## **Профилактика пьянства и алкоголизма.**

##  Здоровье населения – одно из главных условий эффективной реализации национальной стратегии устойчивого социально-экономического развития Республики Беларусь. В последние годы одной из значимых и актуальных проблем для Республики Беларусь остаются вопросы профилактики пьянства, алкоголизма.

Работа по профилактике пьянства и алкоголизма проводится в рамках выполнения подпрограммы  3 «Предупреждение и преодоление пьянства и алкоголизма, охрана психического здоровья» Государственной программы «Здоровье народа и демографическая безопасность Республики Беларусь» на 2021-2025 годы.

Злоупотребление алкоголем – один из наиболее значимых факторов риска неинфекционных заболеваний, приводящих к преждевременной инвалидности и смертности от алкоголь-ассоциированных заболеваний, дорожно-транспортных происшествий, насильственных преступлений. Подсчитано также, что систематическое употребление алкоголя уменьшает продолжительность жизни примерно на 15-20 лет.

##  Справочно: алкоголь, или этиловый спирт, является наркотическим ядом, действующим на клетки организма человека, парализуя и разрушая их. Учеными доказано, что 100 г водки губит 7,5 тыс. активно работающих клеток головного мозга. Доза 7-8 г чистого спирта на 1 кг тела является смертельной для человека.

 Алкоголь в любых дозах через формирование структурных изменений мозга подавляет интеллект, инициативность, творческие способности, снижает социальную активность, подавляет чувство гордости, чести, ответственности, заметно снижает половые способности как мужчин, так и женщин, формирует стандартность мышления, подавляет человека физически и нравственно, отягощает наследственность и т. д.

Алкоголь затрагивает практически все важнейшие органы и системы человека. Органом, наиболее повреждаемым при злоупотреблении алкоголем, является печень. Она перерабатывает около 95 % алкоголя, поступившего в кровь. В результате в печени откладываются жирные соединения, что ведет к ее ожирению и замещению функционирующих печеночных клеток нефункционирующей рубцовой тканью — циррозу печени. Алкогольный цирроз является основной причиной смерти, связанной со злоупотреблением алкоголем.

 Поражается желудок (гастрит, язвенная болезнь), поджелудочная железа (панкреатит, сахарный диабет), почки (дистрофия, утяжеление течения нефритов); сердечно-сосудистая система (риск развития артериальной гипертензии, инфаркта миокарда, алкогольной кардиомиопатии). Алкоголь вызывает поражение нервной системы. Очень высок риск развития таких заболеваний как полиневропатия, энцефалопатия, эпилепсия, нарушение мозгового кровообращения (инсульт), деменция (слабоумие). Чрезмерное, частое потребление спиртного вызывает серьезные психические расстройства: депрессии, тревожные расстройства, расстройства личности, психозы, высок риск суицидального поведения (60% попыток самоубийства приходится на алкоголиков). У потребителей спиртного много проблем в сфере социального функционирования. Снижается работоспособность, появляются сложности в отношениях с коллегами, с близкими, в семье, финансовые проблемы, конфликты с правоохранительными органами. В конечном итоге — потеря социального статуса.

В детском и подростковом возрасте разрушительное действие алкоголя происходит ускоренными темпами. Молодой, развивающийся организм в 6–8 раз быстрее, чем взрослый, привыкает к хмельным напиткам. Установлено, что злоупотребление алкоголем в возрасте до 20 лет приводит к алкоголизму почти в 80% случаев.

 Женщина и алкоголизм. Формирование алкогольной зависимости у женщин происходит значительно быстрее, чем у мужчин и протекает злокачественно. Изменения личности, характерные для алкогольной зависимости, наступают раньше и более выражены. Следует отметить, сколько вреда наносит пьянство женщин потомству. Алкоголь влияет на репродуктивную систему женщины. Это приводит к таким последствиям как: нарушение созревания половых клеток (бесплодие), патологии беременности, преждевременные роды, патологии развития плода.

