

Подростковый алкоголизм

— это психическое и физическое заболевание, которое возникает в возрасте 12-15 лет. В отличие от взрослых у подростков наблюдается быстрое развитие компульсивного влечения и формирование физической зависимости. Вредная для здоровья привычка не обходит стороной молодое поколение.

Подростковый алкоголизм — вполне сформированный и обоснованный медицинский термин. Причины и обстоятельства знакомства с алкогольными напитками у подростков разные. Но последствия одинаково неприятные, растущий организм не готов к отравляющему воздействию алкоголя, и зависимость формируется гораздо быстрее, чем у взрослого человека.

По статистике ВОЗ Россия занимает 1-е место в мире по подростковому алкоголизму.



Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение
"Средняя общеобразовательная школа имени Н.Р. Ирикова с. Зилаир"
муниципального района Зилаирский район
Республики Башкортостан

Проблемы алкоголизма в подростковом возрасте



2025г.

Причины появления алкоголизма

В формировании алкогольной зависимости решающую роль играют следующие факторы:

- **социальные:** низкий уровень образования, материального обеспечения, питательные обычаи и традиции, согласно которым дружеские встречи, празднества и торжества обычно сопровождаются употреблением спиртных напитков;
- **биологические:** наследственная предрасположенность (до 30% детей, чьи родители злоупотребляли алкоголем, могут стать алкоголиками во взрослом возрасте), нервные и психические расстройства в детском возрасте, преобладание процессов возбуждения над процессами торможения;
- **психологические:** поиск удовольствия, эйфории, неуверенность в себе, раздражительность, тревожность, низкая способность к социальной адаптации и противостоянию стрессам.

Профилактика

Основу составляет первичная профилактика, которая включает:

- формирование в обществе идеала здорового образа жизни;
- ведение грамотной антиалкогольной пропаганды;
- воспитание у подростков правильных моральных ценностей;
- контроль за рекламой в СМИ и соцсетях;
- законодательное урегулирование правил продажи спиртных напитков, ограничение доступа к нему;
- выявление психопатологических черт личности и их коррекция.

Вторичная профилактика заключается в комплексном лечении алкогольной зависимости, проведении противорецидивной терапии.

Третичная профилактика – реабилитация и ресоциализация больных тяжелыми формами алкозависимости, улучшение качества их жизни.

АЛКОГОЛЬ

АЛКОГОЛЬ ДЛЯ ВАС – ПРОБЛЕМА ИЛИ НЕТ?
Задумываетесь ли Вы над тем, сколько Вы пьёте? Не настолько важно то, сколько и когда Вы пьёте, мужчина Вы или женщина, а важно то, как влияет на Вас выпитое. Подумайте, возникают ли у Вас проблемы из-за алкоголя?

ВАША АЛКОГОЛЬНАЯ НОРМА
Немногие из нас сказали себе: «Стоп!», и задумались – сколько я пью. Вот простой способ определения количества алкоголя: печень может переработать 20 граммов алкоголя в час. Если за это же время Вы выпиваете одну бутылку, то подумайте, где же в Вашем организме остались ещё 480 граммов?

ПРАКТИЧЕСКИЕ СОВЕТЫ (то Вы можете сделать сами)

- Контролируйте количество выпитого Вами;
- Разбавляйте сильные алкогольные напитки;
- Не выпивайте стопку за один раз;
- Чередуйте алкогольные напитки с безалкогольными;
- На вечеринке выпивайте только одну рюмку в час;
- Закусывайте, когда пьёте;
- Избегайте ситуаций, способствующих употреблению алкоголя.

СОВЕТЫ, КАК СОКРАТИТЬ КОЛИЧЕСТВО УПОТРЕБЛЯЕМОГО АЛКОГОЛЯ
Решение отказаться от алкоголя навсегда приходит постепенно, поэтому сначала попробуйте не принимать спиртное в течение двух недель. Вам нужно решить, хотите ли Вы бросить пить совсем или просто хотите сократить количество алкоголя.

ВЛИЯНИЕ СРЕДЫ (то, что может помочь Вам)

- Ведите машину сами;
- Научитесь говорить «нет», когда кто-то предлагает Вам выпить;
- Будьте активны и принимайте участие во всём, что происходит на вечеринке, чтобы Вас не мучили мысли о спиртном.