

АЛКОГОЛИЗМ НЕ ПРИВЫЧКА, А БОЛЕЗНЬ!

Она развивается на основе регулярного употребления алкоголя и развивается по такой схеме:

Начальная фаза: опьянение с выпадением памяти, «затмение». Человек постоянно думает о спиртном, ему кажется, что выпил недостаточно, он пьет «впрок». Однако он сохраняет сознание своей вины, избегает разговоров о своей тяге к спиртному.



Критическая фаза: утрата контроля над собой после первого же глотка алкоголя. У человека развивается агрессивность. Он обвиняет окружающих в своих бедах. У него начинается запой, его друзьями становятся случайные собутыльники. Он вынужден уйти с постоянной работы.



Хроническая фаза: ежедневное похмелье, распад личности, помутнение памяти, сбивчивость мысли. Человек пьет суррогаты алкоголя, технические жидкости, одеколон. У него развиваются безосновательные страхи, белая горячка, другие алкогольные психозы.



Белая горячка: наиболее часто встречающийся алкогольный психоз. Она возникает обычно в состоянии похмелья, когда у пьяницы появляются страх, бессонница, дрожание рук, кошмары, слуховые и зрительные обманы. Он видит ползающих вокруг крыс, нападающих на него чудовищ, слышит угрозы. Он бурно реагирует на свои галлюцинации: обороняется или бежит, спасаясь от преследования.

ПОМНИ ОБ ЭТОМ!

АЛКОГОЛЬ РАЗРУШАЕТ МОЗГ!



КАЖДАЯ ВЫПИВКА ОСТАВЛЯЕТ
СВОЙ СЛЕД...

Важно научиться говорить

«Нет»!

Поэтому, прежде чем
пить алкоголь,
задумайтесь, а нужен ли
вам этот вредный
напиток. Ведь вам тело
дано для того, чтобы
наслаждаться жизнью, а
не для разрушения
собственного здоровья и
здоровья других людей.

Отказ от алкоголя зависит только от самого человека, и только он сам может сделать правильный выбор, отказавшись от спиртного, сделать свою жизнь счастливой, прекрасной, насыщенной яркими красками и гармонией с окружающим миром.



Если вы все угли, все уяснили, то сделайте еще одно усилие и решитесь никогда не прикасаться к рюмке!

Помните: здоровье, радость жизни и счастье в ваших руках.



Помни - это яд!!

Занимайтесь спортом.

Отказавшись от алкоголя и курения, Вы снизите свой риск пополнить печальную статистику умерших от болезней сердца и сосудов, а также онкозаболеваний.

А начав закаляться, не только сумеете предотвратить множество жизненных проблем со здоровьем, например, в виде постоянных сезонных простуд, но и укрепите свой иммунитет, оздоровите нервную систему, улучшите кровотока и активизируете глубинные процессы внутри клеток.

Всего этого можно добиться только начав вести здоровый образ жизни!

Начните приучать себя к здоровому питанию и занятиям спортом постепенно, попробуйте отказаться от разрушающих вас вредных привычек, и вы сами увидите, как жизнь изменится в лучшую сторону.

Алкоголь



Алкоголь — самый
заклятый враг
будущности
человеческого рода.