

АЛКОГОЛІЗМ ТА БОРОТЬБА З НИМ

У сучасному світі людина керує складними машинами і автоматами, користується мобільним зв'язком, володіє комп'ютером, приймає важливі рішення в складних економічних та політичних ситуаціях. Саме тому вона мусить володіти комплексом медично-біологічних і соціальних якостей, які визначають її надійність у професійній діяльності, в розумовому та фізичному розвитку. Шкідливі звички негативно впливають на здоров'я, активність, розумову та фізичну працездатність, на оперативне мислення, увагу, пам'ять.

Алкоголь – це зло, що негативно впливає як на суспільство в цілому, на розвиток економіки, культури, так і на кожну людину, зокрема. Вживання алкоголю ще нікого не зробило здоровим. В організмі немає жодного органу, на який би алкоголь діяв позитивно.

Алкоголіки халатно відносять до роботи, часто прогулюють, псують обладнання і сировину, вони часто міняють місце роботи, а більшість взагалі не працюють, а живуть за рахунок близьких людей і повністю деградує в соціальному відношенні. Серед п'яниць немає таких, щоби прагнули до самоосвіти, а навпаки залишають навчання. В алкоголіків руйнується інтелект, втрачається активність, ініціатива, праця або навчання не приносить задоволення, настає постійна втома. Таким чином алкоголізм спричинює фізичну і психічну деградацію особи.

Згідно даних ВООЗ Україна посідає I місце

ІСТОРІЯ АЛКОГОЛЮ

Алкоголь - не що інше як етиловий чи винний спирт, який має вигляд безколірної прозорої рідини характерного смаку і запаху. За своєю дією алкоголь є наркотичною речовиною. Він утворюється внаслідок спиртового бродіння злаків та овочів, котрі містять цукристі речовини. Це жито, пшениця, картопля та інші культури.

Алкогольні напої відомі людству вже давно. Ще в сиву давнину для вгамування спраги люди вживали солодкі соки плодів (винограду, пальм тощо). Свіжий сік додавав енергії, бадьорості. Поряд з цим було відзначено, що, залишений на зберігання у відкритих жбанах, солодкий сік міняв свої смакові якості та зовнішній вигляд. Коли пили такий перестояний сік, змінювався настрій, з'являлася бадьорість, безтурботність. Наші пращури, не знаючи справжньої причини, пояснювали це дією вищої сили і вважали, що стан сп'яніння - це зближення з богом.

Вийшло так, що спочатку людина відчула на собі дію переброджених соків і тільки значно пізніше дізналася, що цей своєрідний вплив на самопочуття та поведінку зумовлений наявністю алкоголю.

Стародавні араби використовували його як ліки. Ось чому і досі вживання спиртного супроводжується побажанням “на здоров'я”.

У Древній Спарті, щоби відвернути від вживання алкоголю, молодим патриціям показували спеціально споєного раба. Огидний стан цього п'яного діяв як профілактичний засіб.

Ще в давні часи люди спостерігали, що у п'яниць діти народжуються із психічними та фізичними дефектами. Древньогрецький лікар Гіппократ вважав, що причиною таких захворювань, як ідіотизм і епілесія, є вживання вина в день зачаття. В багатьох країнах в давнину забороняли під страхом важкої кари вживати міцні напої молодцям у день весілля.

Римляни писали на стінах алкоголіків слова Плутарха: “П'яниці породжують п'яниць”.

АЛКОГОЛІЗМ НЕ ЗВИЧКА, А ХВОРОБА

Вживання алкогольних напоїв викликає у людини стан ейфорії, душевного задоволення, зняття стресу. Це пояснюється дією алкоголю на мозок – гальмуються його центри, пов'язані з формуванням емоцій. Оп'яніння організму викликає етиловий спирт. Частина випитого алкоголю виводиться із організму через шкіру, а частина надовго залишається в організмі. В мозковій тканині алкоголь затримується 15 днів. Він негативно впливає на функції і структуру всіх органів і систем.

