**"*Река начинается с ручейка, а пьянство с рюмочки"…***

Ничто не возникает само по себе. Алкоголизм, как настоящее, тяжелое, прогрессирующее заболевание, **развивается постепенно,**вырастает на почве хорошо удобренного бытового пьянства, безобидной выпивки по любому "поводу", по- привычке, по обычаю, с горя, от радости. "Река начинается с ручейка, а пьянство с рюмочки"…
**Алкоголизм ( Синдром зависимости от алкоголя)** - заболевание, характеризующееся развитием патологического влечения к алкоголю, психической и физической зависимостью от него. Алкоголизм формируется в течении длительного многолетнего злоупотребления алкоголем и является трагедией для самого человека, для его окружения, друзей, семьи, а в итоге- для всего общества. В течении хронического алкоголизма выделяют **три стадии:**
**В** [**первой стадии**](http://zodorov.ru/1-chto-takoe-silikoz-pervoj-stadii-s.html), длящейся обычно несколько лет, на фоне регулярного и частого употребления спиртных напитков увеличивается устойчивость (толерантность) организма к алкоголю, и для достижения состояния опьянения необходимо выпить большое количество спиртного. Утрачивается защитный рвотный рефлекс, возникают психическая зависимость и непреодолимая тяга к употреблению спиртного.
**Во второй стадии** переносимость алкоголя достигает максимальной величины, человек может выпить до 1-2 литров водки в день. Человек пьет ежедневно на протяжении многих лет. Перерывы в пьянстве бывают и определяются обычно внешними обстоятельствами: отсутствием денег, служебными осложнениями, семейными конфликтами и пр. Развивается абстинентный синдром (синдром похмелья),т. е. формируется физическая зависимость организма от спиртного. Суть ее заключается в том, что после принятия алкоголя на следующий день небольшое количество спиртного снимает плохое самочувствие и облегчает состояние. *У здоровых людей на другой день после опьянения остаются симптомы интоксикации (головная боль, тошнота, слабость...), и после приема алкоголя утром состояние ухудшается, что вызывает отвращение к  спиртному.*Страдающий похмельным синдромом не может качественно выполнить какую- либо работу, так как он думает только о том, где и как опохмелиться, чтобы улучшить свое состояние. Постепенно ухудшается память, происходит социальная и интеллектуальная деградация. Больные становятся раздражительными, лживыми, эгоистичными, не заботятся о семье, часто меняют место работы, продают вещи, чтобы купить спиртное. **Третья стадия** характеризуется тем, что опьянение наступает после принятия малых доз спиртного. Наступает глубокая физическая, психическая и социальная деградация личности. Больные теряют способность к труду, часто лишаются семьи, работы, квартиры, друзей.  Наблюдаются апатии, депрессии, подавленное настроение, тревога с бредовыми идеями самообвинения и самоуничижения.Все чаще проявляется агрессия, злобность, насилие, откровенный цинизм.Появляются физическая слабость, головокружения, головная боль, боли в ногах, нарушается сердечная деятельность, развиваются токсические гастриты, язвы, цирроз печени, алкогольные полиневриты, гипертония, дрожание рук, раннее старение. Больные могут употреблять любые спиртосодержащие вещества (денатурат, одеколон, лекарственные настойки, препараты бытовой химии) и нередко гибнут от этого.***Последствия алкоголизма.***
Хронический алкоголизм является третьей после сердечно-сосудистых и онкологических заболеваний причиной смерти. При злоупотреблении спиртными напитками может наступить  **внезапная сердечная смерть** вследствие первичной остановки сердца или нарушения ритма сердечной деятельности. Заболевания **сердечно-сосудистой системы и желудочно-кишечного тракта** у пьющих людей встречаются в 22 и 18 раз соответственно чаще.  Кроме того, больные алкоголизмом в большей степени подвержены **травматизму**- бытовому, производственному, транспортному, подвергая опасности не только свою жизнь, но и окружающих, чаще замерзают и погибают в пожарах. Количество **самоубийств,**  среди больных алкоголизмом очень велико. Большинство преступлений и убийств совершаются также в состоянии опьянения. У алкоголиков рождаются и вырастают**дети**[с умственными](http://zodorov.ru/roditeleskij-stress-u-materej-vospitivayushih-detej-s-fiziches.html), психическим и физическими нарушениями.***Наличие уже одного из нижеперечисленных явлений должно насторожить окружающих и близких.****- Рост дозы спиртного, необходимого для достижения состояния опьянения.- Утрата контроля, за выпитым спиртным, когда люди после первой рюмки с жадность наливают себе снова, не стесняясь окружающих. « Рюмка опережает тост» - Проявление нарушения памяти, когда пьющие обычно не могут вспомнить, с кем выпивали и как попали домой.- Появление чувства психологического дискомфорта, « чего- то не хватает», плохое настроение, раздражительность, придирчивость, если не выпьет 1-2 дня. Положение спасает очередная доза.*

Жизнь дается человеку однажды, не следует ее терять и приносить горе окружающим. И еще обиднее должно быть, когда она проносится мимо тебя. Давайте жить красиво!