

**ВРЕДНЫЕ
ПРИВЫЧКИ И ИХ
ПОСЛЕДСТВИЯ.**

Наиболее распространенными проблемами в наше время являются алкоголизм , наркомания и табакокурение. Однако знание человеком этих факторов, разрушающих здоровье, позволит им обрести психологическую уравновешенность, необходимую для ведения здорового образа жизни.

Алкоголизм.

Алкоголизм – это наркотический протоплазматический яд, действующий парализующим образом на любую живую клетку и, в первую очередь, на клетки высших отделов центральной нервной системы (ЦНС).

Статистика.

- ⦿ За последние 3 - 4 десятилетия потребление алкоголя на душу населения во многих странах удвоилось, а число случаев первичной госпитализации психических больных, злоупотребляющих алкоголем, утроилось.
- ⦿ Показатель смертности от разных причин у лиц, потребляющих алкоголь, 3 – 4 раза превышает аналогичный показатель для населения в целом. Их средняя продолжительность жизни не превышает обычно 55 лет.

Алкогольная эйфория

- ◎ Алкогольная эйфория - состояние приподнятого настроения, беспечности, довольства, не соответствующее объективным условиям.
- ◎ Она исключает возможность критического отношения к своим высказываниям, поступкам, действиям, приводит к потере бдительности.
- ◎ Систематическое употребление спиртных напитков уничтожает все, чем обогатил человек свой ум в течение жизни.

“Алкогольная зависимость”

Легкая: потребность выпить в
отсутствии алкоголя.



Умеренная: пьянство без повода, в
неподходящих условиях, втайне от
других.



Выраженная: запой, безудержная тяга
к алкоголю, неспособность выполнять
профессиональные и социальные
обязанности.

Воздействие на организм



Печень

- Перерождение клеток
- Сморщивается сама печень

Сердце

- Сердечная недостаточность
- Отдышка

Головной
мозг

- Переполнение сосудов кровью
- Разрыв сосудов

Наркомания и токсикомания

- ◎ Наркомания – болезненное пристрастие к наркотикам, неконтролируемое их потребление.
- ◎ Токсикомания – употребление средств бытовой химии (в основном ингаляционных) для получения наркотического эффекта.

Наркотики

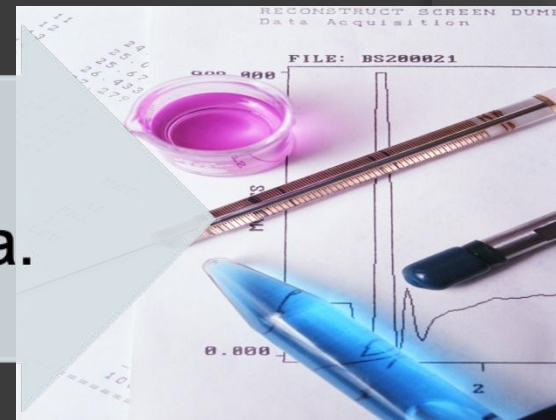
Растительного происхождения

- Кокаин
- Препараты индийской конопли: гашиш, анаша, план и др.
- Опейные препараты: морфин, героин и др.



Синтаксические препараты психотропного действия

- Снотворные, обезболивающие, успокаивающие средства.



Общие проявления

- ⦿ Наличие влечения к повторным приемам средств с целью вызывания эйфории;
- ⦿ Болезненное состояние при прекращении приема наркотика – синдром абстиненции;
- ⦿ Устранение синдрома абстиненции после приема токсических и наркотических веществ;
- ⦿ Пристрастие быстро развивается у людей, имеющих психическую и физическую предрасположенность – эмоционально неустойчивых, с детства подверженных невротическим срывам.

Воздействие на организм

Наркотики поражают генетический аппарат человека.

```
graph LR; A[Поражение генетического аппарата у родителей] --> B[У детей: анатомические дефекты развития, повреждение сознания, косоглазие, глухота, глухо-немота.];
```

Поражение генетического аппарата у родителей

У детей:
анатомические дефекты развития,
повреждение сознания, косоглазие,
глухота, глухо-немота.

Частичное поражение отдельных органов у детей носит массовый характер.

Статистика.

Наркомания и токсикомания имеют тенденцию к омоложению.

