**УЗ «Мядельская центральная районная больница»**

**АЛКОГОЛЬ -** вещество, которое содержится в спиртных напитках

****

(водки, вине, пиве и т.д.). По химическому составу относится к

наркотическим веществам и оказывает токсическое действие на организм, особенно на клетки головного мозга.

 При систематическом злоупотреблении алкоголем возникает зависимость. Зависимость возникает не к спиртному напитку, а к алкоголю, содержащемуся в нем.

**ПОЧЕМУ АЛКОГОЛЬ ОПАСЕН ДЛЯ ТЕБЯ?**

 **В среднем через 10 лет происходит разрушение личности у человека, употребляющего алкоголь, у *подростка*** - через 3-4 года.

 Одна и та же доза алкоголя вызывает у взрослого опьянение, а у ***подростка*** - отравление.

* **При употреблении алкоголя** происходит отравление всех клеток организма.
* Проявляется жар, покраснение лица;
* Проявляется головокружение и нарушение координации движений;
* Замедляется время реакции (возникает заторможенность);
* Замедляется речь.

 

**ЕСЛИ ТЫ БУДЕШЬ УПОТРЕБЛЯТЬ АЛКОГОЛЬ, ТО:**

Ты узнаешь, что такое похмелье (головная боль, тошнота, временная потеря памяти), алкогольный психоз, запой;

Ускорится процесс старения;

Изменится характер;

Нарушение деятельности всех органов и систем организма, что приведет к циррозу печени, раку, сердечно-сосудистым заболеваниям, язве желудка, психическим заболевания;

 Нарушится психика (мышление, память, воля, эмоции);

Появится раздражительность, агрессия, лживость, циничность, жестокость;

**В итоге – интеллектуальная, эмоциональная и физическая деградация;**

Нарушится взаимоотношение с окружающими (ссоры, скандалы, драки и др.).

Повысится риск несчастных случаев, травм, приводящих к смерти.

**ЕСЛИ ТЫ НЕ БУДЕШЬ УПОТРЕБЛЯТЬ АЛКОГОЛЬ, ТО:**

* **сохранишь свое здоровье;**
* **будешь выглядеть молодо и привлекательно**
* **всегда будешь в хорошей и спортивной форме;**
* **Родишь и вырастишь здоровых людей;**
* **Состоишься в жизни как личность.**

**ВЫБЕРИ ЖИЗНЬ БЕЗ АЛКОГОЛЯ!**

Врач-психиатр-нарколог Врублевская В.В.

УЗ «Мядельская ЦРБ»

 г. Мядель, ул. Коммунистическая, 23 тел. 24-3-81