



# **ЖАСӨСПІРІМДЕР МЕН БАЛАЛАР ОРГАНИЗІМІНЕ ІШІМДІКТІҢ ӘСЕРІНІҢ ЗИЯНДЫЛЫҒЫН АНАЛИЗДЕУ**

Орындаған:  
Жарылқасын Айдана

# 1. Тақырыптың өзектілігі

Қазіргі уақытта жасөспірімдер мен балалар арасында ішімдік қабылдау мәселесі көп кездесуде. Мектеп жасындағы балалар,кәмелеттік жасқа толмаған жасөспірімдер осы ішімдікті көптеп қабылдап,өз өмірлеріне зияндарын келтіруде. Қазақстанда халықтың 51%-ы ішімдік пайдаланады, олардың 9%-ы балалар, 21%-ы жасөспірімдер, 70%-ы ересек адамдар. Олардың көбі ішімдікті 12-15 жас аралығында пайдалана бастаған,салынып ішуге тез үйренеді.Егер үлкен адамдарға мас болудан алкоголизмге ауысу уақыты 5-10 жылды қамтыса, балаларда созылмалы алкоголизмнің қалыптасуы 3-4 есе жылдам өтеді.

№	Аудандар атауы	Жас ерекшеліктері бойынша ішімдік қолданудың жалпы саны		Жынысына байланысты		Оқушылар арасындағы ішімдікті қабылдауы %
		13-15 жас	15-17 жас	бойжеткен	бозбала	
1.	Қызылорда қаласы	--	5,8%	5,8%	0,8%	2,9%
2.	Арал	0,2%	7,0%	6,7%	0,7%	3,7%
3.	Қазалы	0,3%	6,6%	7,2%	--	3,6%
4.	Қармақшы	0,2%	7,2%	5,6%	1,0%	3,8%
5.	Жалағаш	0,3%	6,4%	6,2%	0,8%	3,5%
6.	Сырдария	--	7,4%	7,4%	--	3,7%
7.	Шиелі	0,2%	6,6%	5,2%	0,8%	3,5%
8.	Жаңақорған	0,2%	7,2%	5,6%	1,0%	3,8%
	Барлық облыс бойынша	0,1%	6,4%	5,8%	0,9%	3,3%

## 2.Зерттеудің мақсаты

Қазақстанда балалар 10 жасынан бастап ішімдік іше бастаған. Бұл әлеуметтік зерттеу нәтижесі. Ішімдік ішетін жас балалар саны жылдын жылға артып келеді. Дәрігерлер әрбір үшінші қыздың репродуктивті жүйесі ауыратынын мәлімдейді. Әл, әрбір төртінші бала денсаулығының жарамсыздығынан әскер қатарына алынбайды.Осы мәселелерді шешу мақсатында телебағдарлама ұйымдастырдым.

## 3.Зерттеудің міндеті

- әдебиеттер оқу
- әдіс тағдау,сипаттама беру
- зерттеу жүргізу объектісі
- анализдеу
- зерттеу қорытындысы
- ақпарат көздері



# Теориялық негізі

## Жоспар:

### I. Кіріспе

Ішімдік туралы жалпы түсінік

### II. Негізгі бөлім

А. Ішімдіктің шығу тарихы

Б. Әр түрлі ішімдіктердегі алкоголь көлемі

В. Ішімдіктің себептері

Г. Ішімдіктің зияны

Д. Ішімдіктің алдын-алу

### III. Қорытынды



**Ішімдік** – этил спирті” немесе “этанол” деп те аталады.

### Ішімдіктің шығу тарихы

Тарихи деректерге қарағанда жүзім шырынынан ішімдік алу сонау V-VI ғасырларда болғаны байқалады. Бұл үрдісті жүзеге асырған көне заманның химиктері арабтар еді. Алкоголдік ішімдік (этил спирті) мөлдір әрі түссіз сұйықтық. Ішімдіктер құрамындағы қоспаларға әрі ашыту процесіне байланысты өзгереді.



## Әр түрлі ішімдіктердегі алкоголь көлемі

Сырада орта есеппен алғанда — 3-6 %, кейбір сыраларда бұдан да көп мол жерде алкоголь-спирт болуы мүмкін — 10-17%, шарапта — 10-14%, виски, арақ, джин, бренди, ром, коньякта 40-50% болады

## Ішімдіктің себептері

Алкоголизм себептерінің ішіндегі әсіресе айтарлықтай тұрмыс-тұрқының сұрықсыздығы, экономикалық жайсыздық, әлеуметтік тұрақсыздық, психологиялық, биологиялық тепе-теңдіктің бұзылуы, санитарлық-гигиеналық топшылық адам тұрмысының ауырлауы, кәсіби сәтсіздік, медициналық-физиологиялық қолайсыздықтар (теңдік-тектік) физиологиялық-биохимиялық және экологиялық факторлар.

## Зияны

Алкогольді бірнеше және жүйелі түрде жасөспірімдердің қабылдауы олардың жалпы тұлға ретінде қалыптасуына кедергі келтіреді. Эмоционалды және адамгершілік құндылықтардың, еріксіздіктің, тітіркендіргіштіктің және толығымен жасөспірімнің өмірлік потенциалының жоғалуы байқалады.

Адамның 1 кг салмағына 6-7 грамм алкоголь өлімге акеліп соғуы мүмкін. Яғни 40-50 кг жасөспірім ағзасына бір жарым стакан ішімдік өлімге душар етуі мүмкін.



**Миға әсері.** Ішімдік мидың қызметін бұзады. Адамның ойлау қабілеті нашарлап, мінез-құлқында үлкен өзгеріс байқалады, алкогольдық психоз пайда болады.

**Жүрекке әсері.** Ішімдікті қолдану қандағы холестеринді көбейтіп, артериалды гипертензияға және миокард ауруына шалдықтырады.

**Ішекке әсері.** Үнемі ішімдікті қолдану ішектің құрылымын бұзады.

**Ұйқының бұзылуы.** Ішімдікке тәуелді адам оны қолданбайтындарға қарағанда диабет (сусамыр) дертімен он есе көп ауырады.

**Асқазанға әсері.** Ішімдікті қолдану ас қорыту жолдарының қызметін бұзып, асқазанның ойық жарасына әкеп соқтырады.

## Алдын-алу

Жоғарыда айтылып өткен жағдайларды сараптай отырып жасөспірімдік алкогольизмнің алдын алу бірден бір маңызды іс.

**Бірінші кезекте** тәрбиелік және ұйымдастырушылық іс-шаралардан тұрады. Олар алкогольдің ағзаға және психикаға қандай кері әсерлері бар, өзімен қатарлас ішімдік ішетін балаларға еріп кетпеу керек екендігі түсіндірілуі керек.

**Екінші кезекте** жасөспірімдерге оқуға, білім алуға, қызығушылығын арттыруға жұмыс жасалынуы керек. Жасөспірімдік алкогольизмді алдын алу шараларының бірінде ата – аналарының рөлі өте маңызды.

Биыл маусымда Қазақстан президенті Нұрсұлтан Назарбаев алкогольді ішімдіктерді кешкі сағат 9-дан түскі сағат 12-ге дейін кафе, бар және мейрамханалардан басқа орындарда сатуға тыйым салған заңға қол қойды.

