

*Будьте бдительны в отношении с алкогольными напитками!*

***ПЕРЕЙТИ ЧЕРТУ***  
*от умеренного употребления алкоголя к заболеванию алкоголизмом порой*  
***МОЖНО НЕЗАМЕТНО!!!***

### *Тест*

- Появлялась ли у вас мысль, что надо сократить употребление алкоголя?
- Теряете ли вы контроль над дозой спиртного?
- Критикуют ли вас за невоздержанность к алкоголю?
- Испытываете ли вы чувств вины из-за того, что выпиваете?
- Принимаете ли вы алкоголь с утра, чтобы избавиться от неприятных ощущений?

Если вы ответили «да» на два и более вопросов, то необходимо пересмотреть свое отношение к спиртному. Выпивая, вы не расслабляетесь, а оглушаете свое сознание.



**ЗНАЙТЕ!!!!**

Безопасной дозы алкоголя –

**НЕ СУЩЕСТВУЕТ!!!**

***СОВЕТЫ, КОТОРЫЕ ПОМОГУТ  
ИЗБЕЖАТЬ ЗЛОУПОТРЕБЛЕНИЕ  
АЛКОГОЛЕМ***

*Доверительное общение с  
родными и близкими.*

*Интересная работа по  
призванию.*

*Друзья с которыми можно  
общаться без алкоголя.*

*Здоровый образ жизни и  
физкультура.*

*Активный отдых на природе без  
алкоголя.*

*Хобби, увлечения.*

Государственное учреждение  
"Клецкая районная центральная  
библиотека"

Сектор маркетинга и социокультурной  
деятельности

***АЛКОГОЛИЗМ  
НЕ ПРИВЫЧКА,  
А БОЛЕЗНЬ!***



Клецк, 2022



**Алкоголиками не рождаются.**

**Ими становятся!**

### *Причины подросткового алкоголизма*

❖ Приобщение к алкоголю в семье. Подтолкнуть подростка к алкоголю могут:

- негативные межличностные отношения внутри семьи;
- чрезмерная опека со стороны родителей;
- насилие;
- вседозволенность, потакание всем слабостям и желаниям ребенка.

- ❖ Социальное окружение ребенка в школе и на улице оказывает на него большое влияние.
- ❖ Стремление выделиться или наоборот, быть как все.
- ❖ Неудачи в жизни, не умение рационально использовать свободное время.
- ❖ Получение удовольствия.

### *Стадии приобщения к алкоголю:*

1. Употребления «безобидных» и «безалкогольных» легких напитков.
2. Постепенный переход к крепким напиткам.
3. Частое употребление алкоголя, отсутствие выраженных соматических последствий.
4. Отрицание наличия проблем, связанных с алкоголем.
5. Негативное отношение к предложению начать лечение.

### *Последствия употребления алкоголя*

- Цирроз печени
- Рак
- Инсульт

- Инфаркт
- Разрушение головного мозга
- Отравление алкоголем
- Смерть
- Феминизация мужчин — ослабление мужских и развитие женских признаков.
- Маскулинизация женщин — ослабление женских и развитие мужских признаков
- Алкоголизм (дети пьющих родителей спиваются в 4-5 раз быстрее, женщины спиваются в силу биологических причин намного быстрее мужчин).

