

Миф №7:

Регулярное употребление алкогольных напитков продлевает жизнь человека

На самом деле: выпивая систематически, человек подвергает свой организм преждевременному старению. Более того, продолжительность жизни лиц, склонных к пьянству, на 15-20 лет короче среднестатистической.

Миф №8:

Только дети алкоголиков становятся алкоголиками

На самом деле: проблемы с алкоголем нередко возникают и у ребят из благополучных семей. Сам алкоголизм не наследуется, передается только склонность к нему.

Иногда ты не знаешь, как поступить, что делать в трудной ситуации. Но знай, ты не одинок. Есть люди, к которым ты можешь обратиться за помощью.

Телефон доверия
8(4912)25-95-27

Центр медицинской помощи и реабилитации детей и подростков

✉ Рязань, пр. Яблочкова, д. 5

☎ 8(4912)25-63-47

Кабинет амбулаторного приема врача психиатра-нарколога

8(4912)25-63-58

Ты сможешь поговорить о своих проблемах, задать интересующие тебя вопросы, получить анонимную консультацию у психолога и врача психиатра-нарколога.

Одобрено Экспертным советом по профилактике наркомании на территории Рязанской области

МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РЯЗАНСКОЙ ОБЛАСТИ
ГБУ РО «ОБЛАСТНОЙ КЛИНИЧЕСКИЙ
НАРКОЛОГИЧЕСКИЙ ДИСПАНСЕР»



МИФЫ И РЕАЛЬНОСТЬ ОБ АЛКОГОЛЕ

Буклет для подростков

Рязань
2019

«Разве можем мы так легко допустить, чтобы дети слушали и воспринимали душой какие попало мифы, выдуманные кем попало и, большей частью, противоречащие тем истинам, которые, как мы считаем, должны быть у них, когда они взрослеют?»

Платон.

Миф №1:

Пьянство на Руси было испокон веков

На самом деле: жители Руси горячительных напитков не знали. Предпочтение отдавали берёзовому соку, квасу и медовухе – напиткам, которые в то далёкое время не содержали алкоголь.

Миф №2:

Алкоголь может снять проблему общения между сверстниками

На самом деле: спиртные напитки воздействуют на головной мозг, создавая ложное ощущение избавления от комплексов. Выходя из состояния алкогольного опьянения, неуверенность в себе возвращается с удвоенной силой.

Миф №3:

Алкогольные напитки улучшают аппетит

На самом деле: злоупотребление алкоголем вызывает поражение органов желудочно-кишечного тракта и нарушение процесса пищеварения.

Миф №4:

Умеренное количество алкоголя снимает усталость

На самом деле: у пьяного человека в мозгу происходит большое количество мелких кровоизлияний, закупорка сосудов, в результате чего клетки мозга не получают кислорода и гибнут. Человек испытывает головную боль, слабость, снижение работоспособности, быструю утомляемость. При употреблении 100 г пива погибает до 3000 клеток мозга, 100 г вина – 5000 клеток, 100 г водки – 7500 клеток. За годы употребления алкогольных напитков у пьющего человека погибают миллионы клеток.

Миф №5:

Спиртные напитки обладают лечебными свойствами

На самом деле: неумеренное употребление алкогольных напитков вызывает гастрит и язвенную болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, цирроз печени, панкреатит, поражения сердца и головного мозга, желёз внутренней секреции.

Миф №6:

Алкоголь согревает

На самом деле: Под влиянием алкоголя происходит расширение сосудов и к поверхности тела притекает больше крови. Человеку кажется, что он согрелся, но это чувство общей теплоты лишь иллюзия. Нагревается только кожа, которая быстро отдаёт полученное тепло, а температура тела понижается.