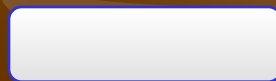


Предмет: Основы безопасности жизнедеятельности.

Тема урока: Алкоголь и его влияние на здоровье человека.



Алкоголь — этиловый спирт

ВХОДИТ В СОСТАВ ПИВА, ВИНА И ВОДКИ

Этиловый спирт

легко воспламеняющаяся, бесцветная жидкость с характерным запахом, относится к сильнодействующим наркотикам

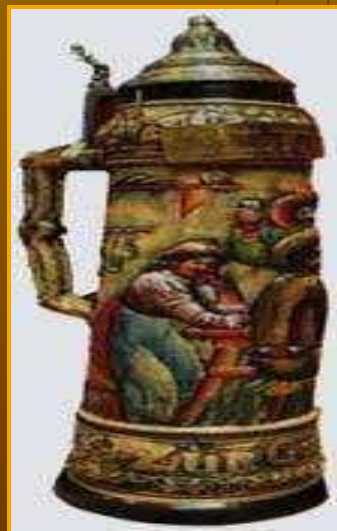


Алкогольные напитки различаются по содержанию в них алкоголя. Чем больше содержится алкоголя, тем более крепкий напиток.

Об опьяняющих свойствах спиртных напитков люди узнали не менее чем за 8000 лет до нашей эры



**В Древней Руси
пили очень
мало.
Лишь на
избранные
праздники
варили
медовуху, брагу
или пиво**

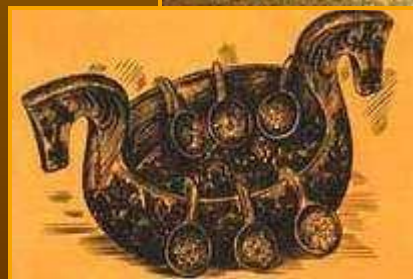


Старинная кружка

Деревни или села имели свой питейный дом или корчму, где подавали пиво, брагу, меды, квасы.



