



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.

A photograph of two men in a dimly lit setting, possibly a bar or restaurant. The man on the left is wearing a light-colored flat cap and a light blue button-down shirt, holding a small glass of alcohol. The man on the right is wearing a dark blue flat cap and a white button-down shirt, also holding a small glass of alcohol. The background is dark with some blurred lights.

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.

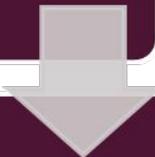
- ⊙ За последние 3 - 4 десятилетия потребление алкоголя на душу населения во многих странах удвоилось, а число случаев первичной госпитализации психических больных, злоупотребляющих алкоголем, утроилось.
- ⊙ Показатель смертности от разных причин у лиц, потребляющих алкоголь, 3 – 4 раза превышает аналогичный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

АЛКОГОЛЬНАЯ ЭЙФОРΙΑ

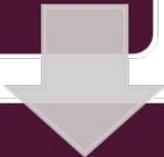
- ⊙ Алкогольная эйфория - состояние приподнятого настроения, беспечности, довольства, не соответствующее объективным условиям.
- ⊙ Она исключает возможность критического отношения к своим высказываниям, поступкам, действиям, приводит к потере бдительности.
- ⊙ Систематическое употребление спиртных напитков 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



НАРКОМАНИЯ И ТОКСИКОМАНИЯ

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

НАРКОТИКИ

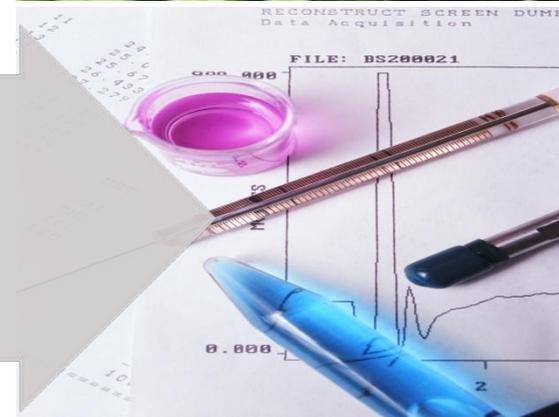
Растительного происхождения

- 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

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.

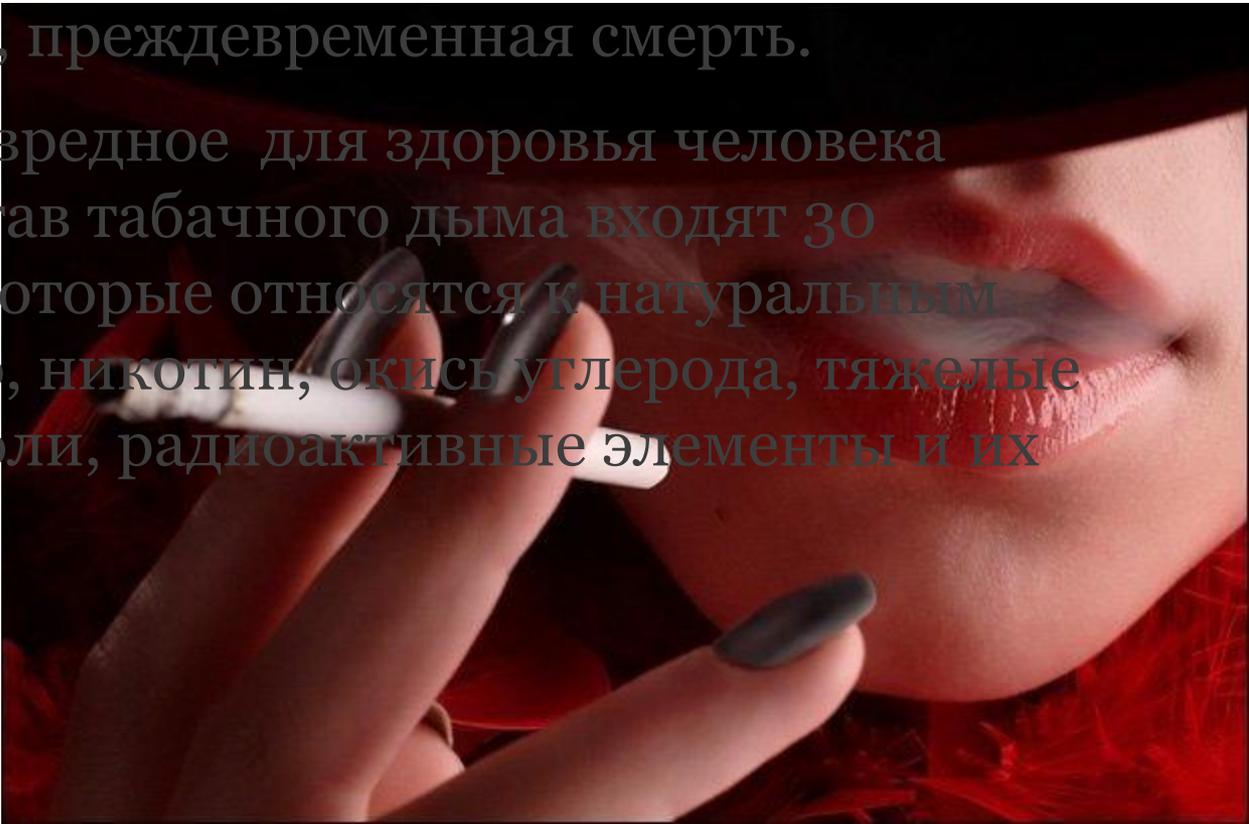
Установлено, что в раннем возрасте 3 главные причины приводят к диагнозу «наркомания»:

- ⊙ 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.

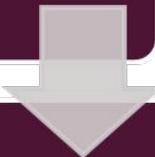


СТАТИСТИКА.

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