Бұл заң балабақша, мектеп, білім беру және денсаулық сақтау, дене шынықтыру және сауықтыру, спорт және спорттық техникалық мекемелер, стадион, жанармай станциясы ғимараттары мен аумақтарында алкогольді ішімдік сатуға тыйым салып, тәртіп бұзғандардың жазасын ауырлатады.

## 5. Зерттеу әдісін таңдау

### Сауалнама

Пікір сұрау өткізу үшін іріктелген респонденттерге бірқатар сұрақтар қойып, олардан жауап алатын пікір сұрау парағы. Сауалнама кеңінен қолданылмастан бұрын мұқият жасалып, сынақ жүргізіліп, байқалған кемшіліктері болса жойылуы керек.

3. Сұрақтардың қисынын келтірудің бірізділігі: алдымен кіріспе, таныстырма сауалдар немесе респонденттің зерттелетін мәселе бойынша хабардарлығын анықтауға жәрдемдесетін сұрақтар қойылады.

4. Сұрақтар саны сұрақты сауалнамаға кіргізбей тұрып, оның қажеттілігін анықтау керек.

Пікір сұрауды дұрыс жүргізу үшін мынадай ұсыныстарды орындау қажет:

1. Сұрақтарды құрастырудың талаптарын орындау:

2. Сұрақтарды: қарапайымнан – күрделіге, жалпыдан – арнайыларға (тар ауқымдағы), міндеттемейтіндерден — сыпайыларына көше отырып қою керек дегендей қағидаларды сақтау қажет.

5. Сауалнама құрылымы. Кіріспе, деректеме және негізгі сияқты үш бөліктен тұрады. Кіріспеде респонденттің пікір сұрауға қатысуын өтініп, оның мақсаты көрсетіліп, респонденттің жауаптарының қандай пайда әкелетіндігі туралы айтылады. Сауалнаманың негізгі бөлігінде зерттеу мақсаттарын айқындайтын сұрақтар қойылады, ал деректеме бөлігінде – респонденттердің жасы, жынысы, отбасылық жағдайы сияқты сұрақтар қойылады. Сауалнама жүргізушінің аты-жөні, пікір сұрау жүргізген орны және күні міндетті түрде көрсетілуі қажет.



## **6. Зерттеуді жүргізу**

**Зерттеу объектісі:** ҚМЖК студенттері

**Сауалнама**

Құрметті жасөспірім.

Сізді жастардың зиянды әдеттерге әуестігін анықтау мақсатында жүргізілетін әлеуметтік сауалнамаға қатысуға шақырамыз. Сіздердің берген бағалауларыныңыз бен пікірлеріңіздің құпиялылығын сақтауға кепілдік береміз.

**Сауалнамаға қатысқаныңыз үшін алдын - ала алғыс білдіреміз.**



**1. Сіздің жынысыңыз?**

Әйел Ер

**2.Сіздің жасыңыз?**

14-19жас аралығы 20-24 жас аралығы 25-29 жас аралығы

**3. Сіз спирттік ішімдіктерді қолдану мәселесіне қалай қарайсыз?**

Теріс.Өзім ішпемін,басқаға да кеңес бермеймін.

Немқұрайлы,әркімнің өзі біледі.

Оң көзқарастамын.Алкоголь срессті басу үшін.

Басқа (өз ойыңызды жазыңыз) \_\_\_\_\_

**4.Қазір сіз спирттік ішімдікті пайдаланасыз ба?**

Иә Жоқ

**5. Сіз не себепті спирттік ішімдік пайдаланасыз?**

Стресстен шығу үшін

Өз көңіл-күйімді көтеру үшін

Достарымды қолдау мақсатында

Басқа (жазыңыз) \_\_\_\_\_

**6. Сіз кез келген уақытта ішімдікті тастай аласыз ба?**

Иә Жоқ

**7. Сіз спирттік ішімдікте қанда жиілікте қолданасыз?**

Күнделікті

Аптасына 2- 3 рет

Айына 2-3 рет

Басқа (жазыңыз) \_\_\_\_\_

**8. Сіз спирттік ішімдіктің зияндылығы адам өміріне қауіпті аурулар тудыратыны жайлы білесіз бе?**

Білемін Білмеймін

**9. Сіз спирттік ішімдік пайдаланған адам емделеді деп ойлайсызба?**

Иә Жоқ

**10.Сіз спирттік ішімдіктердің үй маңындағы дүкендерде заңсыз жасөспірім балаларға сатылуына қарсы емессіз бе?**

Қарсы емеспін Қарсымын

## 7. Анализдеу

### Сауалнама бойынша анализдеу

**Зерттеу объектісі:** « Қызылорда медицина жоғарғы коллежді » мекемесі

**Зерттеуші саны :** 14

**Мақсаты:** Жасөспірімдер мен балалар арасындағы кең тараған ішімдіктің алдын-алу

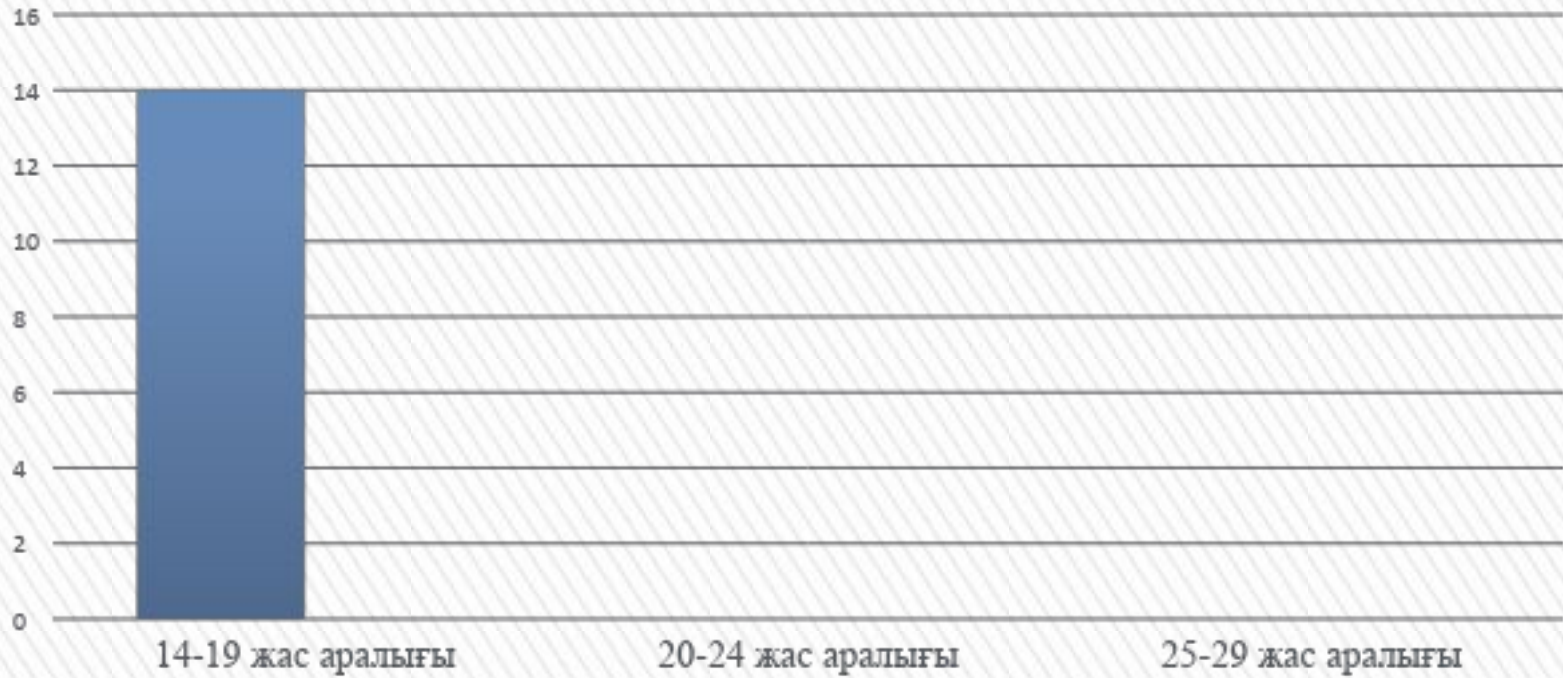
**Жынысы:** қыз бала – 8; ер бала – 6.



