Федеральное агентство связи Ордена Трудового Красного Знамени федеральное государственное бюджетное образовательное

учреждение высшего образования «Московский технический университет связи и информатики»

Кафедра «Информатика»

Курсовая работа по дисциплине «Основы Программирования»

На тему: «Лечение алкогольной зависимости»

Выполнила:

Студентка группы

БСТ2002

Тулаева Д.П.

Вариант № 25

Проверил:

доц. Гуриков С.Р.

Москва 202

**Оглавление**

[**ВВЕДЕНИЕ** 3](#_Toc54919179)

[**ТЕХНИЧЕСКОЕ ЗАДАИНЕ** 4](#_Toc54919180)

[**ГЛАВА 1 ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ** 7](#_Toc54919182)

[**1.1 Алкоголизм как социальная проблема. Последствия алкоголизма. Актуальность проблемы на сегодняшний день.** 7](#_Toc54919183)

[**1.2 Действие алкоголя на организм человека. Развитие алкогольной зависимости.** 11](#_Toc54919184)

[**1.3 Почему пивной алкоголизм не менее опасен, чем водочный?** 15](#_Toc54919185)

[**1.4 Что способствует развитию зависимости?** 17](#_Toc54919186)

[**1.5 Способы борьбы с алкоголизмом** 17](#_Toc54919187)

[**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ** 21](#_Toc54919188)

ОГЛАВЛЕНИЕ НЕВЕРНО

ВЛОЖЕННЫХ ПУНКТОВ НЕТ

# **ВВЕДЕНИЕ**

**Актуальность темы.** **Общепринято считать**, что воздействие наркотиков на организм человека в разы страшнее влияния алкоголя. **Однако** некоторые учёные с этим не согласны. Объяснение состоит, прежде всего, в том, что употребление спиртных напитков не только не считается неприемлемым, напротив, в определенных ситуациях во многих коллективах считается неприличным отказываться от алкоголя. Люди не придают значения или не считают алкоголизмом употребление так называемых легких алкогольных напитков — пива, коктейлей и др. **А между тем** пивной алкоголизм также является алкоголизмом, и частое употребление пива наносит не меньший вред, чем употребление крепких спиртных напитков. **Известно**, что данная зависимость в России распространена уже очень давно и наносит значительный урон здоровью граждан, правовому и социально экономическому благополучию общества.

**Не стоит забывать** и о влиянии зависимостей на детей. Алкоголизм родителей оказывает неблагоприятное воздействие на детей. Ещё до зачатия под действием алкоголя изменяется структура половых клеток, что может вызвать генные мутации и рождение детей с различными заболеваниями. После зачатия на эмбрион и плод воздействуют все те вещества, которые употребляет беременная женщина. А поскольку беременные крайне редко могут или хотят отказаться от пагубной привычки, то повышается риск рождения ребенка с уродствами, внутриутробной гипоксией, гипотрофией, с внутриутробно сформированной зависимостью от алкоголя. После рождения физическое и психическое здоровье ребёнка во многом зависит от родителей.

**Дополнительным подтверждением** актуальности темы курсовой работы это тот факт, в нетрезвом виде совершаются 98% всех убийств из хулиганских побуждений. **Кроме того**, алкоголизм увеличивает смертность в результате несчастных случаев на производстве, дорожнотранспортных происшествий, самоубийств и др. **Таким образом**, по статистике за 2019 год смертность от алкоголя по стране выросла на 11,9%. **Итак**, **проблема** пагубного влияния алкоголя на человеческий организм НЕ ОБ ОРГАНИЗМЕ НАДО ГОВОРИТЬ, А О ТЕМЕ ИССЛЕДОВАНИЯ

Я НЕ ВИЖУ, ЧТО ИСПОЛЬЗОВАЛСЯ ОБРАЗЕЦ ВВЕДЕНИЯ ГОВОРИЛИ НА ЧТО ОБРАЩАТЬ ВНИМАНИЕ

очень важна в настоящее время.

**Объектом исследования**, проведенного в рамках данной курсовой работы являются люди, употребляющие алкогольные напитки.

**Предметом исследования** является влияние алкоголя на их организм.

**Цели работы и задачи исследования**. Цель работы – изучить негативное влияние алкоголя на организм и предоставить методы борьбы с зависимостью. Исходя из цели, были определены следующие задачи:

1. Изучить состав алкоголя, его воздействие на организм человека.
2. Выяснить причины употребления алкоголя людьми.
3. Расширить представления о негативных последствиях употребления слабоалкогольных напитков, их роли в развитии алкогольной зависимости.
4. Изучить и предоставить нынешние способы борьбы с алкоголизмом
5. Разработать программный код на языке программирования

Visual C++, который будет выводить на экран страницы книги и вопросы.