Квасир на средневековой гравюре

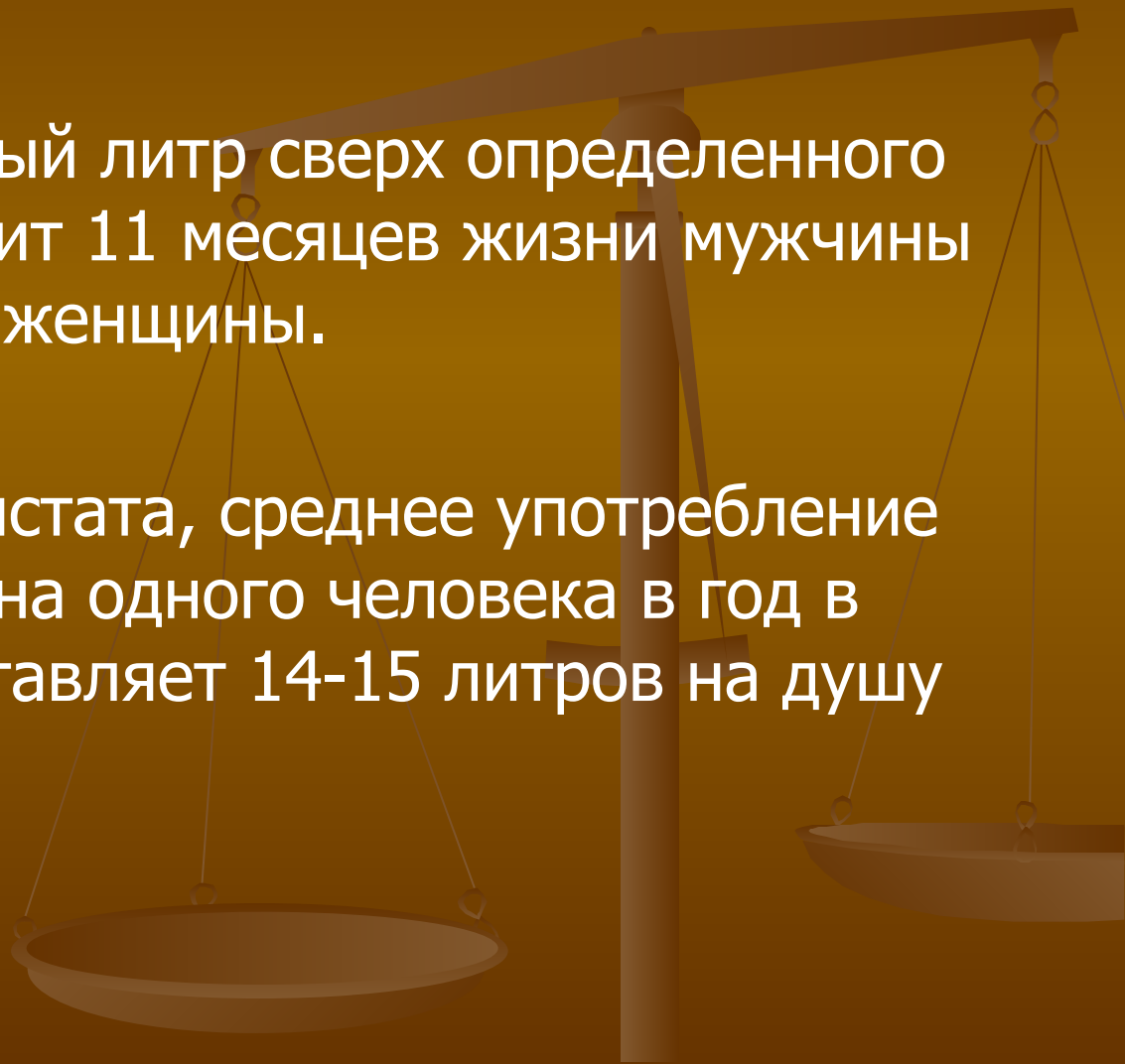


Русская пивоварня

В наши дни очень актуальна проблема употребления алкоголя



- Эксперты ВОЗ считают, что если потребление чистого алкоголя на душу населения превышает 8 литров в год, это опасно для здоровья.
- Каждый добавочный литр сверх определенного ВОЗ предела уносит 11 месяцев жизни мужчины и 4 месяца жизни женщины.
- По данным Госкомстата, среднее употребление чистого алкоголя на одного человека в год в нашей стране составляет 14-15 литров на душу населения.



**Опыты на растениях, жуках, птицах,
животных показали, что алкоголь вреден для
живых организмов**



**Спирт ослабляет рост семян растений и
убивает в них жизнеспособность**



При попадании спиртового раствора в улей, пчелы прекращали рабочие вылеты и целыми днями оставались в улье, забывая о работе

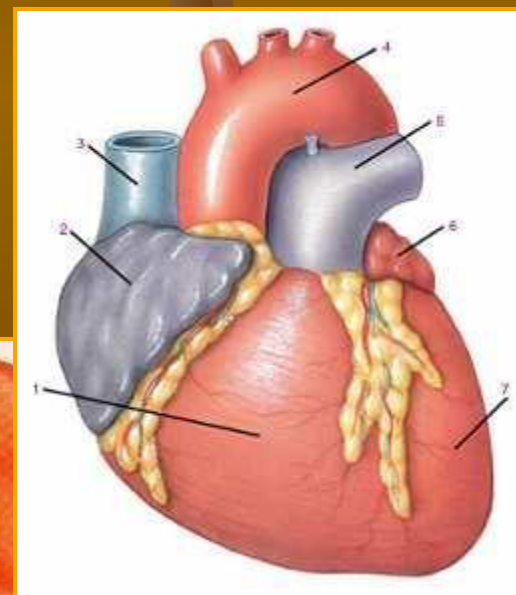
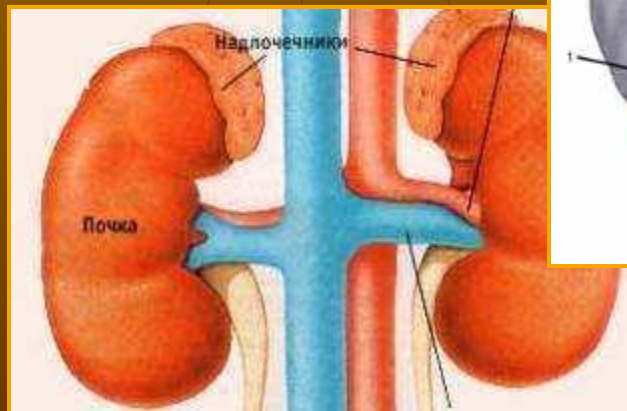


