

**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

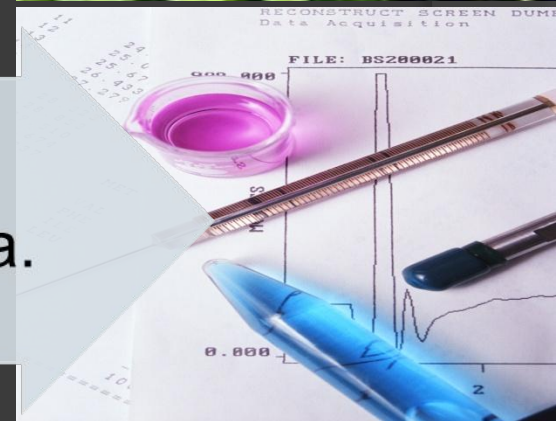
Растительного происхождения

- 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.

Поражение генетического аппарата у родителей

The diagram consists of two blue, arrow-shaped boxes pointing from left to right. The first box contains the text 'Поражение генетического аппарата у родителей'. The second box contains the text 'У детей: анатомические дефекты развития, повреждение сознания, косоглазие, глухота, глухо-немота.' Below the boxes is the text 'Частичное поражение отдельных органов у детей носит массовый характер.'

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.

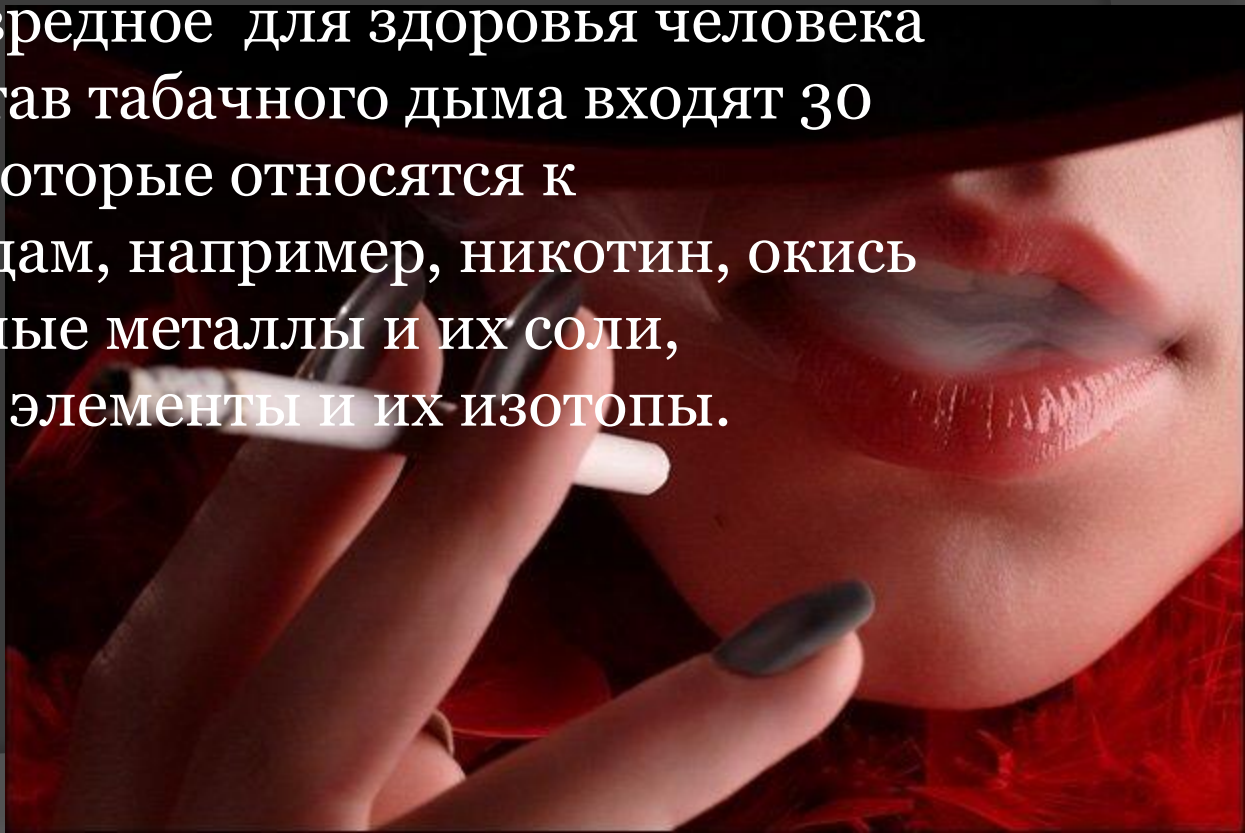
Установлено, что в раннем возрасте 3 главные причины приводят к диагнозу «наркомания»:

- ⦿ 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