



#Ты СИЛЬНЕЕ
МИНДРАВ | УТВЕРЖДАЕТ

8 800 200 0 200
TAKZDOROVO.RU



**Профилактика
злоупотребления алкоголем
в новогодние праздники**

Новый год и Рождество – долгожданные и всеми любимые праздники. Чтобы новогоднее торжество прошло радостно, следует принять во внимание опасности Нового года и принять меры по предупреждению неприятных последствий.

- Одевайтесь по погоде, используйте удобную, нескользящую обувь
- Не проходите вблизи зданий, чтобы избежать падающих сосулек
- Будьте осторожны при катании с горок, на коньках, беге на лыжах
- Помните о мерах пожарной безопасности
- Следуйте инструкции при использовании пиротехники

Телефоны скорой
медицинской помощи:
103 с мобильного телефона
03 с городского телефона

Великие люди об алкоголе



В. Белинский. Пьют и едят все люди, но пьянствуют и обжорствуют только дикари.



А. Чехов. Водка белая, но краснит нос и чернит репутацию.



Л. Толстой. Пьянство заглушает голос совести. В этом главная причина самоодурманивания людей. Спирт так же консервирует душу и ум пьяницы, как он консервирует анатомические препараты

В период новогодних праздников не забывайте о принципах здорового питания, не переедайте, не злоупотребляйте алкогольными напитками, будьте физически активными, больше времени проводите на свежем воздухе!

*При резком ухудшении самочувствия (острые боли в животе с тошнотой или рвотой и др.) не занимайтесь самолечением, звоните:
103 с мобильного телефона
03 с городского телефона*

АЛКОГОЛЬ: ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ



АЛКОГОЛЬ НЕГАТИВНО
ВЛИЯЕТ НА ИММУННУЮ
СИСТЕМУ ОРГАНИЗМА



АЛКОГОЛЬ СПОСОБУЕТ
НАРУШЕНИЮ ПСИХИЧЕСКОГО
ЗДОРОВЬЯ



АЛКОГОЛЬ ЯВЛЯЕТСЯ
НАРКОТИКОМ

Алкоголь гораздо больше
причиняет горя, чем радости,
всему человечеству .

Сколько талантливых и сильных людей
погибло и погибает из-за него.



русский учёный, первый русский
нобелевский лауреат, физиолог

Иван Петрович Павлов



ПОМНИТЕ, РОДИТЕЛИ
ЯВЛЯЮТСЯ ПРИМЕРОМ
ДЛЯ ДЕТЕЙ



АЛКОГОЛЬ ЕЖЕГОДНО
ПРИВОДИТ К СМЕРТИ ТРЕХ
МИЛЛИОНОВ ЧЕЛОВЕК



УПОТРЕБЛЕНИЕ
АЛКОГОЛЯ
НАНОСИТ
ВРЕД
ЗДОРОВЬЮ



ДЕПАРТАМЕНТ
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
КОСТРОМСКОЙ ОБЛАСТИ



Высказывания великих людей о вреде алкоголя для человека



Лев Николаевич
Толстой
1928г.-1910г.
писатель
философ
мыслитель
прозаик
публицист

«Спиртные напитки – зло, дьявольское питье, от них люди
делаются вначале как лисицы, потом как волки, и, наконец,
как свиньи валяются в грязи.»

Л.Н. Толстой

Влияние алкоголя на организм человека

Этиловый спирт является депрессантом центральной нервной системы слабо наркотического действия. Различают три степени алкогольного опьянения.

Легкое опьянение.

Может наступить после приема 30-40 г чистого алкоголя (чистого этанола). Для него характерно умеренное возбуждение, ощущение тепла, ухудшение качества работы (физической и умственной).

Среднее опьянение.

Наступает после приема 50-100 г чистого алкоголя. Оно характеризуется резко выраженной и длительной стадией возбуждения, часты правонарушения, травмы, несчастные случаи. Возбуждение сменяется угнетением (вялость, сонливость), протрезвление сопровождается общим недомоганием, тошнотой, головной болью.

Тяжелое опьянение.

Наступает при употреблении 100-300 г чистого алкоголя. Типичные симптомы: кратковременное (30-60 мин.) бурное возбуждение, переходящее в глубокий сон. Протрезвление через 6-8 часов обычно сопровождается значительным недомоганием.

Смертельная доза.

Для взрослых 4-8 г на кг массы тела, для детей - 3 г на 1 кг. Однако восприимчивость к алкоголю зависит от индивидуальных особенностей, условий питания, приема алкоголя и т.д.

Алкоголизм.

Заболевание, причиной которого является систематическое употребление алкоголя и характеризуется постоянной потребностью, наркотической зависимостью от него.



Алкоголизм - хроническое заболевание, проявляющееся тремя основными симптомами: болезненным влечением к алкоголю, систематическим злоупотреблением алкоголем и алкогольной зависимостью.



АЛКОГОЛЬ - ЭТО ОПАСНО!



STOP!!!- Алкоголь

Потребление алкоголя способствует развитию сердечно-сосудистых заболеваний



Алкоголь разрушает семью



Потребление алкоголя может привести к нарушению правопорядка



ПОСЛЕДСТВИЯ ЧРЕЗМЕРНОГО УПОТРЕБЛЕНИЯ АЛКОГОЛЯ

**БОЛЕЕ 300 000
СМЕРТЕЙ**

связанных со злоупотреблением
алкоголем в России

**ЗЛУОПРЕБЛЕНИЕ АЛКОГОЛЕМ
МОЖЕТ ПРИВОДИТЬ К РАЗВИТИЮ
БОЛЕЕ 60 ЗАБОЛЕВАНИЙ:**

С М Е Р Т Ь
30% мужчин и
15% женщин
в России прямо или
косвенно связаны с
употреблением алкоголя

Депрессия, тревога,
деменция, синдром Корсакова

Панкреатит,
рак поджелудочной железы

Диарея, гастрит, язвенная болезнь
желудка и 12-перстной кишки,
варикоз вен пищевода

Инсульт, эпилепсия, энцефалопатия,
церебральная атрофия, рак ротовой
полости, глотки и пищевода

Сексуальная дисфункция, аменорея,
ранняя менопауза, спонтанный аборт

Гипертония, кардиомиопатия,
нарушения ритма сердца

Жировая дистрофия печени, рак печени,
алкогольный гепатит, цирроз