СКОЛЬКО ЗАДАЧ ДОЛЖНО БЫТЬ НА СЕГОДНЯ???

**ЧТО ВООБЩЕ ПРО НИХ ГОВОРИЛИ**

## **ТЕХНИЧЕСКОЕ ЗАДАИНЕ**

**1.1 Основания для разработки ЗДЕСЬ И ДАЛЕЕ НАДО ЧИТАТЬ ГОСТ В ЧАСТИ ОФОРМЛЕНИЯ ЗАГОЛОВКОВ**

Задание выполненное в соответствии с заданием, полученным от кафедры «Информатика» московского технического университета связи и информатики и утвержденное научным руководителем доцентом кафедры «Информатика» К.П.Н. Гуриковым С.Р. Дата утверждения - 02.10.2020

**1.2 Назначение разработки**

Разработанный программный продукт предназначен для ознакомления с основными теоретическими положениями по теме курсовой работы и проверка знаний пользователя по теме пагубного влияния алкоголя на человеческий организм.

ФОРМАТИРОВАТЬ НАДО ТЕКСТ

**1.3 Требования к программе**

**1.3.1 Требования к функциональным характеристикам**

Разработанный программный продукт должен обеспечить выполнение следующих функций:

Возможность ознакомления с теоретической частью по теме курсовой работы.

* Возможность прохождения тестирования.
* Вывод результатов тестирования.
* Вывод результатов тестирования.

**1.3.2 Требования к надёжности**

Разрабатываемое программное обеспечение должно иметь:

* Устойчивую работу в соответствии с алгоритмом функционирования.
* Выдавать сообщение об ошибке.
* Поддерживать диалоговый режим в рамках предоставляемых пользователю возможностей.
* Парольную защиту при запуске программы.
* Разграничение пользовательских прав
* Возможность восстановления программы после сбоя.
* Защита от несанкционированного копирования.

**1.3.3 Требования к составу и параметрам технических средств**

Минимальные и рекомендуемые системные требования для ПК.

**1.3.3 Требования к информационной и программной совместимости**

Программа должна легко устанавливаться, функционировать и работать при наличии следующего программного обеспечения: ОП, БД.

**1.3.4 Требования к транспортированию и хранению**

Программа предоставляется на флэшке. Программная документация предоставляется в электронном или печатном виде.

**1.4 Требования к программной документации**

В ходе разработки программы должны быть подготовлены:

* Текст программы.
* Описание программы.
* Методика испытаний.
* Руководство пользователей.

**1.5 Стадии и этапы разработки ПОЧЕМУ В КАКОЙ-ТО РАМКЕ???**

Таблица 1 – Стадии разработки

**ЗДЕСЬ И ДАЛЕЕ НАДО ЧИТАТЬ ГОСТ В ЧАСТИ ОФОРМЛЕНИЯ ТАБЛИЦ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № Этапа | Название | Срок | Отчётность |
| 1 | Утверждение темы | До 02.10.2020 |  |
| 2 | Написание введения | До 15.10.2020 |  |
| 3 | Составление ТЗ и написание теоретической части | До 29.10.2020 |  |

# **ГЛАВА 1 ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ**

## **Алкоголизм как социальная проблема. Последствия алкоголизма. Актуальность проблемы на сегодняшний день.**

Я НЕОТФОРМАТИРОВАННЫЙ ТЕКСТ НЕ СМОТРЮ

ЧИТАЙТЕ ГОСТ

По мере развития производства и способов получения алкоголя учащаются поводы его употребления. С усложнением социальной структуры общества и появлением частной собственности усиливается эксплуатация человека, развивается индивидуальная форма принятия алкоголя. Это так называемая социально экономическая причина усложнения жизни. Люди пытаются смягчить ситуацию с помощью употребления спиртного. **Однако** рост благосостояния народа не уменьшает численности алкоголиков. Распространение алкоголизма в развитых странах подтверждает эту закономерность.