Особливо небезпечно отруєння організму викликають спиртні напої домашнього чи кустарного виготовлення. Наприклад, у самогоні є такі отрути, як метиловий спирт, ефіри, фурфурол, сивушні масла тощо. Метиловий спирт дуже токсичний. У домашніх умовах він не відділяється від винного, має такий самий запах і смак, розчиняється у воді, горить синім полум'ям. Метил викликає оп'яніння з головокружінням, втрату свідомості, може викликати втрату зору. Ефіри – це наркотичні речовини з гірким неприємним запахом. Фурфурол паралізує дихальні шляхи людини, а сивушні масла викликають отруєння з головними болями і станом пригніченості.

Алкогольним оп'янінням називають грубе порушення нормальної функції головного мозку. Спочатку оп'яніння порушує діяльність кори великих півкуль головного мозку, яка забезпечує всі психічні функції, а потім й інші відділи центральної нервової системи. Вживання навіть невеликих доз спиртного затрудняє передачу нервових імпульсів, призводить до розладу активного мислення.

Розрізняють три ступені гострого алкогольного оп'яніння: початкову, середню і важку.

Початкова ступінь оп'яніння виявляється у відчутті тепла, легкого головокружіння. Поведінка людини майже не змінюється, але з'являється самовпевненість. Посилюється серцебиття, розширюються зіниці, судини лица. Зовнішні рухові розлади не помітні, але координація рухів дещо порушується, уповільнюється реакція на зовнішні подразники.

При вживанні великої кількості алкоголю настає середня ступінь оп'яніння. П'яний нервується, йому властиві спалахи гніву, озлобленості, буяння, він втрачає почуття відповідальності за свої вчинки, прихильний до вихваляння і агресії. Часто в такому стані людина порушує громадський порядок, здійснює хуліганські вчинки і навіть злочини. Порушується координація рухів, тому з такими людьми часто трапляються нещасні випадки на виробництві, на вулиці, в побуті. Після отверезіння, з'являється в'ялість, сонливість, головний біль.

Важка ступінь оп'яніння настає при вживанні дуже великої дози алкоголю. Для цього стану характерні дві фази: збудження і гальмування. В першій фазі мова стає невиразна, рухи нескординовані, вчинки беззмістовні, нерідко агресивні. Фаза гальмування проявляється у в'ялості, сонливості і закінчується глибоким наркотичним сном. У такому стані людина не реагує навіть на сильні больові подразники, вона може заснути на вулиці, а в холодну пору року замерзнути. Після пробудження людина майже не пам'ятає, що з нею було, з'являється сильне бажання випити ще. У людини можлива нудота, блювота та інші ознаки отруєння.

Унаслідок неодноразового прийняття алкогольних напоїв у людини закріплюється умовний рефлекс. Після забуття і пробудження у п'яниць настає важкий стан похмілля, симптоми якого знімаються при повторному вживанні спиртних напоїв. Це головна ознака хронічного алкоголізму. Вона супроводжується синдромом астенії – втому, непрацездатністю. Організм хворий, але алкоголік не усвідомлює своєї хвороби та її причин.

Хронічний алкоголізм, або алкогольна наркоманія, - хвороба, при якій у людини з'являється неймовірний потяг до спиртних напоїв, спостерігається симптоми астенії і абстиненції та інші алкогольні розлади. Самопочуття алкоголіка дуже пригнічене, він невпевнений в собі, часом кається, лякається. Характер різко погіршується, сон стає короткочасним і поверхневим, він бачить жахливі сни. Водночас підвищується опірність організму до алкогольного отруєння. В стадії побутового п'янства звичайні дози

алкоголізму вже недостатні. Ще одна ознака алкоголізму – ослаблення захисних рефлексів – блювоти, нудоти, слиновиділення. При вживанні великих доз алкоголю спостерігається галюцинації, гострі психози, втрата пам'яті. З'являється нестійкий мотив поведінки, хворий здійснює вчинки, не властиві йому раніше. В минулому щирий, милосердний, добрий чоловік стає байдужим, аморальним, озлобленим. В алкоголіка відсутня цілеспрямованість. Він ніколи не доводить розпочату справу до кінця.

В останній стадії алкоголізму різко знижується опірність до великих доз алкоголю. Хворі почувають себе погано, у них порушується кровообіг, з'являються гострі розлади серцево-судинної системи, печінкова недостатність. Їх зовнішній вигляд нагадує хворих, яким властива психічна і соціальна деградація.

