У человека, злоупотребляющего спиртными напитками, нет ни одного органа, который бы не подвергался разрушительному действию алкоголя. Больше всего страдает психическое и физическое здоровье.

Особенно токсическое, ядовитое действие оказывают алкогольные напитки на развивающийся организм. Алкоголь, повреждая клетки органов, вызывает их неправильное формирование и функционирование.

**Алкоголь и мозг.** Алкоголь - жидкий наркотический яд, который обладает способностью накапливаться в мозгу, медленно разрушать его. Попадая в кровь, молекулы этилового спирта воздействуют на красные кровяные клетки -эритроциты, таким образом, что они слипаются в грозди крупных размеров, которые уже не могут двигаться по капиллярам различных частей тела, в том числе головного мозга и сетчатки глаза. Кровоснабжение, а вместе с ним и передача кислорода к отдельным нейронам мозга просто прекращается. При этом мозг испытывает кислородное голодание, которое воспринимается нами как состояние легкого опьянения. Онемевшие нейроны отмирают.

А что же такое похмелье? Это процесс удаления отмерших клеток головного мозга, который сопровождается повышением внутричерепного давления за счет увеличения притока жидкости. В результате такого «промывания» мозга, погибшие нейроны выводятся из организма с мочой.

Изменение структуры головного мозга возникает уже при умеренном употреблении алкоголя. Шведские ученые установили, что после 4-х лет употребления спиртных напитков имеет место сморщенный мозг, из-за гибели миллиардов клеток коры головного мозга. У «умеренно пьющих» сморщенный мозг обнаружен в 85% случаев. Даже после 1-2 рюмок водки некоторые умственные функции, включая рассудительность и память, ослабляются безвозвратно.

Из внутренних органов быстрее и чаще всего поражается **желудочно-кишечный тракт.** По данным ученых, 95% злоупотребляющих алкоголем лиц -больны гастритом, язвой желудка. Алкоголь нарушает всасывание витаминов, что ведет к возникновению гипо-, авитаминоза.

Особенно разрушительно действие алкоголя на **печень.** Она не справляется с алкогольной нагрузкой, и происходит разрушение клеток этого органа, что приводит в дальнейшем к неизлечимому заболеванию - циррозу печени.

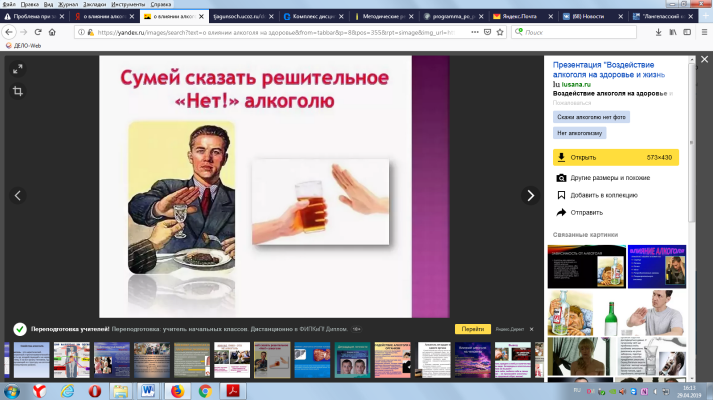
Необходимо подчеркнуть, что к циррозу приводит не только злоупотребление крепкими спиртными напитками, но и непомерное винопитие, чрезмерное увлечение пивом, то есть пристрастие к так называемым легким напиткам.

Хорошо известны случаи алкогольного поражения **сердца,** которое может протекать с нарушениями ритма (синдром «праздничного сердца») и тяжелой сердечной недостаточностью. Характерным симптомом алкогольной болезни является артериальная гипертония. Нарушения в сердечно-сосудистой системе ведут к инфаркту миокарда и кровоизлияниям в мозг (инсульту).

Очень чувствительны к действию алкоголя и **почки.** Воспаление мочевого пузыря (цистит), воспаление почечных лоханок (пиелит) - серьезные и опасные заболевания, к которым может приводить злоупотребление алкоголем.

Пьющие чаще других болеют разными простудными и инфекционными заболеваниями, так как у них снижается иммунитет, ослабевают защитные силы организма. Алкоголь настолько отрицательно действует на лейкоциты - белые кровяные тельца, что не дает им возможности бороться с различными микробами.

Средняя продолжительность жизни людей, злоупотребляющих алкоголем на 15 - 20 лет меньше, чем у непьющих. Повышенная смертность объясняется не только алкогольными отравлениями и осложнениями основных заболеваний (цирроз печени, кардио-миопатия), но и повышенным риском случайных смертей (травмы, суициды, несчастные случаи).



**БЕРЕГИТЕ СВОЕ ЗДОРОВЬЕ! ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ В ВАШИХ РУКАХ!**

**Если в вашей семье возникли проблемы**

**БУ «Лангепасский комплексный центр социального обслуживания населения»**

**Отделение социальной адаптации**

**для лиц без определённого места жительства**

Вы можете обратиться по следующим проблемам:

• индивидуальные консультации по проблемам зависимости,

• социально-психологическая помощь в трудной жизненной ситуации.