**Согласно данным** Х. Малфорда и Д. Миллера алкоголизм в США распространяется в связи с урбанизацией и ростом благосостояния народа. Урбанизация учащает социальные контакты людей, усиливает нервно эмоциональную напряженность, ослабляет нравственный контроль общества в целом и индивидуальный контроль в частности. Алкоголизм распространяется по мере роста образованности и благосостояния людей, но в вытрезвители чаще попадают малообразованные люди, получающие низкую заработную плату.

В Англии алкоголизм распределяется равномерно среди всех слоев общества. Разумеется, на пьянство влияют не только социальная среда, но и психологические коллизии. К ним относятся конфликтные ситуации на работе, дома, в товарищеской среде. Отдельные личности заливают горе водкой. **Между тем** социальная среда не только способствует приему алкоголя, но в то же время и ограничивает его употребление. Вопрос «Быть или не быть?» решается личностью как индивидуально, так и с позиций общественной морали. Общепринятые нормы преступаются тогда, когда личность пасует перед трудностями, не справляется с возникшей ситуацией, злоупотребляет спиртным. Если данный индивидуум видит, что общество относится к его пьянству спокойно или безразлично, то пристрастие к выпивке может перерасти в алкоголизм.

Особенно склонны к употреблению алкоголя лица с неудовлетворенными желаниями, осознанием своей неполноценности, испытывающие дискомфорт, плохо адаптирующиеся в коллективе, одинокие, утомленные, робкие, слабые, безвольные и др. Принятый в умеренном количестве алкоголь в известной степени взбадривает, вызывает чувство комфорта. При передозировке же спиртного повышается конфликтность, усиливаются враждебность, агрессия, ведущие к преступлению закона. Чем слабее личность, тем меньше надежда на прекращение приема алкоголя. **Наиболее частой** причиной увлечения спиртными напитками является терпимое отношение к алкоголикам коллектива, общества, власти. В стремлении к алкогольной эйфории человек теряет собственное достоинство, личность, уважение окружающих, любовь родных и близких.

К. Александер и Э. Кемпбелл приводили данные по подростковой группе. Среди подростков, чьи родители и друзья не увлекались алкоголем, пьющих насчитывалось не более 12%. Если родители не удерживали от пьянства, а друзья выпивали, то злоупотребляющие алкоголем дети наблюдались в 89% наблюдений. Эти данные доказали, что окружающая среда формирует личность и отношение этой личности к алкоголю.

В своих исследованиях Р. Мур и Ф. Рамсер выяснили роль семьи в формировании алкоголизма. Они выявили связь наследственных и социальных отклонений в период детства и отрочества. **Согласно их данным** 45% больных детей вышли из распавшихся семей. Причем 45% отцов этих семей были либо душевнобольными, либо вели антисоциальный образ жизни. Отцы, как правило, отличались жестокостью и агрессией, вызывая у детей страх. М. Блейлер , изучая алкоголиков, отметил у них тяжелые и длительные нервно эмоциональные переживания в детстве, нездоровые отношения в семье, раннее употребление алкоголя. У таких детей наблюдается симптом болезненного развития личности, они плохо приспосабливаются к условиям внешней среды, чаще болеют, с трудом усваивают изучаемый материал.

Многие исследователи полагают, что личность алкоголика несовершенна. Склонность к употреблению алкоголя не является врожденной, наследственной. Она приобретается в определенных условиях. **Однако** не каждый человек, являясь членом семьи алкоголиков, обязательно станет алкоголиком, хотя и имеет к этому определенную предрасположенность. Здоровый образ жизни может формироваться благодаря умелому воспитанию и социальному контролю. Но так как у таких людей снижена адаптационная способность, то тяга к спиртному может появиться неожиданно, даже в результате единичного приема алкоголя. Частое употребление алкоголя (2–4 раза в месяц) и в больших количествах ведет к пьянству. К пьянству также приводит и частое (2–3 раза в неделю) употребление алкоголя в малых дозах. Далее формируется патологическая тяга к алкоголю, нарушаются функции органов и систем органов, личность деградирует.

**Между тем** зависимость от алкоголя у некоторых личностей не проявляется столь явно. Их поведение может быть адекватным и соответствующим времени, но для этого им нужно создать щадящие условия жизни (быта, работы, учебы и пр.).В худших условиях они не способны противостоять пагубной привычке, ломаются и присоединяются к числу любителей алкоголя.