**Қорытынды:** Сауалнамаға барлығы 14 студент қатысты. Олар қыз балалардан 8, ер балалардың 6 студент.



## Сіздің жасыңыз?



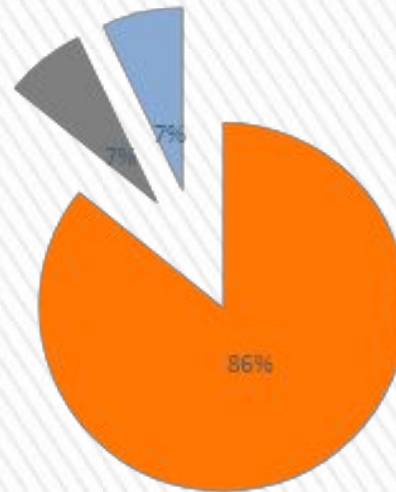
**Қорытынды:** Студенттердің жас шамасы 14-19 жас аралығында. 20-24 және 25-29 жас аралығындағы студенттер бұл сауалнамаға қатыспаған.





## Сіз спирттік ішімдіктерді қолдану мәселесіне қалай қарайсыз?

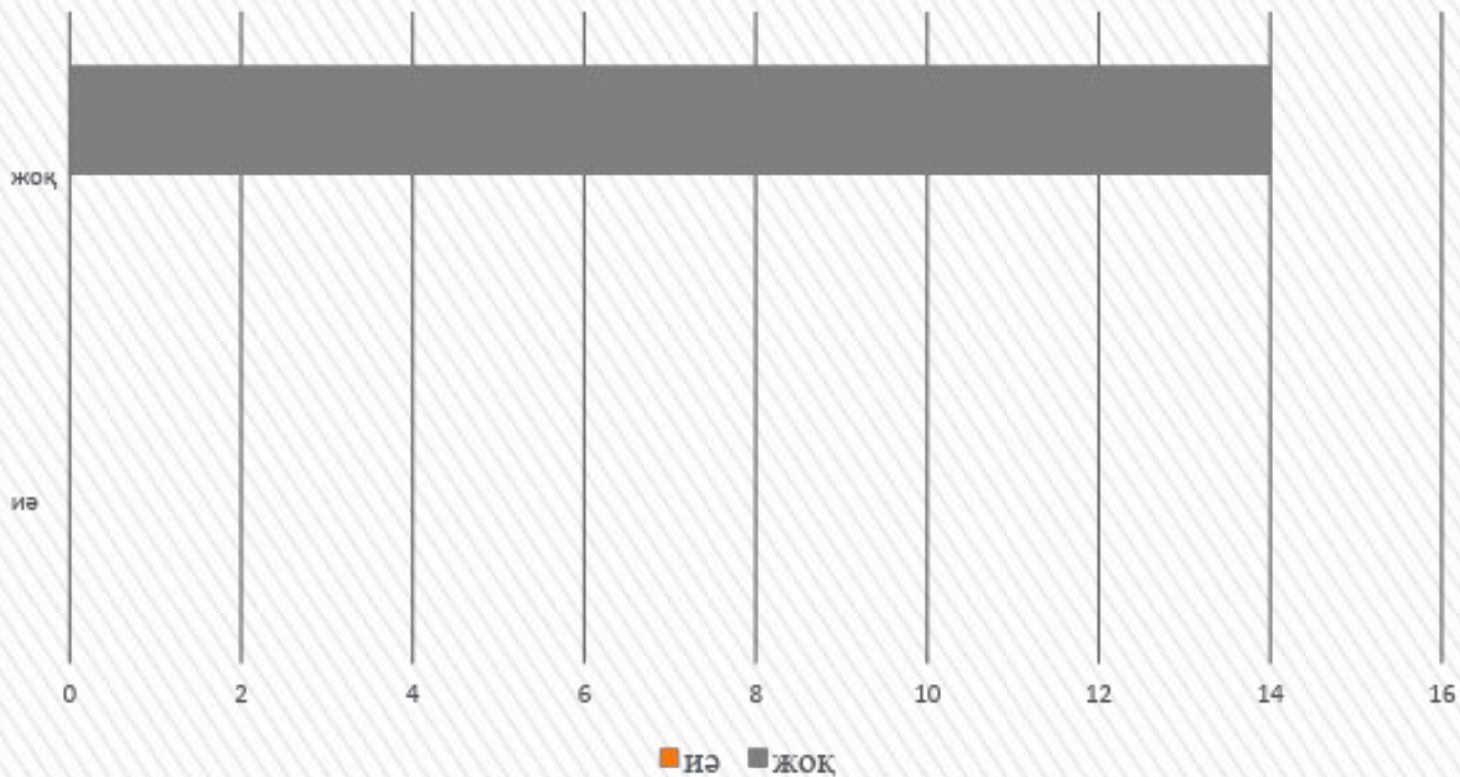
- 1. Теріс.Өзім ішпеймін,басқаға да кеңес бермеймін.
- 2. Немқұрайлы,әркімнің өзі біледі.
- 3. Оң көзқарастамын.Алкоголь стрессті басу үшін.
- 4. Басқа (өз ойыңызды жазыңыз)



**Қорытынды:**« Сіз спирттік ішімдіктерді қолдану мәселесіне қалай қарайсыз » деген сұраққа 14 студенттің 12-сі « Теріс.өзім ішпеймін,басқаға да кеңес бермеймін» деп жауап берген.Ал « Немқұрайлы, әркімнің өзі біледі » деп 1 студент жауап берген. « Оң көзқарастамын,алкоголь стрессті басу үшін» деген тармақты ешқандай студент белгілемеген.Ал өз ойларын жазатын тармаққа бір студент «қолданбау керек» деп өз ойын жазған.