**Наш адрес: г. Лангепас,**

**ул. Солнечная 21А**

***Заведующий отделением -***

**Карасова Инна Вячеславовна**

***Специалист по социальной работе***

Зорова Марина Евгеньевна

***Психолог:***

Чинегина Ирина Ивановна

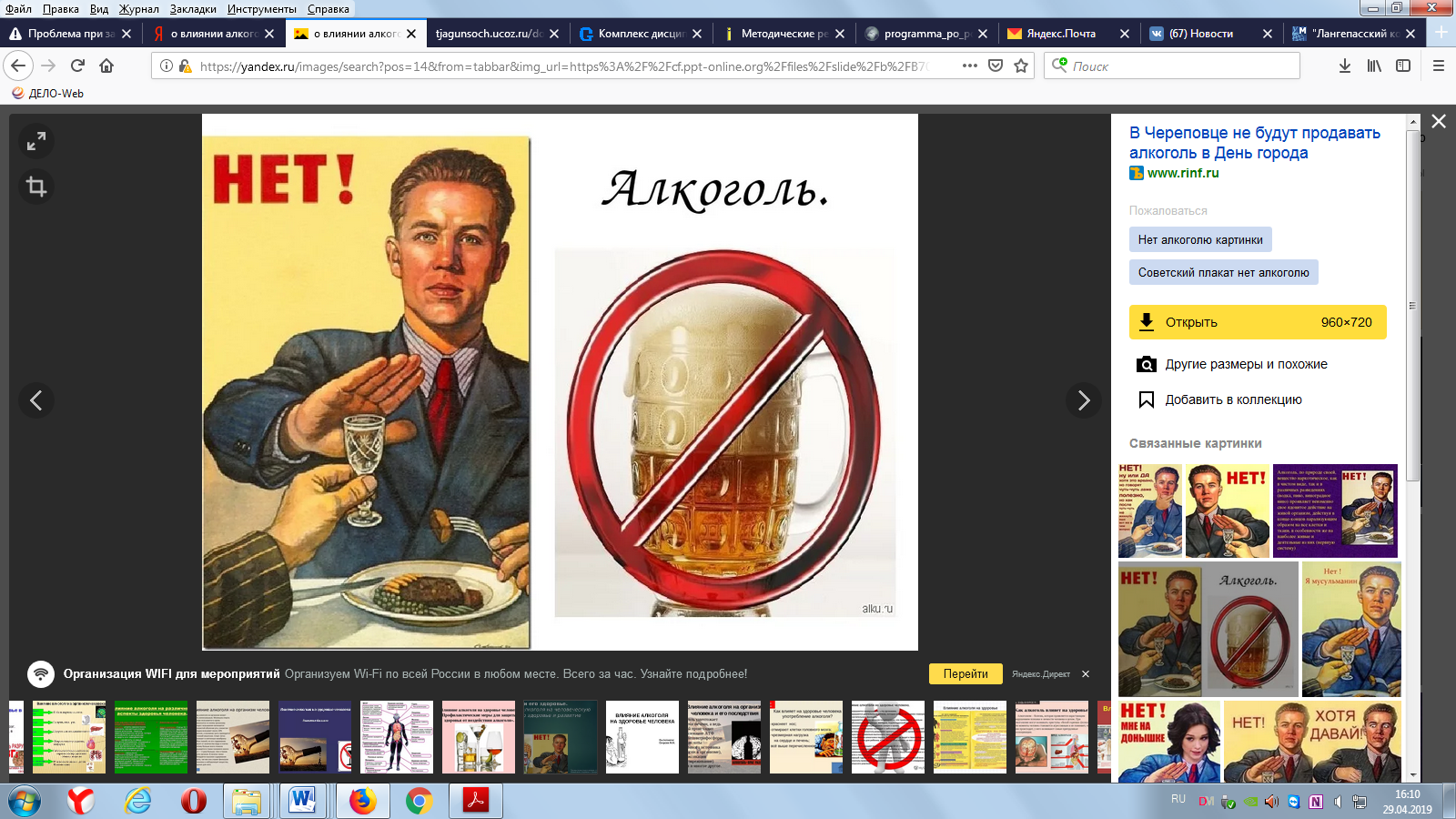
**Телефон: 8(34669) 50740**

**Сайт учреждения:** [**http://kcson-viktoria.hmansy.socinfo.ru**](http://kcson-viktoria.hmansy.socinfo.ru)

**Группа ВК:** [**https://vk.com/public145368973**](https://vk.com/public145368973)

**бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа Югры «Лангепасский комплексный центр социального обслуживания населения»**

**О влиянии алкоголя на здоровье человека**



**Лангепас**

**2019г.**