Медико-биологические и социологические исследования ученых разных стран показали, что алкоголизм отрицательно отражается на жизни людей. Принятие алкоголя, особенно в больших дозах, отрицательно влияет на здоровье пьющих, разлаживает гармонично сложенные семьи, неудовлетворительно сказывается на воспитании детей. Утрачивается чувство ответственности перед государством и обществом, учащаются и утяжеляются правонарушения, нарушается трудовая дисциплина, снижаются производительность труда, заработок, уменьшается авторитет семьи. Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ), проведя исследования, пришла к выводу, что алкоголизм является причиной смерти в состоянии опьянения при заболеваниях сердечно сосудистой, пищеварительной систем, печени, почек, при венерических заболеваниях, травматизме. Даже однократный прием алкоголя в большой дозе может закончиться смертельным исходом.

В организме человека алкоголь растворяется в жирах клеток головного и спинного мозга, из-за чего поражается центральная нервная система, развивается острая алкогольная интоксикация. Изменяется психика человека, снижается сопротивляемость организма. Человек становится слабым, раздражительным, у него часто меняется настроение, нарушается сон. Развивается астенический синдром. В дальнейшем симптоматика усиливается, присоединяются другие признаки отрицательной личности и самое тяжелое состояние — наркоманическая зависимость. Последняя характеризуется патологическим влечением к алкоголю, потерей чувства меры, абстиненцией — вегетативно соматическими и психо невро логическими расстройствами. Появляются психозы, снижается интеллект, ухудшаются функции органов, личность деградирует, а в алкогольном психозе при энцефалопатии наступает смерть. Алкоголизм является причиной сердечно сосудистых заболеваний около 1/4больных (ВОЗ). При злоупотреблении спиртными напитками развивается дистрофическое и жировое перерождение сердечной мышцы, которое может проявиться ишемической болезнью сердца, стенокардией, инфарктом миокарда и др. Резко поражаются сосуды головного мозга и кровеносные сосуды, питающие сердечную мышцу. При алкоголизме страдает слизистая оболочка желудка, нарушаются секреторная, моторная и ферментативная функции желудка.

Особый вред алкоголь причиняет печени. Нарушаются обменные процессы, образование холестерина, снижается иммунитет, ухудшается антитоксическая функция, определяется жировая дистрофия печени. На фоне приема алкоголя тяжелее протекают гепатиты, быстрее формируется цирроз печени, наблюдаются панкреатиты, нередко из-за повреждения поджелудочной железы развивается сахарный диабет. **Кроме того**, алкоголиков заметно снижается половая функция. И. В. Стрельчук и И. М. Порудоминский считают, что около 1/3 мужчин, принимающих алкоголь систематически, страдают импотенцией. Женщины теряют детородную функцию, рожают детей мертвыми или с выраженными дефектами.

Дети, родившиеся от алкоголиков, **в большинстве случаев** плохо развиваются физически, у них отмечается недоразвитие психической сферы. Безнравственная атмосфера в семье пьющих родителей пагубно действует на детей, их воспитание и интересы. В такой семье отмечаются замкнутость, озлобленность, утрата доброты и интеллектуальности. Дети подвергаются дурным влияниям на улице, в общественных местах и т. д. Они плохо учатся, нередко становятся распущенными в половом плане и склонными к правонарушениям. Нередко они появляются в общественных местах в нетрезвом состоянии и плохо ведут себя. Швейцарский психиатр Бенцан, обследовав 8196 детей, страдающих идиопатией, нашел, что все они зачаты в состоянии алкогольного опьянения. Они же страдали умственной отсталостью и слабоумием, эпилепсией и гидроцефалией. П. А. Богданович, изучая детей, рожденных у алкоголиков, нашел, что у них чаще развиваются глухонемота, эндокринопатия, психопатия и многие другие отклонения от нормы. Согласно В. И. Дульневу неполноценность детей прямо пропорциональна длительности употребления алкоголя родителями.

Бесстыдство и безрассудство молодых людей в состоянии алкогольного опьянения, утрата чувства реальной оценки последствий приводят к случайным связям, финалом которых становятся нежелательная беременность, заражение СПИДом, венерическими болезнями или туберкулезом. **Согласно данным** В. В. Волкова (1969) 90% заражений сифилисом и 95% заражений гонореей происходят в состоянии опьянения. Опьянение резко снижает сопротивление женщин. По данным Центрального института травматологии и ортопедии в Москве 20% бытовых и 46% уличных травм связаны с принятием спиртного. В Америке ежегодно травмируются около 400000 граждан, находящихся в состоянии алкогольного опьянения. В Англии 70% самоубийств происходят на почве принятого алкоголя. В России самоубийства алкоголиков наблюдаются в 81 раз чаще, чем непьющих.

