

СКАЖИТЕ «НЕТ!» АЛКОГОЛЮ СЕГОДНЯ!



ЗАВИСИМОСТЬ,
ДЕГРАДАЦИЯ
ЛИЧНОСТИ



ЗАБОЛЕВАНИЯ
СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ
СИСТЕМЫ



ЗАБОЛЕВАНИЯ
МОЧЕПОЛОВОЙ
СИСТЕМЫ



ЗАБОЛЕВАНИЯ
ЦЕНТРАЛЬНОЙ
НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ



ЗАБОЛЕВАНИЯ
ОРГАНОВ
ПИЩЕВАРЕНИЯ

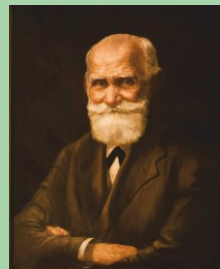


СОКРАЩЕНИЕ
ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТИ
ЖИЗНИ



СКАЖИ «ДА» ЗОЖ СЕЙЧАС!

НОЛЬ - ЛУЧШИЙ ГРАДУС ДЛЯ ЖИЗНИ



«Алкоголь гораздо больше причиняет горя, чем радости, всему человечеству, хотя его и употребляют ради радости»

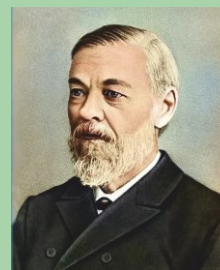
«Какая польза может быть от яда, который приводит людей в состояние безумия, толкает на преступления, делает больными, отравляет существование не только самих пьющих, но и окружающих лиц?»

И.П.Павлов



«Люди впускают врага в свои уста, и он похищает их мозг»

У. Шекспир



«Каждый раз чувствуя опьянение, знай, в мозгу появилось кладбище нейронов»

«Алкоголизм — это страшное народное бедствие, причина бесчисленных трагедий и ранних могил, и поэтому нужно раскрыть людям картину неумолимого действия алкоголя на человеческий организм»

И.М.Сеченов



Министерство здравоохранения
Саратовской области

Саратовский областной центр
общественного здоровья и
медицинской профилактики



Саратовская региональная
общественная организация
трезвости и здоровья
otrezvosti.ru 8(8452)23-68-10
2024 г.

ТРЕЗВОСТЬ - НЕ ЦЕЛЬ, А ОБРАЗ ЖИЗНИ!

БЕЗОПАСНОЙ ДОЗЫ АЛКОГОЛЯ НЕ СУЩЕСТВУЕТ!

ПРОФИЛАКТИКА:

МОЗГ

Алкоголь замедляет циркуляцию крови в сосудах мозга, приводя к постоянному кислородному голоданию его клеток, в результате чего наступает ослабление памяти и медленная психическая деградация

ЖЕЛУДОК

Алкоголь подавляет продукцию муцина, выполняющего защитную функцию по отношению к слизистой желудка, и является причиной язвенной болезни

ПЕЧЕНЬ

От алкоголя возникает воспалительный процесс (гепатит), а затем и рубцовое перерождение (цирроз)

КИШЕЧНИК

Алкоголь, постоянно воздействуя на стенку тонкого кишечника, приводит к изменению структуры клеток, и они теряют способность полноценно всасывать питательные вещества и минеральные компоненты



СЕРДЦЕ

Алкоголь вызывает повышение уровня холестерина в крови, стойкую гипертонию и дистрофию миокарда

ПОДЖЕЛУДОЧНАЯ ЖЕЛЕЗА

Алкоголь разрушает поджелудочную железу, нарушает обмен веществ и вызывает диабет

КРОВЬ

Алкоголь угнетает продукцию тромбоцитов, а также белых и красных кровяных телец. Итог: малокровие, инфекции, кровотечения

КОЖА

Из-за алкоголя кожа теряет свою эластичность и стареет раньше времени

- ✓ Ведение здорового образа жизни
- ✓ Обращение к специалисту (психологу, психотерапевту) с целью укрепления отношений в семье, повышения самооценки, овладения навыками снятия стресса
- ✓ Знание о влиянии алкоголя на организм
- ✓ Помощь и поддержка семьи в период лечения человека, отказывающегося от приема алкоголя
- ✓ Поиск и использование альтернативных видов проведения досуга



ЗДОРОВЬЕ



ДОЛГОЛЕТИЕ

ПОСЛЕДСТВИЯ КРАТКОВРЕМЕННОГО ПРИЕМА АЛКОГОЛЯ:

- замедленная реакция на внешние раздражители
- нарушение координации движений
- снижение остроты мышления
- рвота
- потеря сознания
- повышенный риск несчастных случаев

ПОСЛЕДСТВИЯ ДЛИТЕЛЬНОГО УПОТРЕБЛЕНИЯ АЛКОГОЛЯ:

- сердечно-сосудистые заболевания
- нарушение функции головного мозга
- заболевания органов пищеварения
- развитие зависимости
- заболевания органов дыхания
- влияние на половую сферу, потомство

СВОБОДА ОТ АЛКОГОЛЯ ДАЁТ МНОГО ВОЗМОЖНОСТЕЙ



**СЧАСТЬЕ СЕМЕЙНОЙ
ЖИЗНИ**



**ЛИЧНОСТНЫЙ
УСПЕХ**