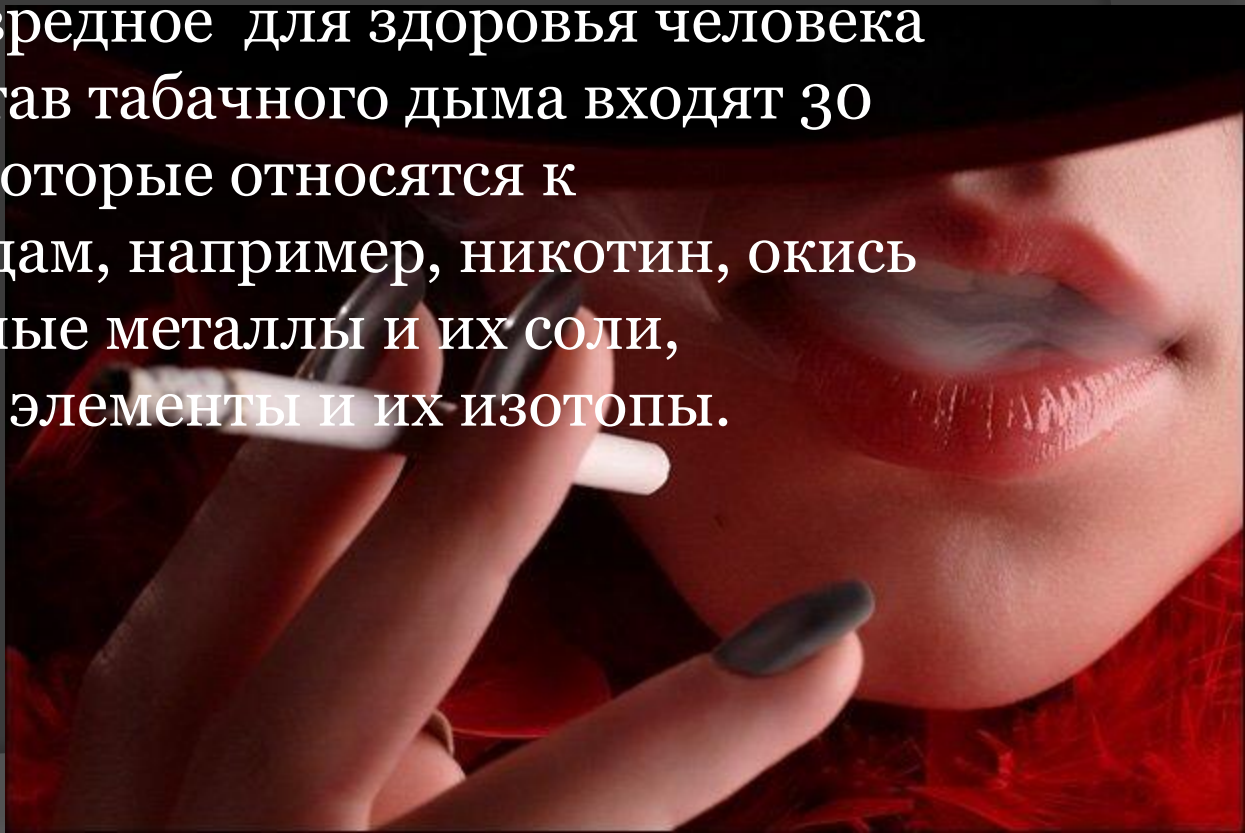
Установлено, что в раннем возрасте 3 главные причины приводят к диагнозу «наркомания»:

- ⊙ Любопытство – 65% случаев;
- ⊙ Влияние среды – 14% случаев;
- ⊙ Подражание – 13% случаев;
- ⊙ Решающее значение имеют особенности характера ребенка, подростка. К примеру, сверхвозбудимость психики или, наоборот, заторможенность.

Табакокурение.

Курение – расстройство всех функций организма, частые болезни, преждевременная смерть.

Табак – самое вредное для здоровья человека растение. В состав табачного дыма входят 30 компонентов. Которые относятся к натуральным ядам, например, никотин, окись углерода, тяжелые металлы и их соли, радиоактивные элементы и их изотопы.



Статистика.

В России сегодня курят 70 млн. человек ,
а ежегодно умирает от курения 400 тыс.
10% средств, расходуемых на
здравоохранение, идут на борьбу с
болезнями, связанными с хроническим
отравлением табачным дымом.

Стадии привыкания организма

1 стадия:
несистематическое курение
(5 сигарет в день, не более)



2 стадия: привычное курение(до 15
сигарет в день, наличие физической
зависимости, незначительное
повреждение внутренних органов. Есть
возможность восстановления здоровья)



3 стадия: пристрастное курение(30
сигарет и более в день. Наблюдается
значительное необратимое поражение
внутренних органов и нервной
системы.

Воздействие на организм

- ⦿ Задерживает рост, умственное развитие;
- ⦿ Развитие кислородной недостаточности;
- ⦿ Повышение свертываемости крови;
- ⦿ Способствует образованию склеротических бляшек;
- ⦿ Отрицательное воздействие на половую функцию у мужчин;

Курение у женщин:
Повышенная смертность детей
при родах

Влияние на детей:
повышенная
заболеваемость,
отставание в
умственном и
физическом развитии