В организме алкоголь оказывает четыре основных эффекта:

- убивает сердце;
- замедляет работу центральной нервной системы, снижает ее эффективность;
- стимулирует производство мочи (вследствие этого клетки обезвоживаются);
- выводит из строя печень



После одного
приема
небольшой дозы
спиртного
алкоголь
сохраняется в
мозге, сердце,
почках, желудке
от 49 часов до 15
суток



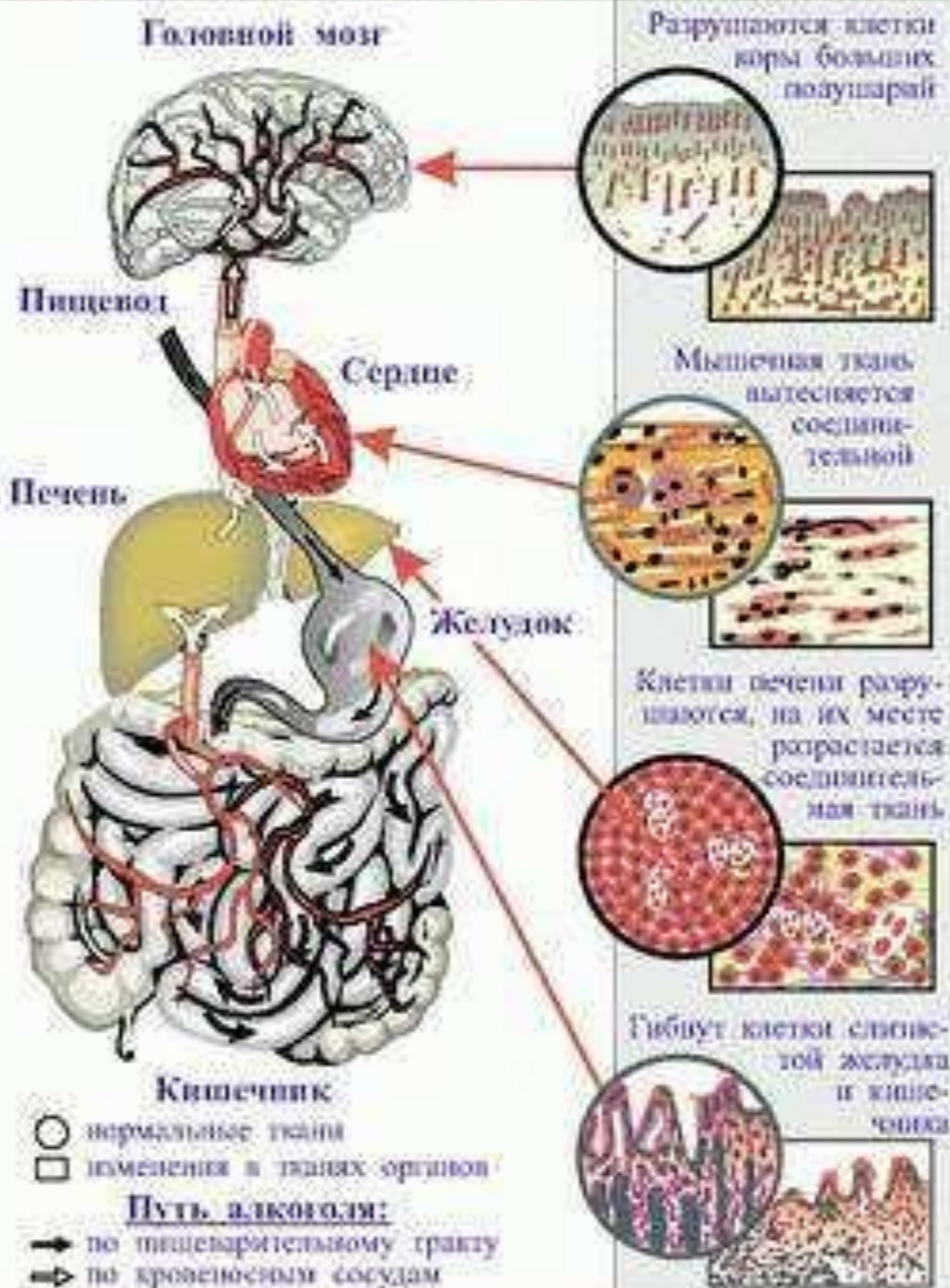


При употреблении алкоголя исчезают запреты, беспокойство и волнение, они уступают место ощущению эйфории; ухудшается зрение, речь и координация движений.



У сильно пьющих людей
развивается
алкогольный гепатит и
цирроз печени,
увеличивается селезенка





Последствия
алкоголизма:
поражение мозга,
пищеводное
кровотечение из
варикозных сосудов,
функциональная
почечная
недостаточность,
