

АЛКОГОЛИЗМ



Общие сведения

- Алкоголизм - это заболевание, возникающее в результате пагубной привычки употреблять спиртное часто и в чрезмерных количествах. Алкоголики становятся зависимы от спиртного. Если резко лишить их возможности выпивать, это может вызвать абстинентный синдром, который включает такие симптомы, как тошнота, рвота, тревожность, галлюцинации, дрожь и др. Алкоголизм нарушает мозговую деятельность и память, ухудшает физические способности, человек начинает совершать неразумные поступки.

Причины развития алкоголизма

- Существует множество причин, при которых человек может пристраститься к алкоголю. Это может быть стресс в результате эмоционального конфликта, тяжелая утрата (например, смерть близкого), сложности на работе. Алкоголизму способствует депрессивный характер личности с низкой самооценкой, недовольство своими действиями и поступками. Имеет значение наследственный фактор, а также различные факторы окружающей среды и культуры.



Симптомы алкоголизма

Злоупотребление спиртным влияет на способность человека принимать повседневные решения, делает его безответственным. Алкоголики могут не ходить на работу или не посещать занятий, у них возникают сложности в общении. На конечных стадиях алкоголизма они оказываются неспособными позаботиться даже о себе.

Первые признаки алкоголизма можно заподозрить, если человек:

- - употребляет спиртное с целью забыть обо всех проблемах,
- - выпивает по утрам или в одиночку,
- - в состоянии опьянения может нанести вред себе или окружающим,
- - нуждается во все большем и большем количестве спиртного,
- - теряет контроль над собой.
- Если у вас или ваших близких имеются подобные проблемы, постарайтесь обратиться к врачу.

Осложнения

У алкоголиков изменяются ценности, интересы, круг общения. Самое страшное, что эти изменения присутствуют не только в состоянии опьянения, но и в светлые трезвые промежутки. К осложнениям алкоголизма можно отнести:

- - тревожные состояние и депрессии, порой приводящие к попыткам самоубийства;
- - потерю аппетита,
- - цирроз печени, гастрит, кардиомиопатию, панкреатит, психоз, периферическую невропатию (peripheral neuritis),
- - поражения плода при злоупотреблении алкоголем во время беременности. Этот синдром называется алкогольный плод, он включает врожденные дефекты и пороки и нарушения умственного развития в последующем.

Что можете сделать вы:

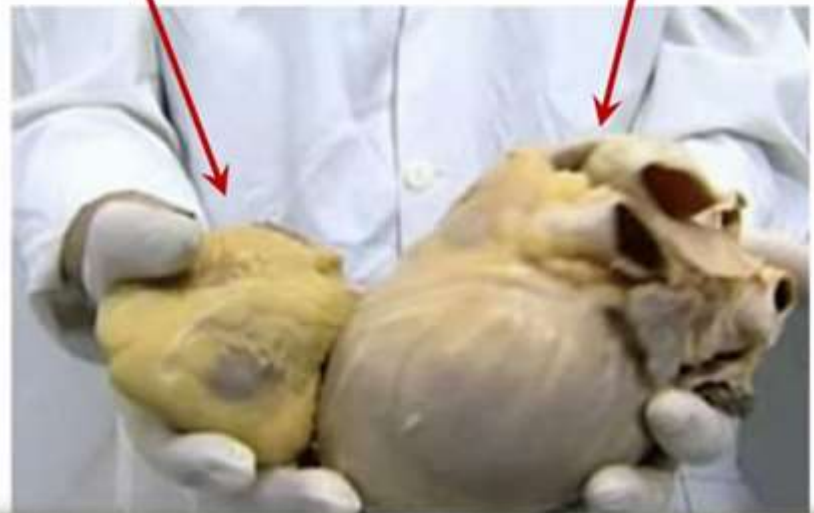
- Вам необходимо перестать употреблять алкоголь. Ищите поддержки и помощи у близких. Они любят вас и хотят, чтобы вы были здоровы. Существуют специальные врачи, занимающиеся проблемами алкоголизма и наркомании. Нет ничего зазорного в посещении таких врачей и медицинских центров. Кроме того, сейчас хорошо развита система телефонов доверия.
- Если в вашей семье есть человек, страдающий алкоголизмом, необходимо сделать все возможное для того, чтобы он согласился обратиться за помощью к профессионалу. Ни в коем случае не помогайте алкоголику достичь желаемого. Вместо того, чтобы жалеть его, дайте ему встретиться лицом к лицу с последствиями собственных действий. Алкоголик должен самостоятельно осознать, что так дальше жить нельзя. Вы лишь можете помочь ему прийти к этому решению.



Что может сделать ваш врач

В таких случаях проводится лечение с детоксикацией и реабилитация. Для выявления возможных осложнений проводят анализы и другие исследования. Назначают соответствующее лечение. Во время терапии для пациента очень важна поддержка родственников, он должен чувствовать, что они ценят и любят его даже в сложившейся ситуации.

Нормальное сердце **Сердце умеренно**
сердце **пившего пива**



Профилактические меры

Алкоголизм развивается постепенно. Если вы пытаетесь решать свои проблемы с помощью алкоголя или просто употребляете алкоголь ежедневно, следует задуматься о своем состоянии. Если вы решили бороться со своей пагубной привычкой, старайтесь следовать следующим советам:

- - сокращайте время, которое вы проводите с пьющими людьми. Избегайте того места и той компании, в которой вы обычно выпиваете,
- - старайтесь контролировать количество выпитого. Вы можете выпить коктейль или бокал вина на празднике, но только один. Остальные напитки должны быть безалкогольными;
- - не пейте за рулем. Если вы решили выпить, позаботьтесь о том, чтобы кто-то, кто не выпивал, привез вас домой;
- - воздерживайтесь от приема алкоголя, если в вашей семье кто-то страдал от алкоголизма;
- - старайтесь отказаться от всех вредных привычек, очень часто первая тянет за собой следующую;
- - не используйте алкоголь как средство ухода от проблем. Если у вас трудности дома или на работе, поговорите с другом, родственником, членом вашей церковной общины или с врачом, которому доверяете.





АЛКОГОЛИЗМ - БОЛЕЗНЬ
но ни один врач не выпишет больничный