

## Профилактика алкоголизма

Употребление алкоголя имеет вредные последствия, которые включают: антиобщественное поведение, отрицательное воздействие на здоровье; насилие, суициды, убийства; плохое сексуальное и репродуктивное здоровье, опасное сексуальное поведение, риск инфекционных заболеваний через иммунодепрессию. В последнее время установлены причинно-следственные связи между употреблением алкоголя и заболеваемостью такими инфекционными болезнями, как туберкулёз, а также заболеваемостью и течением ВИЧ/СПИДа. Употребление алкоголя женщиной, ожидающей ребёнка, может приводить к развитию алкогольного синдрома плода и осложнённым преждевременным родам.

Алкоголь—это наркотический яд, который действует на центральную нервную систему, вызывая повышенное возбуждение и нарушая процессы торможения. Алкоголь по-разному воздействует на людей. Некоторые обладают более высокой толерантностью к алкоголю, чем другие. Количество выпитого, которое является пределом для каждого из нас, зависит от многих факторов, в т. ч. от пола, типа телосложения, массы и возраста человека. Женщины пьянеют обычно быстрее, чем мужчины. При постоянном употреблении спиртных напитков в больших количествах организм начинает привыкать к алкоголю. Такое привыкание легко приводит к чрезмерному употреблению алкоголя. Вследствие постоянного и чрезмерного потребления алкоголя может выработаться алкогольная зависимость или алкоголизм. Критерии алкогольной зависимости:

- непреодолимая потребность («тяга») в приёме алкоголя;
- постепенное увеличение дозы для достижения алкогольного опьянения;
- неспособность контролировать приём алкоголя (запой);
- состояние отмены (абстинентный синдром) и желание опохмелиться;
- игнорирование других интересов;
- невозможность отказаться от приёма алкоголя при явном его вреде для здоровья.

Алкогольная зависимость диагностируется при наличии 3-х и более вышеперечисленных признаков на протяжении 1 месяца в течение 1 года. Алкоголь является одним из факторов риска развития онкологических заболеваний. Отмечают связь злоупотребления алкоголем с развитием около 75% случаев рака пищевода и около 50% случаев рака полости рта, глотки и гортани. Взаимосвязь с алкоголем установлена также для рака печени, молочной железы, желудка, поджелудочной железы, толстого кишечника. Кроме того алкоголь вызывает поражения печени: с алкоголем связаны от 50% до 80 % всех смертей от цирроза печени. Злоупотребление алкоголем ведет к формированию алкогольной зависимости, алкогольным психозам и алкогольной энцефалопатии. Алкогольная энцефалопатия является одной из основных причин деменции и диагностируется у 10-30 % пациентов с клиническими признаками слабоумия. Признаки когнитивных нарушений имеются у большинства лиц, злоупотребляющих алкоголем. Доказана

взаимосвязь между потреблением алкоголя и суицидальным поведением. Согласно данным Государственной службы медицинских судебных экспертиз Беларуси, более 60% мужчин и более 30% женщин, покончивших жизнь самоубийством, имели в крови алкоголь в момент смерти.

Нет методов быстрого лечения алкоголизма. Залог успеха - прежде всего желание самого пациента избавиться от зависимости. Получить консультацию по вопросам оказания медицинской помощи, в том числе анонимно, в УЗ «Горькая ЦРБ» можно по телефону 80223362231.