

**АЛКОГОЛЬ ЕЖЕГОДНО  
УБИВАЕТ  
900 000 РОССИЯН**



**ПОМНИ ОБ ЭТОМ!**

На самом деле, бросить  
пить очень даже легко.  
Достаточно просто  
отвлечься, найти себе  
хобби, ограничить общение с  
пьющими людьми и  
все, тянуть к рюмке будет все меньше  
и меньше.

**Важно научиться говорить  
«Нет»!**

Если человек умственно развит,  
но пьет - значит у него слабый дух.

Чтобы человек перестал пить,  
необходимо укрепить его силу духа.



Буклет подготовил  
воспитатель группы «Комета»  
Досик И.А.

февраль 2023г.

[e.racheiskova@mts.krasnodar.ru](mailto:e.racheiskova@mts.krasnodar.ru)

Государственное казенное учреждение  
социального обслуживания  
Краснодарского края  
«Социально-реабилитационный центр для  
несовершеннолетних пос. Кубанская степь»

**Я ВЫБИРАЮ  
ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ  
ЖИЗНИ**



**Основной вред  
алкоголизма: у человека  
атрофируется  
способность к любви...**

Алкоголь достаточно сильно влияет на женский гормональный фон. Женственное лицо становится мужеподобным, грубеет голос, движения теряют свою мягкость и плавность. У любительниц выпить часто нарушен режим дня, отсутствует здоровое питание, отчего их волосы и ногти становятся тусклыми и ломкими.

Накапливается неизвестно откуда берущаяся усталость.

**алкогольная зависимость у женщин увеличивает риск развития бесплодия и выкидышей**

**Алкоголь (этанол) не запрещен законодательством РФ, но de facto является наркотиком по объективным критериям. ЭТО: пристрастие, привыкание тяжёлая зависимость.**

Алкоголь наносит мощный, и широкий, в масштабах общества, вред здоровью людей.

Учитывая показатели смертности в сравнении с другими легальными и нелегальными веществами, алкоголь стоит относить к категории тяжелых наркотиков.

**С алкоголем связаны следующие заболевания:**

1. Острые инфекционные заболевания
2. Воспаление и туберкулез легких
3. Алкогольный гастрит
4. Инсульт (кровоизлияние в мозг)
5. Язва желудка
6. Белая горячка

**Чаще всего постоянно употребляющие алкоголь люди, являются переносчиками многих инфекционных заболеваний.**

**Алкоголь - средство для избавления от денег, ума и здоровья.**

Сразу после приёма алкоголя возникает особое состояние-эйфория. В течение короткого времени человек может испытывать приятные эмоции.

Человек хочет вновь испытывать это чувство. Так возникает алкогольная зависимость. Алкоголь не приносит пользы организму, а наносит ему существенный вред.

**ЧЕМ БОЛЬШЕ ЧЕЛОВЕК УПОТРЕБЛЯЕТ СПИРТНОГО, ТЕМ БОЛЬШЕ ОН ТЕРЯЕТ КОНТРОЛЬ НАД СИТУАЦИЕЙ**

**Здоровье - состояние физического, духовного, социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов.**