### Қазір сіз спирттік ішімдікті пайдаланасыз ба?



**Қорытынды:** «Қазір сіз спирттік ішімдік пайдаланасыз ба?» деген сұраққа 14 студентте «жоқ» жауабын белгілеген. Барлық студенттерде ішімдік қабылдамайды деген нәтиже шықты.



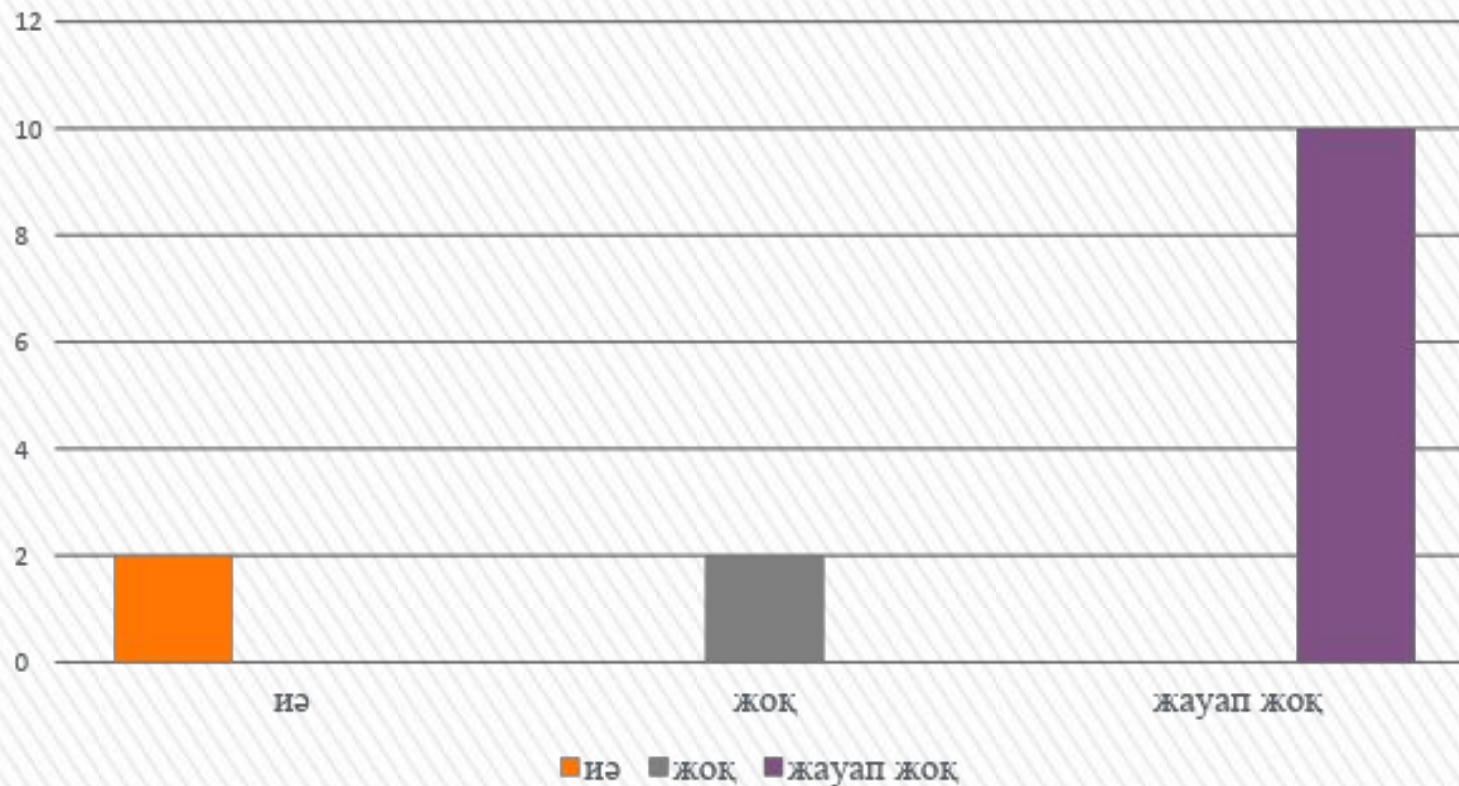
## Сіз не себепті спирттік ішімдік пайдаланасыз?



**Қорытынды:** «Сіз не себепті спирттік ішімдік пайдаланасыз?» деген сұрағына 14 студентте «пайдаланбаймын» деген жауап қайтарған.