Алкоголики преждевременно стареют, чаще получают инвалидность и безвременно умирают. У работающих снижается производительность труда. В США от 50 до 70% заключенных отбывают наказание в тюрьмах за преступления, связанные с пьянством. Согласно данным В. Н. Кудрявцева 80% убийств и 90% хулиганств совершаются в пьяном виде. По С. С. Степичеву около 60% осужденных за грабежи разбой совершили эти преступления с целью добыть деньги на выпивку. Злоупотребление алкоголем одного из супругов **чаще всего** ведет к распаду семьи. В США более 20% разводов происходит на почве пьянства. Во Франции в результате пьянства одного из супругов семья теряет от 40 до 70% семейного бюджета.

## **1.2 Действие алкоголя на организм человека. Развитие алкогольной зависимости.**

Алкоголизм характеризуется тем, что алкоголик постоянно нуждается в принятии спиртного. В результате длительного приема алкоголя у него нарушается психика, ухудшаются функции органов и систем организма, снижается трудоспособность. Алкоголик страдает нервными заболеваниями, что приводит к прогрессирующей деградации личности. Пьющий человек не может контролировать количество выпитого и всякий раз напивается до безобразного состояния. Для алкоголика характерен запой на несколько дней или недель без перерыва.

Алкогольная зависимость — тяжелое заболевание, хроническое, трудно излечимое, связанное с систематическим приемом алкоголя. Опьянение алкоголику кажется комфортным психическим состоянием. Но тяга к водке не подчиняется контролю разума. Алкоголик, как правило, слабоволен. Если уж он пьет, то пьет до беспамятства. Рвотный рефлекс деградирует вместе с деградацией личности. На последней стадии алкоголизма алкоголик пьянеет и от малой дозы спиртного. Похмелье становится очень тяжелым, повышаются раздражительность и озлобленность. Развивается чувство тревоги, остается только стремление найти выпивку. Причем нередко вместо водки употребляются ядовитые спиртосодержащие жидкости.

Это особенно проявилось в России во второй половине 2006 г. Приобретая технический спирт по низкой цене, люди напивались и либо лишались жизни, либо с токсическим поражением печени попадали в больницу. Не все из них поддавались лечению. Нередко отмечался летальный исход. Так развивается физическая и психическая зависимость от алкоголя, наступает психическая и социальная деградация личности.

Нарушаются функции внутренних органов алкоголика, деградирует нервная система, наблюдается патология обмена веществ. Возникают осложнения алкоголизма: алкогольные психозы, белая горячка, цирроз и рак печени и... летальный исход. Из принимающих алкоголь около 10% становятся алкоголиками. Изменения в органах этой категории людей становятся необратимыми и лечению не поддаются. **Итак**, алкоголизм — это болезнь. Вылечить алкоголика очень трудно, но при должных усилиях врача и больного возможно. К убеждению больного должны подключаться родственники, друзья, супруги, дети и др.

Алкоголь — вещество, содержащееся в различных алкогольных напитках, которые принимаются людьми специально для изменения сознания. Многие считают употребление алкоголя частью культуры. Он широко используется во время праздников, богослужений для получения чувства удовлетворения. Никто не думает, что алкоголь вреден, поскольку все зависит от дозы. Алкоголь вначале снимает беспокойство и разрушает барьеры, после его приема большинство людей чувствуют себя прекрасно, становятся разговорчивыми, менее скованными. Однако повышенная активность вскоре сменяется вялостью и сонливостью, люди становятся замкнутыми, у них появляется стремление выпить еще, чтобы достичь предыдущего состояния. Многие не понимают, что передозировка алкоголя может привести к смерти.

Смертельная доза зависит от массы тела, величины дозы, скорости употребления. Доза для мужчины весом 70 кг — 200 г чистого алкоголя в течение часа, то же происходит, если мужчина выпивает 12 бутылок пивав течение часа; для женщин в связи с более низким весом доза соответственно меньше; дети могут отравиться, когда играют в игру «Кто кого перепьет». Алкоголь — этиловый спирт (С2Н5ОН). По фармакологическим свойствам алкоголь относится к наркотическим веществам. Напитки считаются алкогольными, если в них содержится от 1 до 40% и более чистого алкоголя.