анемия, нарушение
свертываемости
крови

Попадая в кровь, алкоголь нейтрализует заряд эритроцитов. В результате эритроциты начинают слипаться и образовывать тромбы. Тромбы, образуемые в капиллярах головного мозга, лишают клетки коры головного мозга — нейроны — кислорода.

Каждый стакан водки уничтожает порядка миллиона нейронов вместе с хранящейся в них информацией.

Омертвевшие участки мозга вызывают головную боль. Из головного мозга в это время удаляются погибшие нейроны.

Человек, вечером принявший алкоголь, по утрам буквально, мочится своими мозгами.



Алкоголь, отрицательно сказываясь на здоровье женщины, нарушает нормальное функционирование ее половых органов



Особенности женского алкоголизма

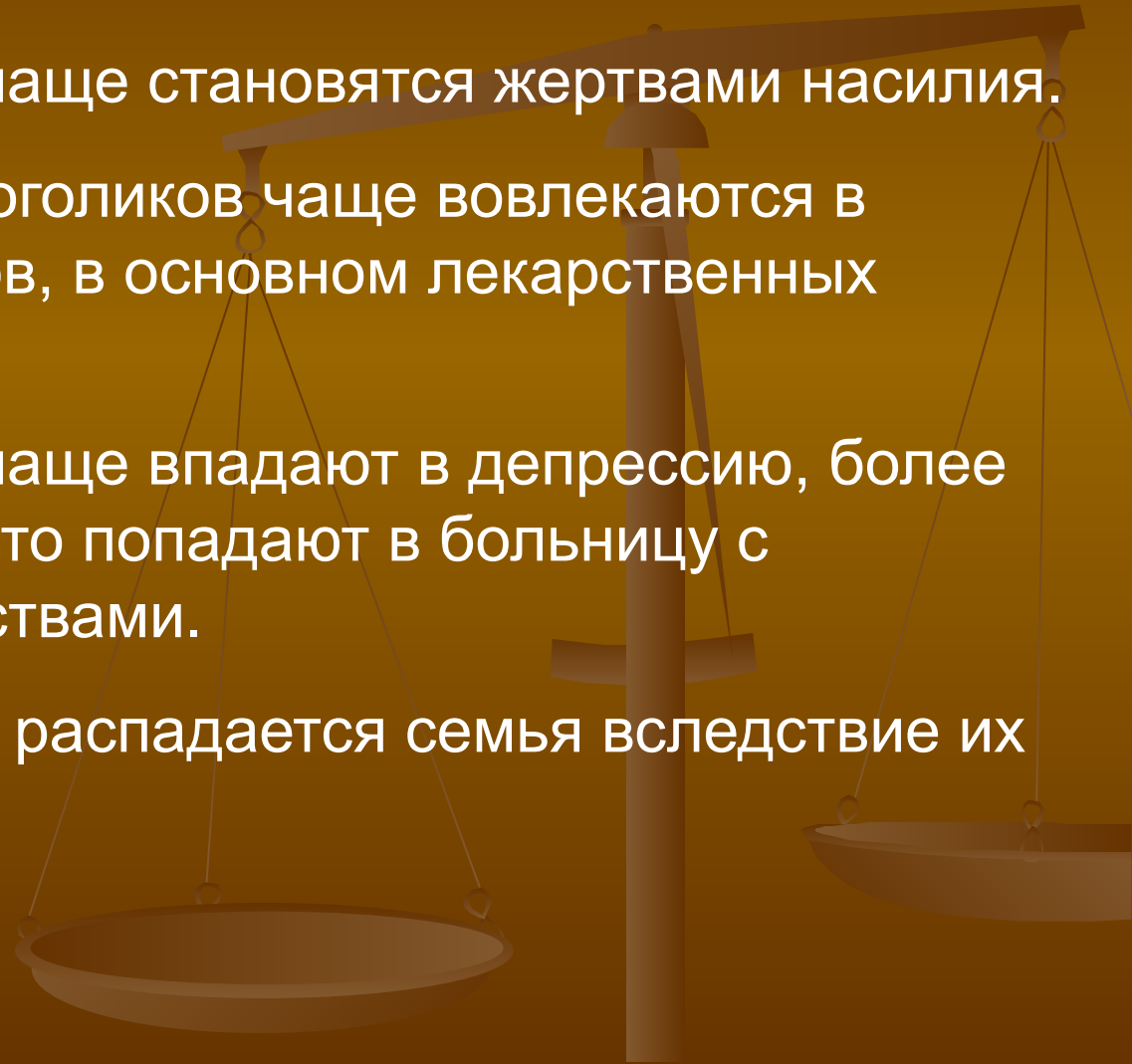
Женщины предпочитают употреблять алкоголь в одиночестве.