### Сіз кез келген уақытта ішімдікті тастай аласыз ба?

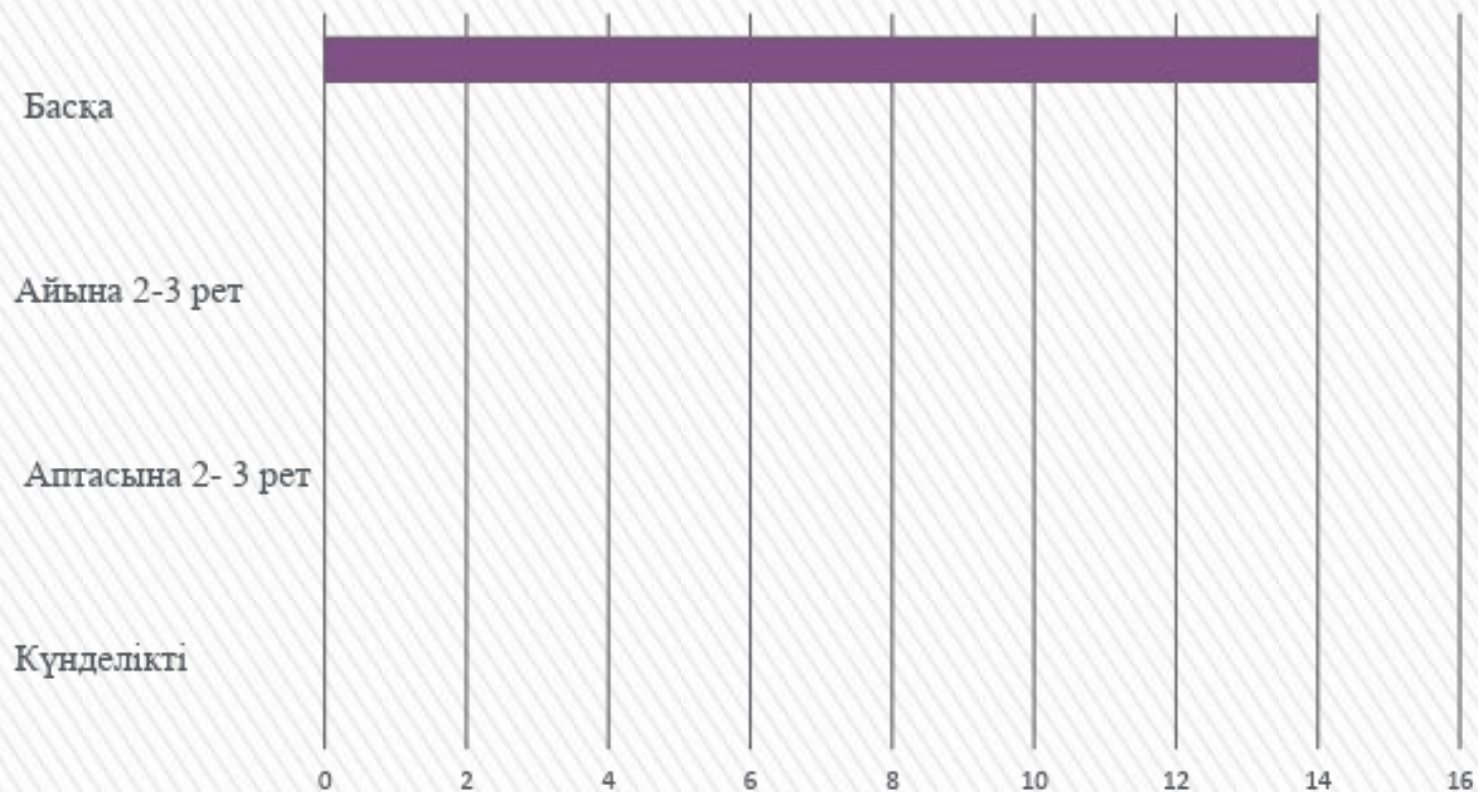


**Қорытынды:** «Сіз кез келген уақытта ішімдікті тастай аласыз ба?» деген сұраққа «иә» деп 1 студент, «жоқ» деп 1 студент жауап жазған. Ал қалған студенттер жауап жазбаған.





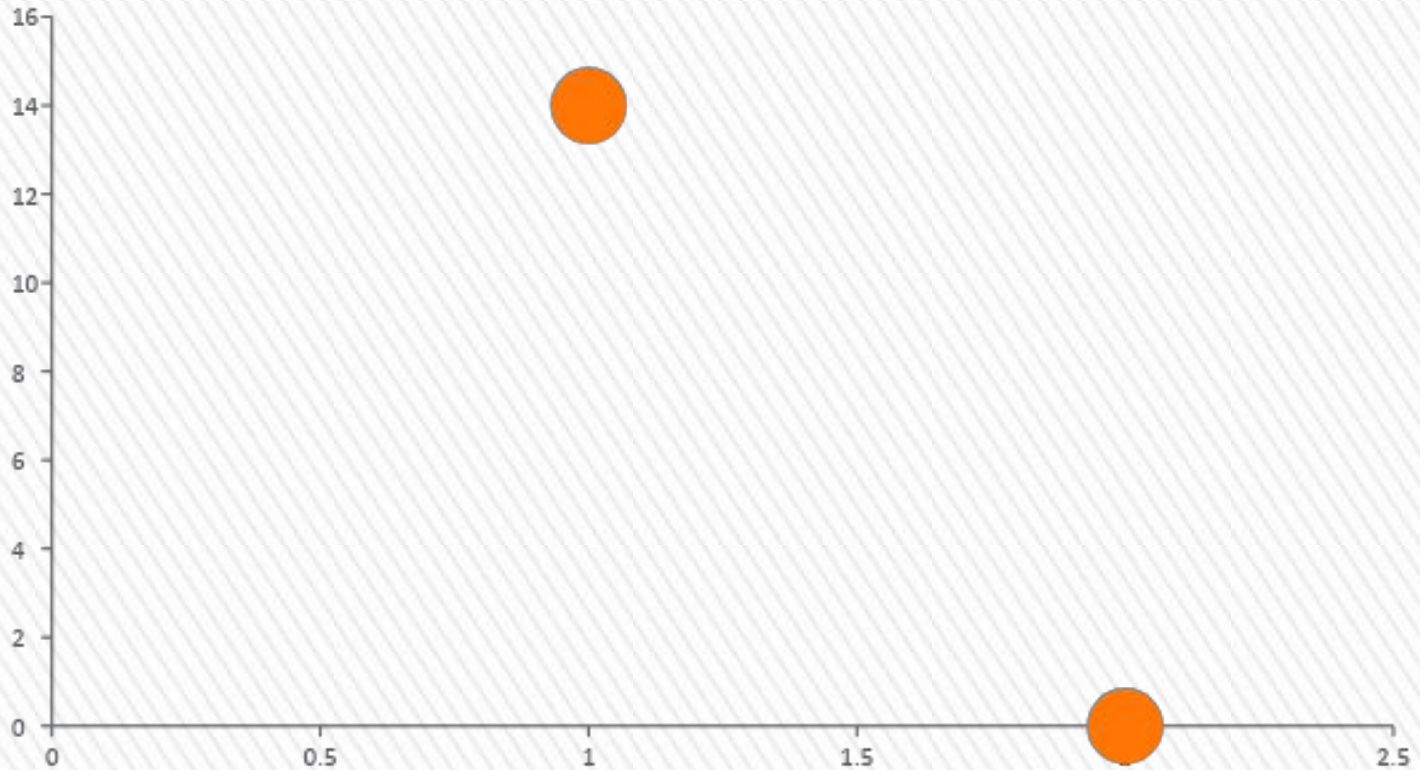
### Сіз спирттік ішімдікте қанда жиілікте қолданасыз?



**Қорытынды:** «Сіз спирттік ішімдікте қанда жиілікте қолданасыз?» деген сұраққа барлық студенттер «ішпеймін» деп жауап жазған.



**Сіз спирттік ішімдіктің зияндылығы адам өміріне қауіпті аурулар тудыратыны жайлы білесіз бе?**

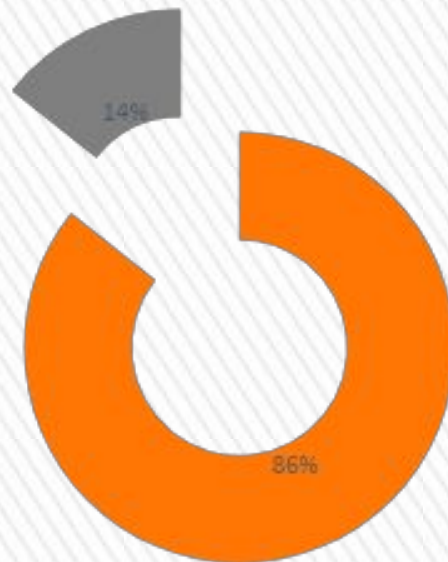


**Қорытынды:** «Сіз спирттік ішімдіктің зияндылығы адам өміріне қауіпті аурулар тудыратыны жайлы білесіз бе?» деген сұраққа 14 студент «білемін» деп жауап жазған.



Сіз спирттік ішімдік пайдаланған адам емделеді деп ойлайсызба?

■ иә ■ жоқ



**Қорытынды:** «Сіз спирттік ішімдік пайдаланған адам емделеді деп ойлайсызба?» деген сұраққа 12 студент «иә» деп, 2 студент «жоқ» деп жауап жазған.



**Сіз спирттік ішімдіктердің үй маңындағы дүкендерде заңсыз жасөспірім балаларға сатылуына қарсы емессіз бе?**



**Қорытынды:** «Сіз спирттік ішімдіктердің үй маңындағы дүкендерде заңсыз жасөспірім балаларға сатылуына қарсы емессіз бе?» деген сұраққа 14 туденттің барлығы «қарсымын» деген тармақты белгілеген.





