

ПРОФИЛАКТИКА:

- 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

Куда обратиться за помощью?

Только квалифицированный специалист может выбрать адекватное лечение с учетом вашего состояния здоровья, длительности злоупотребления спиртным, возраста и др.

ГУЗ «Областная клиническая психиатрическая больница им. Святой Софии», наркологический диспансер (психологическая консультация анонимно, бесплатно):

**Адрес: г. Саратов,
ул. Штейнберга С.И., д.50
телефон: 8(8452) 49-53-14**

ГУЗ «Саратовский городской психоневрологический диспансер»

**Адрес: г. Саратов, ул. Загорная, 3
телефон: 8(8452) 75-28-30,
телефон доверия: 75-14-00**

Кабинет медицинской профилактики в поликлинике по месту жительства.

ПРОФИЛАКТИКА АЛКОГОЛИЗМА!



**Держись
за ЖИЗНЬ!**



**МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ**

**САРАТОВСКИЙ ОБЛАСТНОЙ ЦЕНТР
МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ**

Алкоголь - цитоплазматический яд, разрушающий все системы

ПРИЧИНЫ АЛКОГОЛИЗМА:

- проблемы с психическим или физическим здоровьем
- низкий уровень интеллекта, культуры
- наследственность
- заниженная самооценка
- раннее начало половой жизни
- конфликты в семье
- патологический круг общения

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:

- развитие зависимости
- нарушение функции головного мозга (алкогольная энцефалопатия, психозы, инсульты, полинейропатия и т.д.)
- сердечно-сосудистые заболевания (острый инфаркт миокарда, внезапная смерть)
- заболевания органов пищеварения (гастрит, цирроз печени, панкреатит, рак)
- заболевания органов дыхания (туберкулез, рак, хронические бронхиты)
- влияние на половую сферу, потомство (снижение потенции, рождение потомства с врожденными уродствами и заболеваниями, гибель плода)
- сокращение продолжительности жизни
- смерть (в результате несчастных случаев, отравления алкоголем)
- правонарушение

У людей, страдающих алкогольной зависимостью нет шанса дожить до старости и умереть своей смертью!

62,1% из них заканчивают жизнь самоубийством, 72,2% - убивают, 60% - умирают от панкреатита,

67,7% - от цирроза печени, 23,3% - от заболеваний сердца и сосудов!