Рисунок 1 – Крепкость алкогольных напитков

Слизистая оболочка желудка всасывает только 20% алкоголя, в то время как кишечник — 80%. При окислении (сгорании) 1 г алкоголя выделяется 7,1 калории тепла. Алкоголь в разных напитках имеет различные концентрации, иногда трудно определить его токсическую дозу. **Кроме этого**, существует ряд напитков, оказывающих лечебное действие и издавна в умеренных дозах применяющихся в лечебных и питательных целях. К таким напиткам относится вино. На заседании Европейской комиссии в Брюсселе в 1990 г. было принято за основу следующее коммюнике французской делегации: «Вино не должно восприниматься как просто напиток. Тысячелетиями сопровождающее человека, оно всегда имеет две ипостаси: священную и вульгарную. Оно и мерило цивилизации, и критерий качества жизни. Оно — достояние культуры и фольклор общественной жизни». Вино отличается от всех остальных напитков. Оно является средством, помогающим общению. В современных общественных ритуалах это гарант дружеского расположения. В Библии имеется упоминание о вине как священном напитке, источнике гармонии и символе единения мужчины и женщины. **С другой стороны**, имеется предупреждение об опасности злоупотребления им. Из семи смертных грехов именно на пьянство указывает Бог, обличая грех чревоугодия. Авиценна говорил: «Вино — друг мудрого и враг пьяницы. Оно горько и полезно, подобно совету философа. Оно позволительно людям разумным и запрещено глупцам. Дурака оно толкает в преисподнюю, а умного ведет к Богу. И потому религия позволяет пить вино мудрому, а разум запрещает это глупому». Коран никогда не запрещал пить вино, но в нем отражено мнение об опасности чрезмерного употребления вина, порождающего пьянство. В Коране говорится: «Ешьте и пейте, но не превышайте меру». **Тем не менее** в практике исламской религии вино запрещено, так как считается, что в сердце человеческом не могут сосуществовать пьянство и вера. Вино содержит протеины в небольшом количестве, сахара(глюкозу и фруктозу, полиспирты, глицерол или сорбитол),минеральные соли (калий, кальций, натрий, фосфор), микроэлементы (железо, медь, цинк, марганец и др.), витамины (В1,В2, РР, В5, В6).Концентрация полиферолов достигает 1,2 г/л в белых винах. Среди них различают фенольные кислоты (антоцианы, танины, флавонолы, хиногены, кумарины, ресфератрол). Минеральныекислоты (винная, яблочная, салициловая) облегают усвоение пищевых протеинов. В винах содержатся также сульфиты, гистамин и серотонин, ароматические вещества.

Таблица 2 – Нормы потребления питательных веществ и их содержание и 1 л вина (мг)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вещества | Количество в 1 л вина, мг | Норма потребления, мг |
| Минеральные соли | | |
| Калий | 700-1600 | 2000 |
| Кальций | 50-200 | 1000-1800 |
| Магний | 50-200 | 330-420 |
| Натрий | 20-250 | 2000 |
| Фосфор | 100-200 | 1000 |
| Микроэлементы | | |
| Железо | 2-10 | 10-18 |
| Медь | 0,2-1 | 2 |
| Цинк | 0,1-5 | 12-15 |
| Марганец | 0,5-3 | 5 |

Таблица 3 – Нормы потребления витаминов и их содержание и 1 л вина (мг)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Вещества | Количество в 1 л вина, мг | Норма потребления, мг | |
| Мужчины | Женщины |
| В1 | 0,1 | 1,5 | 1,3 |
| В2 | 0,1-0,2 | 1,8 | 1,5 |
| В3(РР) | 0,7-0,9 | 18 | 15 |
| В5 | 0,3 | 10 | 10 |
| В6 | 0,1-0,4 | 2,2 | 2 |

Какие превращения происходят в организме? Исследование обмена веществ с помощью меченых атомов, показали, что большая часть алкоголя окисляется под влиянием тканевых ферментов до воды и оксида углерода (IV), образуя при этом вредные промежуточные продукты (уксусный альдегид, уксусно-этиловый эфир). Этот процесс протекает очень медленно ( в час перерабатывается всего 10 мл спирта) и сопровождается нарушением жизнедеятельности клеток. Часть выпитого алкоголя выводится из организма через кожу, а часть надолго остается в организме. В мозговой ткани алкоголь задерживается до 15 дней, а если в этот период происходят повторные выпивки, то и на более продолжительное время.