## 8. Қорытынды

«Сіз спирттік ішімдіктерді қолдану мәселесіне қалай қарайсыз » деген сұраққа 14 студенттің 12-сі « Теріс.өзім ішпеймін,басқаға да кеңес бермеймін» деп жауап берген.Ал « Немқұрайлы,әркімнің өзі біледі » деп 1 студент жауап берген. « Оң көзқарастамын,алкоголь стрессті басу үшін» деген тармақты ешқандай студент белгілемеген.Ал өз ойларын жазатын тармаққа бір студент «қолданбау керек» деп өз ойын жазған.

« Қазір сіз спирттік ішімдік пайдаланасыз ба?» деген сұраққа 14 студентте «жоқ» жауабын белгілеген.Барлық студенттерде ішімдік қабылдамайды деген нәтиже шықты.

« Сіз не себепті спирттік ішімдік пайдаланасыз?»деген сұрағына 14 студентте «пайдаланбаймын» деген жауап қайтарған.Алдағы уақытта да ішімдікті пайдаланбайтындарына сенімді.

« Сіз кез келген уақытта ішімдікті тастай аласыз ба?» деген сұраққа «иә» деп 1 студент,«жоқ» деп 1 студент жауап жазған.Ал қалған студенттер жауап жазбаған. «Иә» деп және «жоқ» деп жауап берген студенттермен сөйлесіп,не себепті бұл жауаптарды белгілегендерін сұрастыру

«Сіз спирттік ішімдікте қанда жиілікте қолданасыз?» деген сұраққа барлық студенттер «ішпеймін» деп жауап жазған.Бұл жауап әзірге жақсы нәтиже беруде.

«Сіз спирттік ішімдіктің зияндылығы адам өміріне қауіпті аурулар тудыратыны жайлы білесіз бе?» деген сұраққа 14 студент «білемін» деп жауап жазған.Студенттердің білімін арттыру мақсатында ішімдік туралы қайтадан мәлімет беру қажет.

«Сіз спирттік ішімдік пайдаланған адам емделеді деп ойлайсызба?» деген сұраққа 12 студент «иә» деп,2 студент «жоқ» деп жауап жазған. Қазіргі таңда ішімдікке тәуелді жандарға тек медицина мекемелері нақты көмек көрсете алады. Сондықтан, басқаша ойлайтын адамдарға қазіргі таңда ішімдікке тәуелді адамдарға медицина мекемелері толықтай көмек көрсете алатындығын айтып түсіндіру.

«Сіз спирттік ішімдіктердің үй маңындағы дүкендерде заңсыз жасөспірім балаларға сатылуына қарсы емессіз бе?» деген сұраққа 14 студенттің барлығы «қарсымын» деген тармақты белгілеген. Заң бойынша жасөспірім балаларға сатылмау керек екенін түсіндіру.

## Жалпы қорытынды

Өмір өлшемі – салауаттық, салауаттық өмір заңы. Салауатты өмір сүрмей тұрып, өміріне қажетті нәрсені ала алмайсың. Адам баласының жарасымды тұрмыс құрып, үйлесімді дамуы үшін біздің ел барлық жағдай жасаған. Өнердің спорттың сан-салалы түрімен айналысуға да болады. Алдамшы құмарлықтан бас тартып, өзін-өзі билей білу-адам бойындағы ізгі қасиет, үлкен парасаттылық. Ішкілікке үйір болып туатын адам жоқ, маскүнемділік тұқымда қуаламайды. Оған көбінесе мол дастархан басындағы отырыстар, ыру-дыру араласқан адамдар, жүрген орта себепкер болады. Маскүнемділіктен сақтандыру, оның алдын – алу мәселесі бұл күндері кімді болса да бейғам қалдыра алмайды. Өйткені алкогольизм мен маскүнемділіктің артында жеке адам, семья тағдыры тұр. Оның ауыр зардабы жанашыр жақынды да, бейтаныс адамды да бейғам қалдыра алмайды.



## Ақпарат көзі:

	№ Ақпарат алу орындары	Ақпарат атаулары
	1 Колледж ішілік база	«Арақ, темекі және басқа зиянды заттар» кітабынан. Проф. Др.Алпарслан Өзязыжы
	2 Жергілікті база	<a href="http://studopedia.ru/">http://studopedia.ru/.</a>
	3 Ұлттық базалар	1. <a href="http://testent.ru/publ/studenty/kazak_tili_sabagi/ishimdik_zh_ne_zhastar/3-1-0-661">http://testent.ru/publ/studenty/kazak_tili_sabagi/ishimdik_zh_ne_zhastar/3-1-0-661</a> 2. <a href="http://stan.kz/kazakstanda-balalar-10-zhasynan-bastap-i">http://stan.kz/kazakstanda-balalar-10-zhasynan-bastap-i</a> 3. <a href="http://bankreferatov.kz">http://bankreferatov.kz</a> 4. <a href="http://med-kz.ucoz.com">http://med-kz.ucoz.com.</a> 5. <a href="https://www.nur.kz/kk/321963-kazakstandyk-ata-analar-ishimdik-satyp-aluga-balalaryn-zhymysajdy.html#">https://www.nur.kz/kk/321963-kazakstandyk-ata-analar-ishimdik-satyp-aluga-balalaryn-zhymysajdy.html#</a> . 6. <a href="https://stud.kz/referat/show/20593">https://stud.kz/referat/show/20593.</a>



**Телеарналарда  
«Ішімдікпен күрес!» деген  
жобаны жүзеге асыру**



## Жобаның мақсаты:

- Ішімдік ішу жас ағзаға тигізер зиянды әсері, өкінішке ұрындырар, келешек өмірлеріне келтірер кесірі туралы түсінік беру
- Зиянды әдеттерден аулақ болып, өзін де, өзгені де зиянды әдеттердің қасіретінен қорғай білуге, салауатты өмір сүруге тәрбиелеу. Ішімдіктің алдын алу мақсатында.
- Оқушылардың бойында салауатты өмір салтын берік қалыптастыру, жеке тұлғаның санасын дамыту, өмірге деген көзқарастарын қалыптастыру.
- Ата – аналарға да бала тәрбиесіне бей – жәй қарамау керектігін үйрету мақсатында.

## Жобаның міндеті

- Бұл заттардың адам организміне зиянды әсер етуі туралы жастарды ақпараттандыру;
- Қоршаған ортаға да кері әсер туі туралы ақпараттандыру;
- Жастардың бұл әлемде өзін табуына көмектесу.



## Тәрбиелігі:

Маскүнемдіктің зардаптары. Маскүнем ата-аналардан туған балалар ұмытшақ, алаңғасар, халқымызға пайдасыз болып өмірге келетінін жете түсіндіру.

## Көрнекілігі:

Жасөспірімдерге арналған ереже, арақтан болатын аурулар қарсы ұйымдастырылған сурет көрмесі.



**Кеш қонақтары:** мектеп психологы, жастар денсаулық орталығының психологы, облыстық наркология орталығының дәрігері, аймақтық дәрігер.