Також спиртні напої подразнюють слизову оболонку шлунку. Шлунковий сік виділяється з невеликою кількістю ферментів і високою місткістю соляної кислоти. Подразнюючи слизову оболонку шлунку, він разом зі спиртом стимулює відчуття апетиту. Спирт обезводнює клітини, викликає запалення і ущільнення тканин, при цьому засвоєння вітамінів затрудняється. У п'яниць порушується вуглеводний обмін. Білки, вітаміни і мікроелементи поступають в організм з недостатній кількості. Порушуються функції травлення. Постійне вживання алкоголю призводить до гострого або хронічного гастриту, що супроводжується різким болями, відчуттям печії, неприємним запахом з рота, головними болями. У алкоголіків пропадає апетит, вони п'ють, не закусуючи, а це дуже виснажує організм. Алкоголь всмоктується в кров. Кров з місткістю алкоголю поступає до печінки, що спричинює запалення печінки – гепатит і загальне отруєння організму. Заключним етапом хронічного алкогольного отруєння печінки є цироз – важка невиліковна хвороба.

Після всмоктування в кров і проходження через печінку, алкоголь попадає в загальний кровообіг, шкідливо діє на судини і серце.

Наукові дослідження доказують, що у алкоголіків дуже швидко і тяжко пошкоджується серцево-судинна система. Часте вживання алкоголю призводить до переродження серцевого м'язу. Алкоголь підвищує зертання крові, що спричинює утворенню тромбів, внаслідок чого відбувається омертвіння тканин (некроз). Алкоголь викликає паталогічні процеси не тільки в серці, але і в артеріях та судинах. Вживання спиртного спричинює розширення судин, їх запалення – тромбофлебіт. Кожний випитий келих підвищує артеріальний тиск, що є причиною багатьох серцево-судинних захворювань.

Але найбільше від алкогольної інтоксикації потерпає мозок (кора великих півкуль). У алкоголіків мозок зменшується в об'ємі. Токсичне враження головного мозку проявляється не тільки в гострій або хронічній деградації особистості. Особистість стає примітивною, понижується її ініціативність, погіршується пам'ять. Розлади пам'яті можуть бути такі, що хворий стає повним інвалідом. Виникають різні форми алкогольних психозів. Хворий в стані алкогольного психозу небезпечний для оточуючих, часто він небезпечний і для себе, схильний до самогубства. Алкоголікам властивий поліневрит. Поліневритом називається запалення периферичних нервів. Найчастіше пошкоджуються ноги. Спочатку з'являються неприємні поколювання, потім свербіж, губиться чутливість. М'язи стають в'ялими, стопи звисають і хворий не може ходити. Алкоголіки середнього віку часто хворіють поліенцефалітом. Це важке захворювання характеризується порушенням мови, підвищенням температури, провалами пам'яті, галюцинаціями, втратою свідомості.

При систематичному вживанні спиртного відбуваються зміни в дихальній та інших системах організму, відбуваються розлади статевої системи у жінок і чоловіків.

АЛКОГОЛЬ І ДІТИ

Серед населення існує думка, що діти не хворіють алкоголізмом. Але дослідження показують, що цією хворобою можуть хворіти діти грудного віку, якщо їх виносила і годувала мати – алкоголічка. За статистичними даними ускладнена вагітність протікає у 28% жінок, що вживають алкоголь, недоношені діти народжуються у 34% жінок, а мертві плоди у 25% жінок.

Сучасна наука розрізняє такі основні шляхи впливу алкоголізму чоловіків і жінок на їх нащадків.

1) Тератогенний. Народження неповноцінної дитини, завдяки вживанню жінкою в перші тижні вагітності спиртних напоїв. Алкоголь, проникаючи через плаценту, може проявити пряму токсичну дію на клітини ембріону і плоду, викликаючи різні аномалії, що одержали назву алкогольний синдром або алкогольна ембріонатія.

2) Мутагенний. Різні пошкодження хромосом, розтяжки і розриви, утворення кільцевих хромосом статевих клітин в результаті хронічного зловживання алкоголем батьками. У плода замість двох статевих хромосом утворюється три, що призводить до народження розумово відсталого дитини.

3) Соматогенний. Пов'язаний з травмами і хронічними захворюваннями батьків-алкоголіків, що негативно відбувається на розвиток плоду.

4) Грудні діти хворіють алкоголізмом через кров і молоко матері.