Особенно опасное отравление организма вызывают органические соединения, содержащиеся в спиртных напитках домашнего изготовления. Например, в самогоне содержатся такие сопровождающие винный спирт яды, как метиловый спирт, эфиры, фурфурол, сивушные масла. Метиловый спирт обладает очень высокой токсичностью, в домашних условиях неотделим от винного, обладает таким же запахом и вкусом, легко растворяется в воде, горит таким же синим пламенем. Вызывает опьянение с головокружением, помутнением и потерей сознания.

## **1.3 Почему пивной алкоголизм не менее опасен, чем водочный?**

Пиво – это слабоалкогольный продукт. Способ изготовления – стандартный - ферментация солодового сусла, пивных дрожжей и хмеля. В светлом пиве содержится 6% спирта, а в темном – 14%. Пивной напиток также состоит из воды, примерно на 90%, а 6% занимает этиловый спирт. Также 2% отводится подуглеводы.

Рисунок 2 – состав пива

О том, что существует пивной алкоголизм известно давно. И хотя в глазах обывателя он менее опасен, чем винный и водочный, последствия его разрушительны. В XIX веке англичане, борясь с алкоголизмом, решили вытеснить крепкие алкогольные изделия пивом. Но вскоре пришлось отменить "пивной закон", поскольку его введение лишь усугубляло пьянство. В пиве содержится этиловый спирт. **И именно** этиловый спирт вызывает зависимость. Пивной алкоголизм - это тоже, что и водочный, коньячный. Его отличия - только в худшую сторону. Общее в том, что в любом случае, в водке, пиве или коньяке, - человек пьёт этиловый спирт. Отличия делают пивной алкоголизм ещё опаснее. Пиво для человека стало частью быта. Его воспринимают как газировку. Если для вина, водки нужно создавать повод, соблюдать ритуал, то пиво "можно выпить просто так". **К сожалению**, многие люди считают вполне нормальным выпить пиво по дороге домой, дома на диване, вместе с взрослым сыном или дочерью.

Пивной алкоголизм среди подростков в 21 веке стал очень распространенным заболеванием.  Кроме физического вреда для растущего организма, пиво наносит непоправимый вред психике молодых людей. Еще один неутешительный факт – пиво провоцирует агрессию. Из всех наркотиков алкоголь наиболее агрессивен, а для пивного алкоголизма характерна особая жестокость. Пример этому – драки, убийства, грабежи и изнасилования после пивных вакханалий.

Самым страшным является тот факт, что в России рост потребления пива происходит за счет подростков и женщин репродуктивного возраста.

Пивной алкоголизм у подростков становится началом деградации личности молодых людей.  Вероятность того, что из такого подростка получится полноценная личность, очень мала. Еще страшнее, когда тяга к пиву возникает у молодых девушек. Пивной алкоголизм у женщин, как и водочный или винный, с трудом поддается лечению. Причем, женщину сложнее убедить в том, что она стала зависимой от алкоголя и ей необходимо лечение. А от женского алкоголизма страдает вся ее семья, и особенно – дети.

Пивной алкоголизм формируется значительно медленнее, болезнь гораздо труднее поддается лечению. **В то же время** у любителей пива также быстро развиваются такие заболевания, как гепатиты и циррозы печени, атеросклероз, различные поражения центральной нервной системы. Зависимые от пива люди быстрее и стареют. Самое разрушительное и вредное последствие неумеренного потребления пива - больное сердце или так называемое "бычье" сердце**.** Оно выражается в расширении полостей сердца, утолщении его стенок, некрозах в сердечной мышце. **Признано**, что эти изменения связаны с наличием в пиве кобальта, содержание которого в сердечной мышце у употребляющих пиво превышает допустимую норму в 10 раз.

 Основная проблема пивного алкоголизма - незаметное привыкание, которое превращается в очень серьезную зависимость. При употреблении пива человек приучает себя не только к обычному опьяняющему действию алкоголя, но и к легкому способу расслабиться. Спустя определенное время это становится необходимым. Увеличиваются дозы пива, возникают алкогольные эксцессы, появляются провалы в памяти.

## **1.4 Что способствует развитию зависимости?**

1) Генетика. Ученые считают, что есть конкретные генетические факторы, которые делают некоторых людей более склонными к развитию зависимости от алкоголя. Те, в чьих семьях есть история употребления наркотиков или спиртного, становятся зависимыми от алкоголя в шесть раз чаще. «Если в семье были случаи алкоголизма, родителям надо обратить повышенное внимание на поведение детей и постараться уберечь их от любых контактов с психоактивными веществами», — говорит Надеждин. Ранний контакт с алкоголем. Результаты исследования показывают, что люди, которые начали употреблять алкоголь до 15 лет, чаще страдают алкоголизмом.