Женщины-алкоголички чаще становятся жертвами насилия.

В отличие от мужчин-алкоголиков чаще вовлекаются в употребление наркотиков, в основном лекарственных препаратов.

Женщины-алкоголички чаще впадают в депрессию, более склонны к суициду и часто попадают в больницу с психическими расстройствами.

У пьющих женщин чаще распадается семья вследствие их алкоголизма.



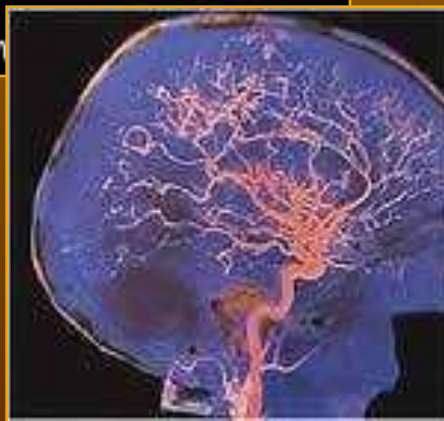
Больные алкоголизмом женщины быстро теряют свою специальность, занимаются неквалифицированным трудом или бросают работу.

Женщины, имеющие алкогольные проблемы, чаще страдают комплексом неполноценности, склонны к депрессивным реакциям и суицидальным попыткам.

Лечение хронического алкоголизма у женщин является трудной задачей. Многие из женщин не желают лечиться, за медицинской помощью обращаются поздно. Однако если женщина самостоятельно принимает решение лечиться, то результаты лечения значительно улучшаются.