Якщо вплив батька на плід визначається тільки в момент зачаття, то на розвиток зародку більше впливає організм матері. Переповнена алкоголем та його токсичними продуктами кров матері легко проникає через плаценту до крові плоду, порушує обмін речовин. Що призводить до викиднів, передчасних родів, народження розумово відсталих дітей.

Вплив алкоголю на дитину не обмежується внутрішньоматеринним періодом. Спиртне, випите матір'ю, що годує дитину, переходить в молоко, в організм малюка, наносить йому непоправне лихо. Діти, що народилися від п'яниць, навіть не страждаючи психічною патологією, ростуть ослаблені, нервові, замкнуті, злобні, жорстокі. У них з'являються розлади сну, почуття страху.

Таким чином, факторами, що впливають на дітей, є токсичне враження статевих залоз родичів-алкоголіків при хронічній інтоксикації алкоголем; гостре отруєння статевих клітин при зачатті, внутрішньоматеринне отруєння плоду в матері, що зловживає алкоголем, алкогольне отруєння малюка через грудне молоко матері-алкоголічки.

На дитячий організм алкоголь діє сильніше і небезпечніше, ніж на дорослий. Адже в цьому віці розвиваються всі життєво важливі системи. Так в молодшому шкільному віці завершується формування системи травлення, печінки. При вживанні алкоголю уражається слизова оболонка шлунково-кишкового тракту, затримується травлення. Алкоголь поступає в кров, потім у печінку, паралізуючи всі життєво важливі функції. Дитина стає схильна до захворювання хвороби Боткіна.

Трохи пізніше завершується формування серцево-судинної системи, серця, капілярного кровообігу, координації серцевої і судинної діяльності. Алкоголь поражает серцево-судинну систему, що призводить до дистрофії міокарду, збільшення тиску.

У середньому шкільному віці збільшуються розміри і форми грудної клітки, легень, м'язів. Вживання алкоголю спричиняє запальні процеси в трахеї, бронхах.

У період формування статевої системи вживання алкоголю затримує її розвиток. Хронічне вживання алкоголю підлітками призводить до ранньої імпотенції.

ПРОФІЛАКТИКА АЛКОГОЛІЗМУ

Виходячи із соціологічних досліджень, вивчаючи спеціальну літературу, визначають основні завдання антиалкогольної пропаганди серед молоді:

I. Поширювати серед молоді знання про негативну дію алкогольних напоїв на організм людини з точки зору:

- а) загально біологічної – дія алкоголю на організм людини, її органи і системи.
- б) генетичної - дія алкоголю на спадковість організму, потомство.
- в) медичної дії алкоголю на здоров'я людини і тривалість її життя.
- г) соціологічної – дія алкоголю на діяльність, роботу здатність людини, сімейні стосунки, виховання дітей.

Людина мусить усвідомити, що алкоголь несумісний із здоровим способом життя.

II. Формувати у молодих людей психологічні гальма, наслідування дурним прикладам однолітків, батьків, знайомих.

III. Ознайомити молодь із правовими нормами боротьби з п'янством. Негативне ставлення до алкоголю повинно починатися ще в шкільному віці. За статистикою більше 80% людей почали вживати алкоголь в шкільному віці. Необхідно формувати у дітей психологічну нетерпимість до алкоголю і інших шкідливих звичок. Кожна людина повинна дотримуватися норм моралі, виконувати конституційні обов'язки, поважати права інших осіб, але критично відноситись до поступків, здійснених людьми в нетверезому стані.

Психіатрія затверджує, що в 89% випадків причиною алкоголізму є щиросердечний стан особистості, а воно прямо залежить від соціального статусу, від якості життя і від визначеності положення людини в цьому світі (читай: від наявності або відсутності мети свого існування). Видимо, останній фактор і сприяє моторошному ростові алкогольної залежності серед молоді. Варто згадати і той факт, що сьогодні ТВ-реклама безперешкодно пропагує алкоголь, - це одна з причин того, що пити починають діти... Величезна кількість молодих людей уже до двадцяти років стають або алкоголіками, або сильно питущими.

Цей вибір існував завжди, але за поширенням ВІЛ та СНІДу пити чи не пити, палити чи не палити – стає вибором життя. Тому необхідно мобілізувати всі можливості для допомоги молодій людині у свідомому самовизначенні.