

# STOP алкоголь!



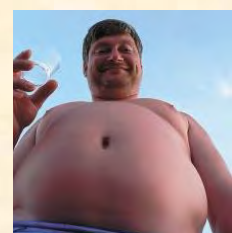
**АЛКОГОЛЬ** – вещество, которое содержится в спиртных напитках (водке, вине, пиве и т.д.). По химическому составу относится к наркотическим веществам и оказывает токсическое действие на организм, особенно на клетки головного мозга. Известно, что головной мозг, составляющий всего 2% массы человеческого тела, удерживает около 30% выпитого алкоголя. Вот такая чудовищная нагрузка ложится на маленький объем живой ткани!

При систематическом злоупотреблении алкоголем возникает зависимость. Зависимость возникает не к спиртному напитку, а к алкоголю, содержащемуся в нем.

## **ПОЧЕМУ АЛКОГОЛЬ ОПАСЕН ДЛЯ ТЕБЯ?**



*В среднем через 10 лет происходит разрушение личности у человека, употребляющего алкоголь, у подростка – через 3-4 года.*



*Одна и та же доза алкоголя вызывает у взрослого опьянение, у подростка – отравление.*

**При употреблении алкоголя** происходит отравление всех клеток организма;

*Появляется жар, покраснение лица;*

*Появляется головокружение и нарушается координация движений;*

*Замедляется время реакции (возникает заторможенность);*

*Затрудняется речь.*



## **ЕСЛИ ТЫ БУДЕШЬ УПОТРЕБЛЯТЬ АЛКОГОЛЬ, ТО:**

Ты узнаешь, что такое похмелье (головная боль, тошнота, временная потеря памяти и др.), алкогольный психоз, запой;

Нарушится деятельность всех органов и систем организма, что приведет к циррозу печени, раку, сердечно-сосудистым

заболеваниям, язве желудка, психическим заболеваниям;

Ускорится процесс старения;

Нарушится психика (мышление, память, воля, эмоции);

Появится раздражительность, агрессия, лживость, циничность,

жестокость;

Изменится характер;

**В итоге – интеллектуальная, эмоциональная и физическая деградация;**

Нарушатся взаимоотношения с окружающими (ссоры, скандалы, драки и др.);

Повысится риск несчастных случаев, травм, приводящих к смерти.

## **ЕСЛИ ТЫ НЕ БУДЕШЬ УПОТРЕБЛЯТЬ АЛКОГОЛЬ, ТО:**

***Сохранишь свое здоровье;***

***Будешь выглядеть молодо и привлекательно;***

***Всегда будешь в хорошей спортивной форме;***

***Не будешь иметь проблем в сексуальной жизни;***

***Родишь и вырастишь здоровых детей;***

***Состоишься в жизни как личность.***



**ВЫБЕРИ ЖИЗНЬ БЕЗ АЛКОГОЛЯ!**

Министерство здравоохранения Республики Беларусь