

## **Похититель рассудка — так именуют алкоголь с давних времен**

Об опьяняющих свойствах спиртных напитков люди узнали еще в древности. Они заметили, что многие напитки под действием времени изменяют свойства. Выпив такой напиток, человек становился раскованнее, веселее, появлялось чувство того, что всё дозволено, доступно. Однако, спустя некоторое время после выпивки, настроение становилось скверным, мучала головная боль, появлялись тяжёлые мысли.

Проблема употребления алкоголя очень актуальна в наши дни. От этого страдает все общество, но в первую очередь под угрозу ставится подрастающее поколение: дети, подростки, молодежь, а также здоровье будущих матерей. Состояние трезвости сразу после приёма спиртных напитков обманчиво: алкоголь (этиловый или винный спирт), содержащийся в алкогольных напитках, поступая в организм через желудок и кишечник, всасывается в кровь уже через 5-7 минут и достигает повышенной концентрации в крови через 1,5-2 часа. Проникая в живые клетки организма, он отравляет их и расстраивает работу тканей головного мозга и других органов. Сгорает алкоголь в организме человека быстро, но при этом он отнимает у живых клеток кислород и воду, вследствие чего их жизнедеятельность затрудняется. А если принимать алкоголь часто, то клетки различных органов в конце концов погибают или перерождаются, развивается опасная болезнь – алкоголизм, которая поддается лечению с большим трудом.

В организме нет ни одного органа, который бы не подвергнулся разрушительному действию алкоголя. Но особенно ужасны последствия выпивок для подростка, даже если алкоголь поступает в организм в минимальных дозах. Попав в кровь, алкоголь изменяет её состав, отрицательно действуя на лейкоциты, и они перестают бороться с различными микробами. Поэтому выпивающие подростки часто болеют, тяжело переносят заболевания. Кроме того, вызывая воспалительный процесс в желудочно-кишечном тракте, алкоголь нарушает всасывание витаминов. Это ведёт к авитаминозу организма и, как следствие, отставанию в росте, потере веса. Очень чувствительны к алкоголю печень, поджелудочная железа, почки. Алкоголь также очень отрицательно действует на половые железы.

Кроме этого под прицел спиртных напитков попадает еще не до конца сформировавшийся головной мозг юношей и девушек. И основные последствия опьянения – забывчивость, снижение способности ясно мыслить и принимать решения, эмоциональная взрывчатость или подавленное настроение, хронические заболевания.

Но и это не предел. В мозге подростка нарушается обмен веществ, приводящий к буквальному «отупению», которое при постоянном

злоупотреблении спиртными напитками, особенно пивом и коктейлями, переходит в интеллектуальное и эмоциональное оскудение.

Действие алкоголя коварно: выпившему человеку кажется, что он силен, храбр, решителен – все ему нипочем! Опьянение снимает тормозящие, сдерживающие механизмы, человек допускает такие поступки, которые, будучи трезвым, вряд ли совершил бы. Судебная практика свидетельствует: со злоупотреблением алкоголя связаны половина несчастных случаев со смертельными исходами на транспорте и половина всех убийств: до 90% процентов лиц, привлеченных к ответственности за хулиганство, совершили преступления, будучи нетрезвыми.

На женский организм алкоголь действует сильнее, зависимость от него возникает достаточно быстро. Под действием спиртного можно совершить то, о чём потом придётся жалеть всю жизнь. В пьяном виде девушка становится несдержанной, теряет достоинство и гордость, легко соглашается на случайную половую связь. Последствия этого очевидны: неполноценные дети, рождённые без любви, зачатые в пьяном угаре, венерические болезни, преждевременное увядание организма.

Доказан вред так называемых «слабоалкогольных» напитков, они являются первым шагом на пути к настоящему алкоголизму. Вред пива — самое яркое тому подтверждение.

Организму всё равно, из чего получать алкоголь – из пива, вина, водки, виски – для него есть только количество этилового спирта разного качества, принятого внутрь. Пиво, по мнению многих медиков, не менее «агрессивный» напиток, чем водка. После чрезмерного приёма пива также значительно повышается уровень агрессии, что способствует дракам, выяснению отношений.

Пивной алкоголизм наступает быстрее и незаметнее, чем обычный, водочный алкоголизм. Именно для подростков пиво очень опасно.

Еще одним фактором вреда пива для мужчин вообще, и для подростков в частности, является его гормоноподобное действие. При обильном принятии пива, содержащиеся в нём фитоэстрогены, аналоги женских половых гормонов, через клетки печени начинают влиять на выработку тестостерона – мужского полового гормона, снижая его продукцию. Вред пива проявляется в том, что это приводит не только к изменению облика молодых людей, но и в дальнейшем к нарушению потенции и деторождения. Сейчас, как известно, половина бесплодных браков являются таковыми «по вине» именно мужчин – а ведь формируется бесплодие не один месяц и не один год, зарождаясь как раз в том самом бурном подростковом возрасте.

В этом же возрасте закладываются основы того феномена, который существует в нашей стране. А именно наличие большой разницы в среднем возрасте жизни женщин и мужчин. Дело в том, что мужчины у нас часто не

доживают до пенсии по причине сердечных недугов, число которых значительно выше именно у мужской части населения. И здесь вред пива часто играет главную роль. А дело вот в чём. Приём большого количества пива вызывает резкое увеличение объема циркулирующей крови. Конечно, почки, если ещё здоровые, все это перекачают, но не сразу. А вот сразу резко возрастет нагрузка на сердце – отсюда ранние гипертонии, увеличенное и дряблое сердце. А поскольку у мужчин от природы сердце больше подвержено всяким напастям (у женщин эстрогены защищают сердце), то мужчины, пьющие пиво, чаще получают инфаркты и другие неприятности, связанные с сердцем. Кроме того, для работы сердца необходим кальций, а ведь именно его вытесняет из сердечной мышцы кобальт, добавляемый в пиво для усиления его пенности.

Таким образом, раннее приобщение к пиву как слабоалкогольному напитку, в результате оборачивается для многих подростков большой бедой в скором и не очень светлом будущем.

**Если ты хочешь быть сильным и красивым, а главное здоровым, воздержись от употребления алкогольных напитков.**