

НЕТ ПЬЯНСТВУ НА ПРОИЗВОДСТВЕ!

Алкоголизм – это заболевание, возникающее в результате пагубной привычки употреблять спиртное часто и в чрезмерных количествах. Алкоголики становятся зависимыми 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.

Алкоголизма наблюдается во всех странах мира. Многочисленные примеры алкогольной деградации населения видно не только из сообщений СМИ – эти примеры буквально окружают любого человека, независимо от особенностей среды проживания.

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,
- 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.

Алкоголизм – опасная болезнь, связанная с физической и психической тягой к приему спиртных напитков. Многочисленные примеры алкогольной деградации населения видно не только из сообщений СМИ – эти примеры буквально окружают любого человека, независимо от особенностей среды проживания.

◆ Проблема алкоголизма существовала с начала возникновения человечества, и уже тогда болезнь была свойственна не только так называемым маргиналам, но и высшему свету. Правители государств время от времени пытались принимать жесткие меры относительно контроля за трезвостью общества, но чаще всего такие меры воспринимались как репрессии. Такое общественное неприятие, к примеру, сложилось в ходе знаменитых и относительно недавних горбачевских антиалкогольных реформ перестройки в 1985-1991 годах.

Отношение к алкоголизму

◆ Среди «простых» людей укрепилась удивительная вера, что алкоголизм – это удел бомжей и опустившихся личностей, хотя бытовое пьянство в различных стадиях распространено практически на все социальные слои. Даже при самых явных признаках запущенного алкоголизма его принято не осознавать и не ограничивать: пьют в компаниях и в одиночку, прячут спиртное от семьи, скрывают запои под благовидными предложениями.

◆ Почему-то считается, что помощь в виде организаций «анонимные алкоголики» или медицинского кодирования алкоголизма – признак слабости характера, вмешательство в личную жизнь. Алкоголь принято считать хорошим антидепрессантом, но таковым он может являться лишь в гомеопатических дозах, при специальном врачебном назначении. Наша же «культура» – снисходительное отношение к пьющим гражданам, сочувствие, понимание и всепрощение.

◆ Между тем, алкогольное цунами растет, расходится волнами, захватывая всех на своем пути. Стрессы и неуверенность в себе провоцируют «расслабиться», но это несет за собой лишь новый виток проблем – физических и нравственных. Но итог такой «бурной и красивой жизни» чаще всего – алкоголизм, одиночество, смерть.

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 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.

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.

Задача профилактики алкоголизма

◆ Под профилактикой алкоголизма понимают такие способы, которые направлены на формирование негативного отношения к спиртному. Главной задачей является формирование такого образа жизни у человека, в которой у него не будет тяги к алкоголю. Выделяют три этапа профилактики алкоголизма.

◆ Народная медицина способная вылечить многие заболевания, с которыми не всегда справляется современная медицина. Например, лечение эпилепсии, лечение инфаркта миокарда народными средствами не редко дают больший эффект. Народная медицина включает в своих методах

лечения систематическое и длительное воздействие на организм составами, в которые входят полезные для организма компоненты. Их воздействие не ограничивается только одним определённым органом. Происходит воздействие на весь организм в целом. В этом и состоит лучшее врачевание, так у человека нет обособленных органов невзаимосвязанных друг с другом.

Первичная профилактика алкоголизма

◆ Первичная профилактика направлена на предупреждение возникновения алкоголизма. Такие мероприятия обычно направлены на рассказ, о пагубных действиях алкоголя. Чтобы в результате у человека сформировалась альтернативная жизнь, в которой алкоголь не будет играть не какой роли. Ведь доказано, что самым лучшим методом профилактики алкоголизма, является формирование сознания личности человека так, что алкоголь больше не является ценностью в жизни.

◆ Последствия алкоголизма ужасающи: разрушенные семьи, покалеченные судьбы, дети-инвалиды, усиление криминогенной активности на почве пьянства и многое другое. Болезни, которые несет с собой неумение справиться с алкогольной тягой – рак прямой кишки, неврозы, проблемы ЖКТ, алкогольные гепатиты и панкреатиты, циррозы, психические и генетические заболевания...

◆ Кроме того надо помнить, что "чуть-чуть" - не считается. Обычно, пивом тяга к спиртному не ограничивается: коктейли, вино, крепленое вино, ликеры, водка, коньяк – эти «благородные» напитки недолго ожидают своей очереди. «Американизация» образа жизни навязала некоторые несвойственные нам алкогольные привычки. К примеру, бокал вина за завтраком, обедом и ужином; деловые обеды с возлияниями; корпоративные мероприятия; пивные бары без использования закусок; ресторанный алкогольный «этикет». Неудивительно, что среди признанных медициной алкоголиками оказались известные лица культуры, искусства, политики, шоу-бизнеса и делового мира.

Вторичная профилактика алкоголизма

◆ Вторичная профилактика направлена уже на лечение больных алкоголизмом. В эту программу входит работа с семьёй больного, его встреча с бывшими алкоголиками, собеседование и широкая социально-психологическая помощь.

◆ Алкоголизм коварен тем, что его воздействие на человека строго индивидуально: привычка к этиловому спирту складывается под воздействием целого комплекса факторов. Это и наследственная предрасположенность, и влияние собственной социальной группы с его мнением и традициями, и психическая неуравновешенность и т.д. Отмечено, что женский алкоголизм встречается реже мужского, но болезнь протекает с более негативными последствиями. И, что важно, алкоголизм на поздних стадиях практически неизлечим – сродни наркомании и токсикомании. Да и многие ли хотят от него лечиться? Тем более, что закон требует добровольного согласия больного на лечение. Между тем, переход от одной

стадии к следующей идентифицируется сложным образом, и больной, считая, что всегда может остановиться, часто пропускает «точку возвращения».

Третичная профилактика алкоголизма

◆ Третичная профилактика направлена на оказание помощи выздоравливающим от алкоголизма людям. В эту программу входит психологическая консультация и посещение общества анонимных алкоголиков.

Заключение

◆ Как при любом другом заболевании, надо проводить профилактику алкоголизма.

◆ Алкоголизм лучше предупредить, чем столкнуться с ним в результате жизненного кризиса.