**“Ішімдікпен күрес” бағдарламасында талқыланатын сұрақтар:**

- 1.Ішімдік туралы ақпарат
- 2.Ішімдік немен қауіпті?
- 3.Адамдар ішімдікке не себепті барады?
- 4.Ішімдіктің адам ағзасына зияны қандай?
- 5.Ішімдіктің соңы немен аяқталады?
- 6 Ішімдікке тәуелді адамдарға қандай көмек көрсетіледі?
- 7.Ішімдіктің алдын - алу жолдары.



- » **Ішімдік** – “этил спирті” немесе “этанол” деп те аталады.
- » Әр түрлі жеміс- жидектерден, тұқымдардың ашытқысынан жасалады.
- » Этил спирті- мөлдір әрі түссіз болып келеді.
- » Ішімдіктің кейбіреулерінде спирттің мөлшері 40 % градусқа жетеді.





## Ішімдік немен қауіпті?

- Ең алдымен ішімдікке тәуелділік тудырады;
- Психикалық ауытқулар пайда болады;
- Ішімдік – бауыр және басқа ішкі ағзаларға зиянын тигізеді;
- Ішімдік – жол апатына ұшырататын індет;
- Ішімдік – қылмыс жасауға итермелейді;
- Ішімдік – отбасы мен қоршаған ортаның бұзылуына әкеп соғады.





## Ішімдікті қолданудың себептері:

**Білімсіздік:** ішімдіктің өзіне және ішкі ағзасына қаншалықты қауіпті екендігін білмеуі;

**Қызығу:** айналасындағылардан көріп қызығушылықтың туындауы;

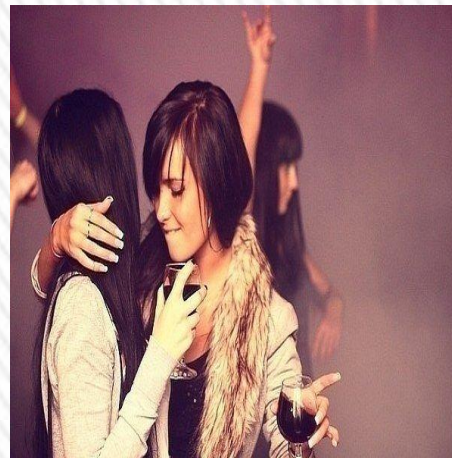
**Ойын-сауық орындары:** дискотека және басқа да ойын сауық орындарында болуы;

**Қысым:** достарының немесе басқа адамдардың қысым жасауы;

**Әуестік:** бір рет байқап көрейін, сосын тастаймын деп ойлауы;

**Мода:** айналасындағыларға еліктеу; Әлеуметтік-экономикалық жағдайдың төмендігі;

Отбасы мүшелерінің бірі арақ-шарап ішуі қолдануы.



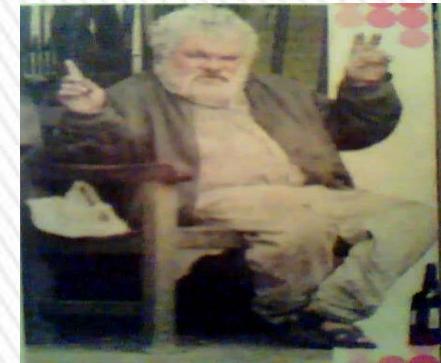
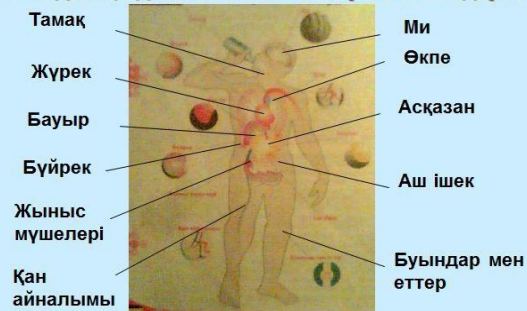
## Ішімдіктің адам өміріне зияны:



- » Ішімдікке үйір адамның семьяда бақытсыз (тек өзі ғана емес), қызметте абыройсыз, ағайынға, көрші-қолаңға беделсіз болады;
- » Ішімдікті аз мөлшерде қолдану ауыз қуысы, өңеш, асқазан кілегей асқазан кілегей қабаттарын тітіркендіріп, зақымдайды. Ал ішімдікті көп мөлшерде қолданудың тыныс жолдарын тарылтып, мүгедектікке апарып соғуы мүмкін.



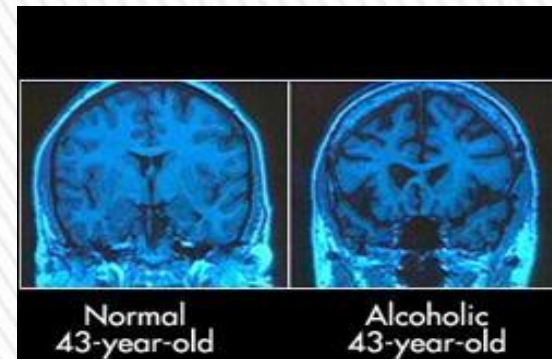
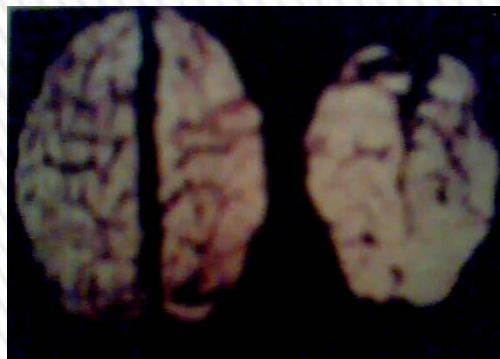
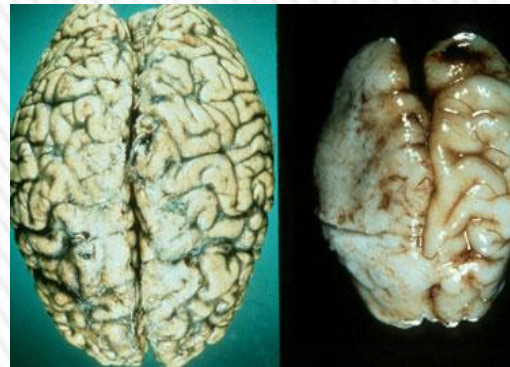
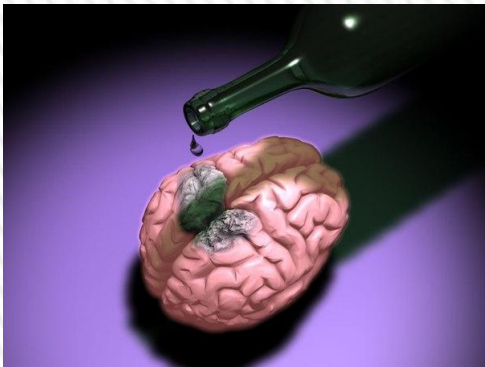
### Ішімдіктің адам ағзасына келтіретін зияндары





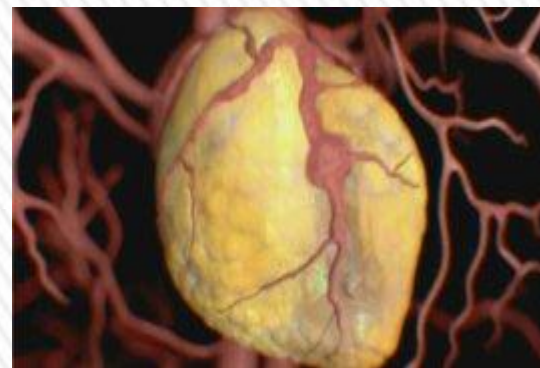
# Миға әсері.