Одно из самых негативных последствий злоупотребления алкоголем состоит в том, что под его воздействием в мозгу происходит совокупность химических и физиологических перестроек, ведущих к установлению стойкой алкогольной зависимости. Алкоголь включается в обменные процессы организма. Все это дает основание рассматривать алкоголизм как тяжелую болезнь, с которой часто «больные» не в состоянии справиться самостоятельно. Порой недостаточно даже таких решительных действий, как выведение из запоя, кодирование, попытки бросить пить. Сформированная зависимость от алкоголя настолько сильна, что даже когда человек не пьет, он находится в состоянии ремиссии. Стоит принять хоть немного спиртного — и болезнь возвращается, несмотря на воздержание от употребления алкоголя в течение многих месяцев или даже лет. Для полного исцеления зависимый человек должен преодолеть себя, переродиться физиологически и психологически. При этом в ряде случаев не обойтись без длительного, сложного и дорогостоящего курса медико-психологического лечения и социальной реабилитации.

##  В наркологическом кабинете УЗ «Костюковичская ЦРБ» на диспансерном учете на 01.01.2023 г. состоит с диагнозом «Синдром алкогольной зависимости» - 465 человек, из них – 125 женщин.

Каждому необходимо это как можно глубже понять и осознать вред алкоголя на организм. Человек, прежде всего, должен твердо решить раз и навсегда рас­прощаться с этой вредной привычкой. Настроить себя.

 Полноценное лечение больного алкоголизмомпредставляет сложный многофакторный процесс. На принудительное лечение в ЛТП (лечебно трудовой профилакторий) направляются после решения суда (на 1 год).

 Противоалкогольное лечение в наркологическом кабинете при районной поликлинике осуществляется как амбулаторно (медикаментозная терапия, психотерапевтические беседы), так и стационарно (медикаментозное купирование абстинентного синдрома, прерывание запоя). Также проводится лечение больных, состоящих на диспансерном учете. По желанию самого больного или его родственников возможно купирование абстинентного синдрома на платной основе в условиях стационара или дневного стационара.

Если течение алкоголизма осложняетсясудорожным синдромом или психозом, больные направляются на лечение в Могилевский областной наркологический диспансер.

 Также проводится кодирование - имплантация препарата «Дисульфирам» подкожно «подшивка».

Кодирование – это своеобразная «стена», запрет на пути к алкоголю. То есть человеку нельзя выпить под страхом смерти или увечий.

Обязательные требования к пациенту при кодировании от алкоголизма: добровольное решение больного закодироваться, так как только желание самого больного вылечиться от алкоголизма, изменить свою жизнь к лучшему, поможет правильно принять кодирование и избежать возможных рецидивов. Характер, стадия алкоголизма, его длительность и частота чередований ремиссий и рецидивов заболевания не имеет значения.

Абсолютная трезвость пациента, воздержание от любого вида спиртного, спиртосодержащих лекарств не менее 7-10 дней перед сеансом. Это требование является обязательным, так как показывает несколько серьезные намерения пациента лечиться, укрепляет силу воли, настраивает его на восприятие психологической информации.

## Обязательно проводится работас родственниками больного, с его семьей, так как за годы пьянства в семье происходят различные нежелательные процессы, отношения между членами семьи становятся патологическими.

##  В случаях возникновения любых проблем с алкоголем, следует не теряя времени обращаться за консультациями и помощью к специалистам.

В УЗ «Костюковичская ЦРБ» врачом – психиатром-наркологом (кабинет № 7) проводится консультативная помощь по вопросам алкоголизма, наркомании, табакокурения, а также работает «телефон доверия» тел. 35-012.

Алкоголизм — этот диагноз, к сожалению, очень распространён. Борьба с алкоголизмом стала злободневной проблемой, и первое, с чего следует ее начинать – это лечить людей, уже ставших алкоголиками. Только совместными усилиями мы сможем вырастить новое поколение молодых белорусов, свободных от пристрастия к алкоголю. Здоровье подрастающего поколения — это здоровье будущего нашей нации, и поэтому трезвая молодежь делает Беларусь сильнее.

##  Законодательство Республики Беларусь предусматривает административную ответственность за распитие указанных напитков на улицах, стадионах, в скверах, парках, в общественном транспорте и других общественных местах, кроме тех, которые предназначены для этих целей. По мнению экспертов Всемирной организации здравоохранения, здоровье человека на 50% зависит от него самого, а именно от образа его жизни. Государство регулирует законодательными актами условия труда на производстве, медицинскую помощь и т.п., что составляет остальные 50%., а преодоление пьянства и алкоголизма является задачей не только государства и общества в целом, но и каждого его индивида.

##