

Рейтинг «самых пьющих» стран

Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) опубликовала доклад о положении в области алкоголя и здоровья

ГОРЯЧАЯ ДЕСЯТКА

Количество выпиваемого алкоголя в среднем на одного жителя в год (в литрах)



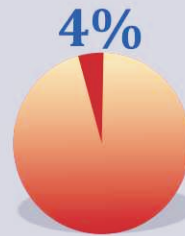
В среднем в мире – 6,1 литра

Российская Федерация

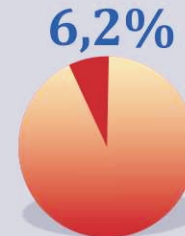


мужчин умирают от причин, связанных с алкоголем

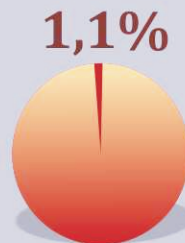
Последствия злоупотребления алкоголем (в мире)



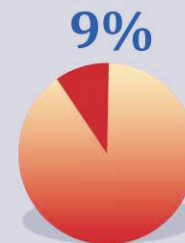
всех смертей



смертей среди мужчин



смертей среди женщин



смертей среди молодых людей в возрасте 15-29 лет



Алкогольная НЕЗАВИСИМОСТЬ – ТВОЙ ВЫБОР

Министерство здравоохранения
Новосибирской области
ГКУЗ НСО
«Региональный центр
медицинской профилактики»,
www.rcmp.zdravnsk.ru

НОВОСИБИРСК 2014

АЛКОГОЛЬ РАЗРУШАЕТ МОЗГ!



**КАЖДАЯ ВЫПИВКА ОСТАВЛЯЕТ
СВОЙ СЛЕД...**

Вопрос о пользе и вреде пива по-прежнему горячо обсуждается в обществе. Как ни стараются власти и старшее поколение **оградить несовершеннолетних от пагубного влияния чрезмерного употребления алкоголя**, употребление пива стало частью молодежной субкультуры. Молодой организм **быстро привыкает к любым, даже незначительным, дозам алкоголя**, поэтому любое употребление спиртного в возрасте до 18 лет – это уже серьезный фактор риска.

Когда-то пиво было практически безалкогольным напитком: содержание этилового спирта в нем не превышало 1,2 %. Но за последние века оно покрепчало до

12 градусов, «догнав» таким образом, сухое вино. А по содержанию спирта одна бутылка пива эквивалентна 50 г водки. Но ведь в компании часто выпивают и не одну... Поэтому **угроза пивного алкоголизма вполне реальна**, особенно для подростков, которым еще не исполнилось 18 лет. Если подросток систематически, то есть 3-4 раза в месяц, пьет пиво, причем его доза больше 1 л, то есть повод задуматься или даже бить тревогу.

Пивной алкоголизм приводит к серьезным последствиям. **Повреждаются структуры мозга**, отвечающие за функцию памяти, мышления, что влечет за собой трудности при воспроизведении новой информации. В организме юношей при чрезмерном употреблении пива подавляется выработка мужского полового гормона – тестостерона. **Вместо мужских половых гормонов организм начинает производить женские**, следствием чего является **формирование женской фигуры** за счет увеличения объема жировой ткани в области бедер, грудных желез, возможно также развитие импотенции.

Чрезмерное потребление пива **плохо влияет на сердце**. Оно перегружается и не может нормально перекачивать кровь. Пиво несовместимо с занятиями спортом, **тело постепенно становится рыхлым** и непривлекательным. У тех, кто любит пиво, часто появляется так называемый **«пивной живот»**.

У пива более низкая калорийность, чем у кока-колы, яблочного сока, фруктовых напитков, в которые добавляется сахар. Само по себе пиво не является высококалорийным продуктом. В нем относительно низкое содержание белка, совсем нет жира, но оно **повышает аппетит**. У человека появляется желание **съесть больше, чем нужно**.

Задумайся о своем будущем! Пивной алкоголизм развивается более вкрадчиво, коварно, чем водочный. Нарушается интеллект, появляются тяжёлые отклонения в психике. Алкоголь – это не продукт питания, это яд, особенно опасный для несформировавшегося организма.