Ішімдік мидың қызметін бұзады. Адамның ойлау қабілеті нашарлап, мінез-құлқында үлкен өзгеріс байқалады, алкогольдық психоз пайда болады.



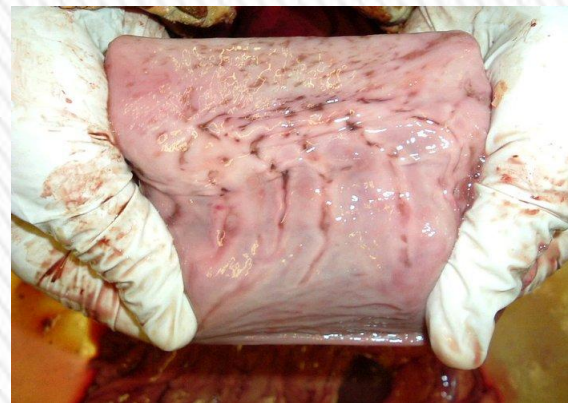
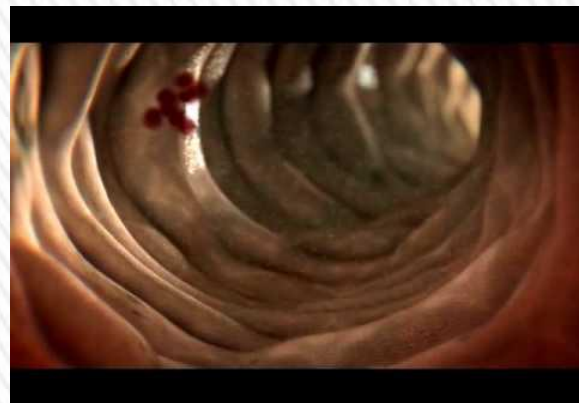
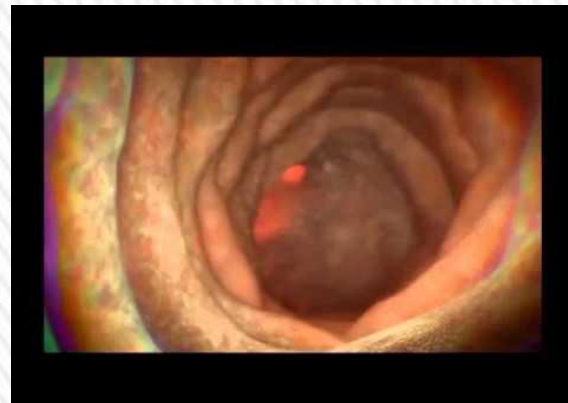
## Жүрекке әсері.

Ішімдікті қолдану қандағы холестеринді көбейтіп, артериалды гипертензияға және миокард ауруына шалдықтырады.



## Ішекке әсері.

Үнемі ішімдікті қолдану ішектің құрылымын бұзады.





# Асқазанға әсері

Ішімдікті қолдану ас қорыту жолдарының қызметін бұзып, асқазанның ойық жарасына әкеп соқтырады.

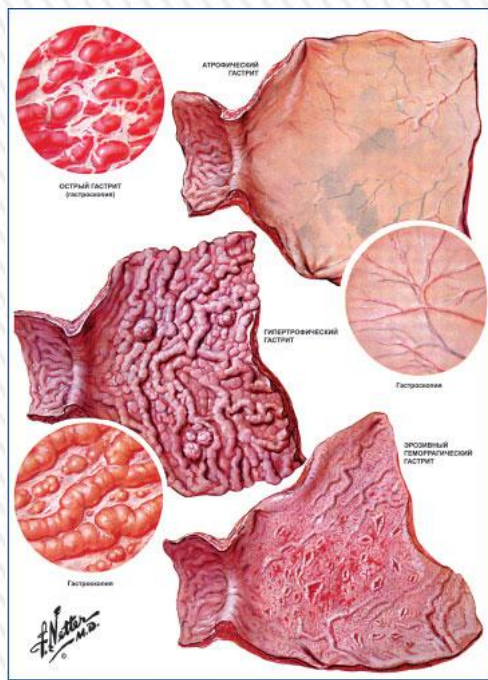


Рисунок 3. Варианты гастрита при алкогольном поражении желудка (по F. H. Netter, 2001)



## Ішімдікке тәуелді адамдарға қандай көмек көрсетіледі?

Маскүнемдікпен ауыратын адамдарға медико-әлеуметтік көмек көрсетіледі. Қазіргі таңда маскүнемдікпен ауыратын адамдарға арналған наркологиялық орталықтар бар. Наркологиялық орталықтар маскүнемдікпен және нашақорлықпен ауыратын адамдарға тегін психологиялық және медициналық көмек көрсетеді. Маскүнем адамдарды жасырын диспансерлік есепке ала отырып, сол ұйымдар науқастарға емдеу жұмыстарын жүргізеді.



## Маскүнемдіктің алдын-алу

Жоғарыда айтылып өткен жағдайларды сараптай отырып жасөспірімдік алкоголизмнің алдын алу бірден бір маңызды іс.

**Бірінші кезекте** тәрбиелік және ұйымдастырушылық іс-шаралардан тұрады. Олар алкогольдің ағзаға және психикаға қандай кері әсерлері бар, өзімен қатарлас ішімдік ішетін балаларға еріп кетпеу керек екендігі түсіндірілуі керек.

**Екінші кезекте** жасөспірімдерге оқуға, білім алуға, қызығушылығын арттыруға жұмыс жасалынуы керек.

- » Жасөспірімдік алкоголизмді алдын алу шараларының бірінде ата – аналарының рөлі өте маңызды.
- » Биыл маусымда Қазақстан президенті Нұрсұлтан Назарбаев алкогольді ішімдіктерді кешкі сағат 9-дан түскі сағат 12-ге дейін кафе, бар және мейрамханалардан басқа орындарда сатуға тыйым салған заңға қол қойды. Бұл заң балабақша, мектеп, білім беру және денсаулық сақтау, дене шынықтыру және сауықтыру, спорт және спорттық техникалық мекемелер, стадион, жанармай станциясы ғимараттары мен аумақтарында алкогольді ішімдік сатуға тыйым салып, тәртіп бұзғандардың жазасын ауырлатады.
- » Ел үкіметі қаулы шығарып, алкоголь өнімдерінің бөлшек саудадағы төменгі бағасын қымбаттатуды да қарастырып жатыр. Ол қаулы бойынша, күштілігі жоғары ликер-арак өнімдерінің бір литрінің ең төменгі бағасы 2014 жылы – 1120 теңге, 2015 жылы – 1300 теңгені, 2016 жылы – 1600 теңге болмақ.

Ойланайық !!!.....

**Ішiмдiк**