Будущим мамам следует задуматься

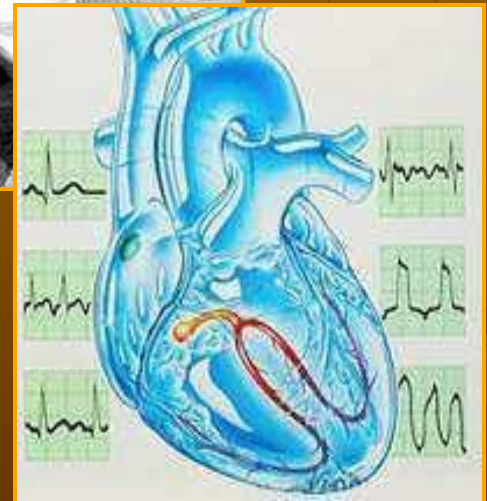
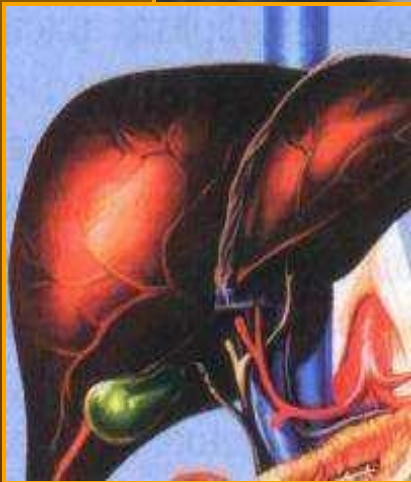
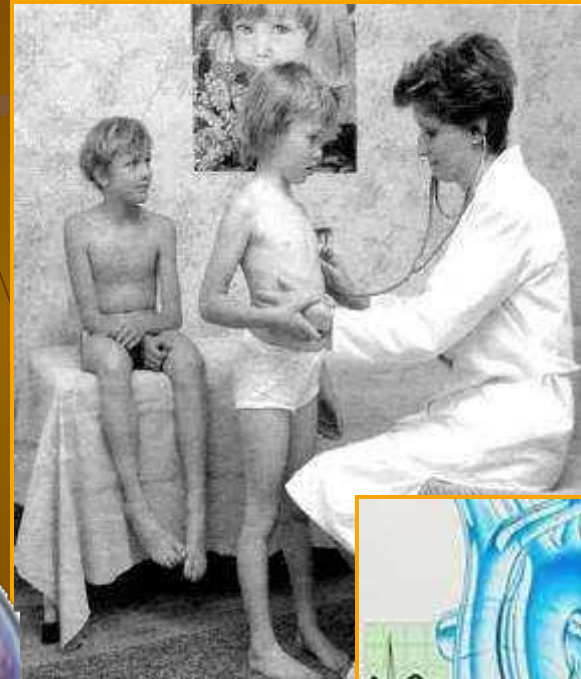


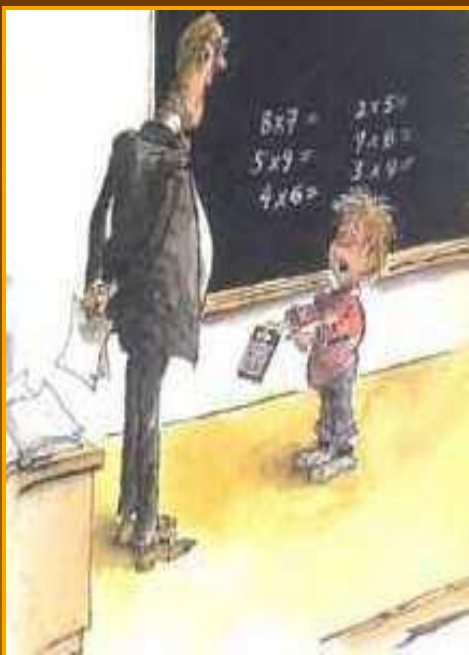


Дети и подростки, употребляющие алкоголь быстро становятся зависимыми и деградируют за несколько месяцев.

