слоев общества не имея возможности сделать своё пьянство скрытым, пьют на улице, в подворотне и т.д. Обеспеченные же граждане пьют в дорогих ресторанах, которых могут доставить до дома на такси. Вот так в руки милиции попадают в основном пьяницы из малообеспеченных слоев общества.

***ВЫВОД: Алкогольной зависимости подвержены, как богатые, так и бедные.***

Причину алкогольной зависимости нужно искать в психологических мотивах. Психически малостойкого гражданина толкнуть к алкогольной зависимости могут следующие причины: трудности приспособления к внешним условиям среды, конфликт с окружением, неудовлетворенность, одиночество, непонятность, утомление, осознание своей неполноценности. Данные причины пьющий гражданин пытается временно снять за счет алкоголя.

Еще одна причина алкогольной зависимости это установки общества и общественная мораль. Чем меньше общество приемлет трезвенническую установку, тем распространенней алкогольная зависимость. Если общество повернется к трезвенническим установкам (сухой закон), то пить будут только те личности, которые отвергают нормальные общесоциальные нормы, а так же хронические алкоголики, которым нужна качественная медицинская помощь.

***ВЫВОД: Алкоголь употребляют или психически незрелые личности (дети, подростки) или неполноценные личности, которым настоящее удовольствие малодоступно ввиду недостаточного уровня нравственного, интеллектуального и культурного развития.***

 Распространению пьянства среди молодежи способствуют ложные установки о безвредности алкогольных напитков, силы обычаев, а так же фактор подражания. Велико и влияние окружения, когда все пьют трудно остаться трезвенником, а если человек решил бросить пить, то необходимо и менять свое окружение, если оно этому мешает.

Таким образом, мы с Вами подошли к заключению, что развитию алкогольной зависимости способствуют следующие наиболее важные факторы: низкий культурный и духовный уровень, не здоровый образ жизни, отсутствие трезвеннических установок общества, слабость волевых качеств личности на фоне влияний ближайшего окружения.

****** Указанные факторы не фатальны для нашего общества и могут быть преодолимы, если только само общество повернется к трезвеннической установке.

Последние установки, которые хотят навязать нашему обществу, а именно «культура умеренного питья» не допустимы!!!

Не только хроническая алкогольная зависимость, но и «культурное, умеренное питье» наносит вред организму человека, нередко ведет к конфликтам в семье и даже разрушению семьи, но самое главное пагубно отражается на воспитании детей и их психическом здоровье.

Психолог: Николаеня Ю. В.