



МИФЫ ОБ АЛКОГОЛЕ





Люди любят сказки. Некоторые — настолько, что заставляют себя в них верить. ;)

«Вредно иметь вредные привычки», — нудит что-то внутри. «Вредно. Но не для меня...» 8|

Весьма удобно: решаем проблему, просто запретив себе верить в ее существование. А что проблема от этого не исчезает, никого, вроде как, и не волнует. «Все же так поступают».

Сказки — это хорошо. Они добрые. :) Но не все. В этой брошюрке мы собрали несколько «жестяных». Ты их знаешь. Попробуй прочитать заново: вдруг наши коммент'ы что-то новое откроют. А как относиться к старым мифам потом... **Выбор за тобой!**

АЛКОГОЛЬ: ЧТО ПРОИСХОДИТ ВНУТРИ?

Алкогольные напитки — это, по сути, этиловый спирт. В организме человека он вызывает закупорку мелких сосудов. Через «закрытые» сосуды кровь перестает доставлять в головной мозг кислород. Таким образом, у принявших алкоголь людей начинается кислородное голодание. В быту его воспринимают как «безобидное» опьянение. Не понятно только, для кого оно может быть безвредным. Ведь следствием опьянения становится сначала «онемение» а потом и вовсе — отмирание клеток мозга.



АЛКОГОЛЬ: ЧТО ПРОИСХОДИТ СНАРУЖИ?

Сначала алкоголь делает людей беспричинно веселыми. Все им кажется замечательным: и настоящее, и будущее. А неприятности и трудности — это так, пустяки. Еще бы, ведь опьяневшему человеку собственные способности представляются безграничными.

По мере того, как спирта в крови становится больше, благодушие сменяется раздражительностью и агрессией. Поведение выходит из-под контроля.

Увеличение «дозы» приводит к острому отравлению. Это такая замечательная ситуация, когда кружится голова, начинается рвота, нарушается координация движений. Лучшее из всего, конечно, — бессознательное состояние: человек перестает реагировать не только на окрик, но и на боль. Цвет его лица становится сначала багрово-красным, а затем — бледно-синюшным.

МИФЫ ОБ АЛКОГОЛЕ.

МИФ. АЛКОГОЛЬ ПОМОГАЕТ РЕШИТЬ ПРОБЛЕМЫ, ПОТОМУ ЧТО СНИМАЕТ СТРЕСС.

Comment'ы. Алкоголь — это не волшебная палочка. Максимум, что он может — «приглушить» тревогу, «стереть» проблемы из памяти. Но трудности не исчезают, когда о них перестают думать. Со временем они только множатся!

Ну а если решать какой-либо вопрос «навеселе», то, извините, и результат окажется «веселым». Но только совсем не таким, как хотелось бы.



МИФ. АЛКОГОЛЬ СНИМАЕТ СТРАХ И НЕУВЕРЕННОСТЬ В СЕБЕ.

Comment'ы. В общем-то, да, это так. Но к отсутствию страха еще добавляется глупое безрассудство и полное отсутствие самоконтроля. «Без тормозов» человек быстро приобретает много проблем: с учебой, с родителями, со здоровьем, с милицией и т.д.

МИФ. ЕСЛИ ПИТЬ «КУЛЬТУРНО», НИЧЕГО ПЛОХОГО НЕ БУДЕТ.

Comment'ы. Организму все равно, «культурно» или «некультурно» алкоголь попадает в кровь. Клетки мозга гибнут при любом раскладе.

Кроме того, «культурная» выпивка тоже ведет к привычке. Привычка перерастает в потребность. А потребность — это уже алкоголизм.



МИФ. АЛКОГОЛЬ УКРЕПЛЯЕТ ДРУЖБУ.

Comment'ы. Сначала алкоголь — для «дружбы», потом дружба — для алкоголя...

Дружба на алкогольной почве длится до тех пор, пока у человека есть деньги для ее «поддержания», то есть приобретения «горючего». Пьющий человек, по сути, обречен на одиночество: когда кончаются деньги, друзья «по интересам» ищут другую компанию.

МИФ. АЛКОГОЛЬ УЛУЧШАЕТ СОН.

Comment'ы. Ничего алкоголь не улучшает. Он погружает человека в далекое от здорового сна состояние — в наркотический сон.

Кроме того, человек очень быстро приобретает зависимость от алкоголя. А для пьющих людей мучительная бессонница — привычное дело.

SPECIAL FOR GUYS!

МИФ. АЛКОГОЛЬ СОЗДАЕТ ОБРАЗ ЗРЕЛОГО МУЖЧИНЫ.

Comment'ы. Под воздействием алкоголя многие кажутся самим себе более «серьезными». При этом окружающие вынуждены терпеть рядом с собой, в лучшем случае, глупеньких, а то и просто жалких мальчиков.



Лучше спросите у девочек, как, по их мнению, выглядит настоящий мужчина!

НЕКОТОРЫЕ ФАКТЫ.

- ☺ 2/3 населения Земли воздерживаются от употребления алкоголя.
- ☹ От употребления пива хронический алкоголизм развивается в 3-4 раза быстрее, чем от крепких алкогольных напитков.
- ☹ Так называемое «похмелье» и сопутствующие ему неприятные ощущения связаны с процессами «промывания» головного мозга кровью. Организм вынужден это делать: ему необходимо избавиться от клеток, которые гибнут в результате воздействия алкоголя.
- ☹ Выпив слишком много, человек может отравиться алкоголем, потерять сознание, подавиться рвотными массами и умереть.

ЕСТЬ ВОПРОСЫ?

Звони, пиши и приходи

в Центр профилактического сопровождения
«Компас»

Телефоны: (351) 261-42-42, 261-44-95
e-mail: centr@kompas-chel.ru, www.kompas74.ru
Адрес: 454092, г. Челябинск,
ул. Переселенческий пункт, д. 10



Авторский коллектив:

- В.Н. Воробьева, психолог муниципального учреждения «Центр профилактического сопровождения «Компас».
- Е.А. Борискина, психолог муниципального учреждения «Центр профилактического сопровождения «Компас».

Рецензент: С. А. Авдеев, директор муниципального учреждения «Центр профилактического сопровождения «Компас».

При подготовке данной брошюры использовались следующие источники:

1. Официальный сайт Управления Федеральной службы РФ по контролю за оборотом наркотиков по г. Москве: <http://www.ugnk.mos.ru/s003.shtml>

Данная брошюра распространяется бесплатно с целью профилактики алкоголизма. Ограничения по возрасту: от 14 лет.

Издание осуществлено муниципальным учреждением «Центр профилактического сопровождения «Компас» при методической поддержке Челябинской городской общественной организации «Независимый исследовательский центр «Есть мнение», при поддержке Управления по делам молодежи Администрации города Челябинска в 2009 г.