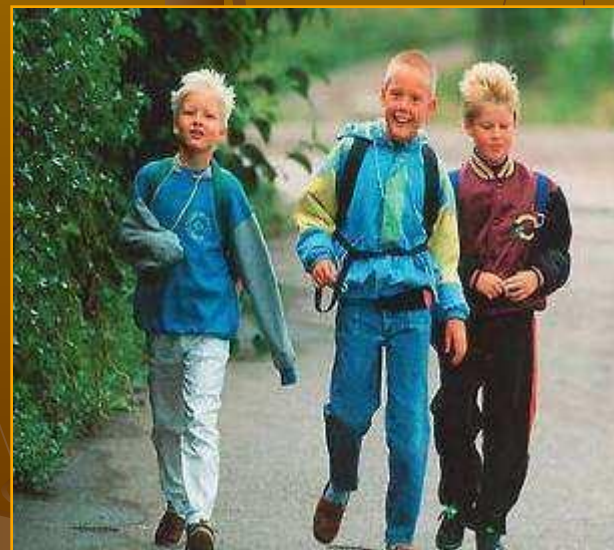
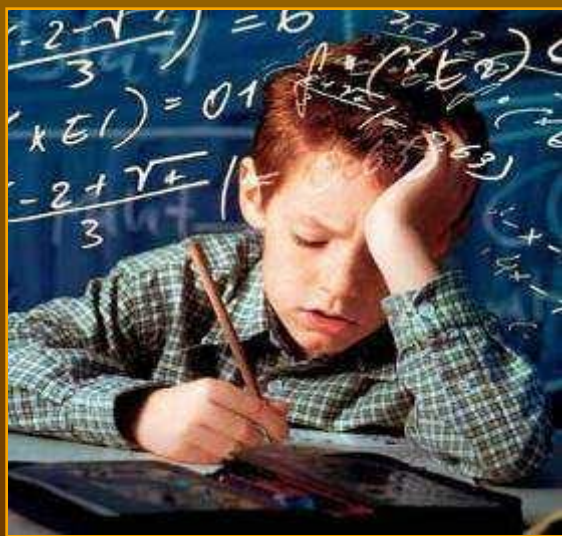


Под действием спиртного у подростков нарушается работа ритма сердца, выработка ферментов в печени, нарушается фильтрующая функция почек, ухудшается память и мышление





**Задержка
умственного
развития детей -
одно из главных
последствий
алкоголизма
родителей**



**Продолжительность
жизни сильно
пьющих на 10 – 12
лет меньше средней**



**Подростковый
алкоголизм возникает
и при чрезмерном
употреблении пива**





**Дети алкоголиков в 3-4 раза чаще
становятся алкоголиками**



Пристрастие к алкоголю - причина различных преступлений

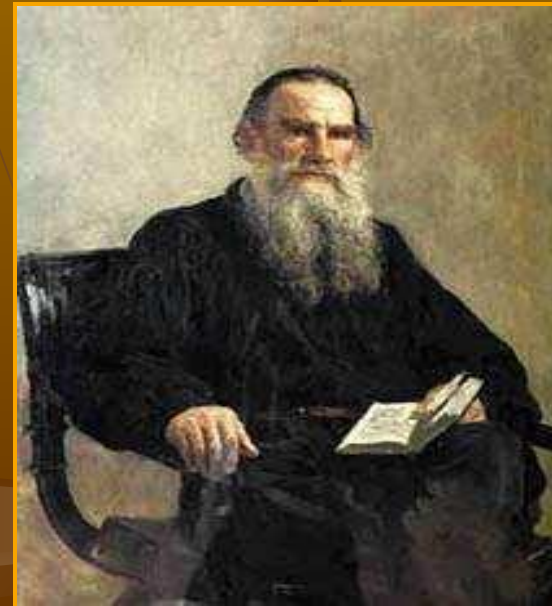


В. Белинский. Пьют и едят все люди, но пьонствуют и обжорствуют только дикари



А. Чехов. Водка белая, но краснит нос и чернит репутацию.

Л. Толстой. Пьянство заглушает голос совести. В этом главная причина самоодурманивания людей. Спирт так же консервирует душу и ум пьяницы, как он консервирует анатомические препараты

