

Тот, кто начинает с уверенности, часто заканчивает сомнениями, а начинающий с сомнений всегда приходит к уверенности

Фрэнсис Бэкон

В России существуют устойчивые алкогольные традиции, а климатические и социально – культурные условия жизни способствуют постоянному росту потребления спиртных напитков, в том числе среди населения.

В настоящее время:

- отмечается рост числа девушек и женщин среди потребителей алкоголя. Помните, что женский алкоголизм формируется быстрее, протекает более злокачественно и труднее поддается лечению;
- первое знакомство с алкоголем происходит в более раннем возрасте;
- считается, что пиво и слабоалкогольные газированные напитки безвредны для здоровья и не способны вызвать привыкание (зависимость). Однако, это мнение ошибочно! Доказано, что употребление данных напитков является первым шагом к развитию алкоголизма

Обратите внимание на следующую информацию!

Существуют четыре группы людей, не страдающих алкоголизмом, но активно употребляющих спиртные напитки. Стоит задуматься над тем, что риск развития болезни у данных людей очень высокий.

Первая группа - это люди, совершенно не употребляющие спиртные напитки или практически не употребляющие их. Они употребляют спиртные напитки крайне редко (2-3 раза в год), в дозах, не превышающих 100 мл вина, пьют без желания (чтобы «отдать дань традициям»).

Вторая группа - лица, эпизодически употребляющие спиртные напитки, их относят к «случайно пьющим». Эти люди употребляют спиртные напитки редко – от 1 раза в 2-3 месяца до 1-2 раз в месяц, нерегулярно и лишь в ситуациях, вынуждающих их выпить. Они активно стремятся ограничить дозу алкоголя 50-150 мл в пересчёте на крепкие напитки, предпочитают слабые виноградные вина.

Третья группа – лица, ситуационно злоупотребляющие алкоголем (ситуационное

пьянство). Эти лица употребляют в среднем 1-4 раза в месяц дозы спиртных напитков, эквивалентные 100- 150 мл водки и до 300 мл.

Четвёртая группа - лица с систематическим или привычным пьянством, в процессе которого формируются основные клинические симптомы начальной стадии хронического алкоголизма. Условно это группа делится на две подгруппы:

- систематическое пьянство;
- привычное пьянство (возникновение и формирование патологического влечения к алкоголю).

Задумайся!

Прими правильное решение!

**ГБУ РМЭ «Республиканский
наркологический диспансер»,
ул. Комсомольская, д.81,
тел.: 45-21-63, 42-32-36**

**Министерство здравоохранения
Республики Марий Эл
Республиканский наркологический диспансер**

**Пить или не пить?
Решать тебе!**

