

Как понять, зависимы ли вы от пива?

Для этого достаточно пройти простой тест на пивной алкоголизм. Для этого следует честно ответить на следующие вопросы:

1. Испытываете ли вы тягу к пивному запаху настолько, что мечтаете поскорее употребить его?
2. Считаете ли вы, что пиво после работы – это отличный способ расслабиться после тяжелого дня?
3. Заметили ли вы за собой, что ваша привычная доза превышает одну бутылку пива?
4. Потребляете ли вы пиво каждый раз, когда есть такая возможность?
5. Вы не можете отказаться от пива, если вам предлагают.
- 6.

Если вы ответили «да» более, чем на один вопрос, вы в зоне риска. Если на два и больше, возможно, вы уже на стадии алкогольной зависимости.

Но определить так ли это можно, лишь пройдя обследование у нарколога. Стадии развития алкогольной зависимости от пива протекают не так ярко, как при зависимости от водки.

**Молодые люди,
не пейте пиво, берегите своё здоровье!**

**Пусть вашим девизом станет
не «Алкоголь», а «Алко – ноль»!**

**Будьте модными!
Сегодня модно – не пить!**

ВРЕД ПИВА



216240 Смоленская область
г. Демидов, ул. Советская, 5
т. (8 481 47) 4-11-89; 2-20-65
e-mail: ddemidovskaya@inbox.ru

Составитель: А.В. Бобылева
ведущий методист по работе с детьми
Тираж 20 экз.

МБУК ЦБС Демидовского района
Центральная детская библиотека

12+

ПЕРВЫЙ ГЛОТОК БЕДЫ



Информационно-рекомендательный
указатель для учащихся 5-9 классов
и родителей

г. ДЕМИДОВ 2020

Пиво стало самым популярным напитком среди подростков и молодежи. Исследования, проведенные во многих странах, свидетельствуют, что хронический алкоголизм развивается в 3-4 раза быстрее от употребления пива, чем от крепких алкогольных изделий.

В процессе спиртового брожения в пиве, как и в самогоне в полном объеме сохраняются сопутствующие алкоголю ядовитые соединения: альдегиды, сивушные масла, метанол, эфиры, содержание которых в пиве в десятки и сотни раз превышает уровень их допустимой концентрации в водке, полученной из спирта высшей очистки.

При систематическом употреблении пива происходит «сбой» в эндокринной системе человека, способствующий выработке женских половых гормонов. У мужчин уменьшается растительность на теле, набухают молочные железы, жир откладывается на бедра и бока, становится шире таз. У женщин становится грубее голос, появляются «пивные усы» и излишняя полнота. Возрастает вероятность заболеть раком, а если это кормящая мать, то у ребенка возможны эпилептические судороги.

Токсические вещества, содержащиеся в пиве, влияют на развитие похмельного синдрома. Потребление пива в больших количествах приводит к поражению почек. Этиловый спирт постепенно, но неуклонно разрушает нервную систему - мозг, что ведет к полной деградации личности, а самое главное «пивного» живота и избыточного веса, нарушение функций спинного мозга; цирроз печени; гепатит, панкреатит, гастрит; невралгии; поражение зрительного, слухового анализаторов; повышение артериального давления и т.д. Вот неполный перечень нарушений, которые вызывает чрезмерное употребление пива. Открывая бутылку пива, подумай о последствиях. Зачем тебе это надо?

Обладая мощным мочегонным эффектом, пиво беспощадно вымывает из организма «стройматериалы» - белки, а также жиры, углеводы и микроэлементы, особенно калий, магний и витамин С, что для растущего человека – катастрофа. При дефиците калия происходят срывы сердечного ритма, возникает сухость кожи, боли в икрах, слабость в ногах. Дефицит магния опасен тем, что меняется фон настроения, человек становится раздражительным, плаксивым, плохо спит. С вымыванием витамина С снижается иммунитет, развивается гипоксия мозга, страдает интеллект, чаще возникают простудные заболевания.

Как и всякий алкогольный напиток, оно вызывает опьянение. Одна бутылка пива в среднем равна 50 граммам водки. Этого количества достаточно, чтобы убить порядка 5000 нейронов в вашем мозгу. В пиве, кроме 1,5-8% алкоголя, есть еще 5-8% веществ, объединенных названием «экстрактивные».

Среди них мальтоза, способствующая отложению жиров, валериановая кислота - известное успокаивающее средство, алколоид химулин, эфирные масла, витамины группы В, другие вещества. И все они действуют так, что пиво действительно помогает расслабиться и отдохнуть.

Любитель пива постепенно приучается не только к обычному опьяняющему действию алкоголя, но и к "успокаивающему нервы" седативному средству. Постепенно такое приятное расслабление хочется повторять и повторять - пиво становится необходимым элементом отдыха и расслабления. Дозы приходится увеличивать. Употребление пива становится привычкой, а его составляющие подобно настоящим **наркотикам** включаются в обмен веществ. А поскольку в глазах общества пиво практически не считается алкоголем, и его частое употребление не вызывает ни какой тревоги, продолжение "пития" вызывает алкоголизм. Причем, **пивной алкоголизм** формируется гораздо быстрее водочного.

Из-за вкуса, наличия седативных компонентов и "несерьезности в градусах" бороться с влечением к пиву сложнее, чем с влечением к водке. Поэтому с точки зрения наркологии, пивной алкоголизм - это тяжелый, трудно поддающийся лечению вариант алкоголизма. Ученые провели исследования и выяснили, что пиво влияет на человеческий организм гораздо пагубнее других алкогольных напитков.

Среднестатистический россиянин убежден, что пиво – это менее опасный алкоголь, чем водка или коньяк. Конечно, процент содержания спирта в пиве меньший, но следует учитывать, что водка пьется рюмками, а пиво – бутылками. 1 бутылка пива 0,5 содержит алкоголя столько, сколько в 50 граммах водки.

Пиво, по мнению многих медиков, работающих в соответствующей сфере, не менее "агрессивный" напиток, чем водка. После чрезмерного приёма пива также значительно повышается уровень агрессии, что способствует дракам, выяснениям отношений. А попытки расслабиться, снять это напряжение часто приводят подростков к беспорядочным половым связям, происходящим без нужной ответственности за последствия. А это ведёт к незапланированным беременностям, опять же приводящим к ссорам, агрессии и желанию напиться. Таким образом, круг замыкается.