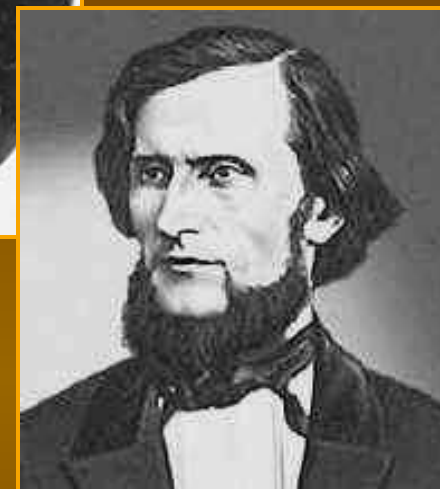
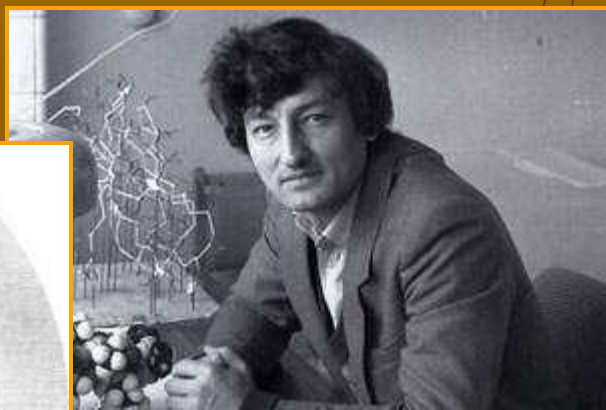


Феодосий Печерский.

**Бесноватый страдает по
неволе и может удостоится
жизни вечной, а пьяный
страдает по собственной воле
и предан на вечную муку**



К. Ушинский. Пьяному на
светлой улице темно



И. Ефимов. Нет крепких вин,
есть слабые головы



Н. Семашко. Можно сказать,
что сколько мужья выпили
водки, столько их жены и дети
пролили слез



Пивной алкоголизм

тяжелый, трудно поддающийся лечению вариант алкоголизма, характеризующийся болезненным пристрастием к пиву.



Выпивая бутылочку пива, человек приучает себя не только к обычному опьянению, но и к седативному средству. Проходит какое-то время и оно становится необходимым элементом отдыха, успокоения. Нарастают дозы, появляются алкогольные эксцессы, возникают провалы в памяти. Первая за день выпивка переносится на все более ранние сроки – на ранний вечер, поздний день, на полдень и наконец, на утро. Пиво входит в привычку и вовлекает в биохимические процессы организм.

Формируется алкоголизм.

И хотя в глазах обывателя он менее опасен, чем винный и водочный, последствия его разрушительны.



Пивной алкоголизм опаснее водочного, т.к. развивается незаметно.

Пивное пристрастие губит организм еще коварнее, чем водочное.



Последствия пристрастия
чрезвычайно тяжелы:
миокардит дистрофия,
цирроз печени, гепатит,
поражение клеток,
нарушение интеллекта,
тяжелые психопатоподобные
изменения.

Все врачи-наркологи подчеркивают, что
бороться с пивным алкоголизмом сложнее,
чем с водочным.



Не важно, какой алкоголь вы употребляете.

Алкоголь - это всегда алкоголь, и угроза развития алкоголизма растет пропорционально принятым градусам.



Что надо делать , чтобы не употреблять алкогольные напитки

Первое: необходимо знать всю правду про алкоголь.

Второе: попробуй отстрочить употребление алкоголя, включая пиво, до наступления физической зрелости.

Третье: займись физическими упражнениями или любимым видом спорта, или спортивными танцами. От этого тройная польза: польза для здоровья; прекрасно проведешь свободное время; ты найдешь друзей, с которыми у тебя будут общие интересы, например, спорт.

Четвертое: если мучает жажда, выпей что-нибудь безалкогольное, даже если это будет стоить дороже, чем пиво. Помни: алкоголь выводит воду из организма, поэтому не может утолить жажду.

Не пить алкогольные напитки — означает сделать выбор в пользу здоровья. Настоящие друзья должны это понимать и уважать твой выбор.

Пятое: не трать деньги на пиво или другие алкогольные напитки. Лучше сохрани их и потрать на что-нибудь интересное, например, на модную одежду, новую компьютерную игру или на очередной поход в интернет-клуб, или на дискотеку.

Шестое: не думай, что ты единственный, кто не хочет употреблять алкоголь. Таких людей много.

Всегда делай выбор в пользу здоровья!