2) Курение. По мнению ученых, в пять раз чаще алкоголизм проявляется у тех, кто курит хотя бы иногда.

3) Стрессы. Поскольку гормоны стресса вызывают тревожность, снижение настроения и работоспособности, некоторые люди пытаются употреблять алкоголь в попытке избавиться от неприятных ощущений.

4) Выпивка за компанию. Люди, у которых друзья регулярно выпивают или уже имеют проблемы с алкоголем, тоже начинают употреблять спиртное слишком часто.

5) Депрессия. Люди с депрессивными симптомами могут сознательно или не очень употреблять алкоголь в качестве самолечения. Но, как показывают результаты исследований, употребление психоактивных веществ приводит к риску развития депрессии, а не облегчает ее симптомы.

6) Реклама. Алкоголь нередко изображается атрибутом «красивой» жизни. Эксперты считают, что реклама алкоголя и упоминание о нем в положительном ключе в СМИ создает у аудитории уверенность приемлемости чрезмерного употребления спиртного.

## **1.5 Способы борьбы с алкоголизмом**

Хронический алкоголизм — одна из форм наркоманической зависимости, возникающая у людей, постоянно принимающих спиртные напитки. Различают три стадии развития хронического алкоголизма. Первая стадия — начало заболевания. Ее заметить трудно. **Однако** можно обратить внимание на исчезновение рвотного рефлекса, регулярное употребление алкоголя (2–3 раза в неделю), повышение степени переносимости алкоголя в 3–4 раза. В зависимости от интенсивности и количества алкоголя эта стадия продолжается от 1 года до 6лет и переходит во вторую стадию.

Основным признаком второй стадии хронического алкоголизма является амнезия опьянения — полное выпадение из памяти фактов, имевших место при опьянении, после вытрезвления. Алкогольная эйфория первой стадии переходит в депрессивное состояние, рассеянность, раздражительность, ухудшение самочувствия. Начинается физическое влечение к спиртному, которое ведет к утрате количественного контроля выпитого алкоголя, передозировкам и сопорозным формаопьянения Наиболее важным признаком второй стадии алкоголизм аявляется абстинентный синдром — показатель того, что сформировался хронический алкоголизм — алкогольная наркомания. Данный синдром еще называют похмельным. Он формируется от нескольких месяцев до полутора лет и более. Возникает при прерывании употребления спиртных напитков через8–10 ч и, если не оказывать медицинской помощи, может длиться 3–7 дней.

Вначале абстинентный синдром можно снимать средствами, стимулирующими эрготропную систему (кофе, чай, хо9лодный душ), потреблением алкоголя или лекарственными средствами. Алкоголики опохмеляются пивом, затем крепленым вином, а на поздней стадии развития абстинентного синдрома принимают только крепкие спиртные напитки — водку, коньяки, виски, сливовицу и др.

Лечение большинства больных хроническим алкоголизмом проводят в поликлиниках, наркологических диспансерахи лишь в тяжелых случаях запоя, в предпсихических состояниях, с признаками соматоневрологической декомпенсации, когда больные требуют постоянного врачебного наблюдения, их помещают в наркологические стационары. **Особенно** в нем нуждаются лица с хроническим алкоголизмом и психосоматическими заболеваниями, т. е. с симптоматическим алкоголизмом. Лечение направлено на основное заболевание, особенность его течения является строго индивидуальным. Купирование обострения основного психического заболевания, какправило, обрывает пьянство и устраняет необходимость антиалкогольного лечения. В лечении хронического алкоголизма преследуются три основные цели:

1) снятие пост интоксикационных явлений в организме человека;

2) восстановление нарушения обмена веществ, вызванного хроническим алкоголизмом;

3) подавление постоянного физического влечения к принятию алкоголя.

Лечение больного хроническим алкоголизмом начинают с купирования абстинентного синдрома и снятия интоксикации. Для этого вводятся жидкости солей натрия, калия, магния, перманганат калия 0,25%9ного — 10,0 внутривенно. Сульфат магния в дозе 1000–2500 мг вводится как внутривенно(очень медленно в течение 7–10 мин), так и внутримышечнов той же дозе, в подогретом.

Сульфат магния оказывает дезинтоксикационное и седативное действие. Такой же эффект на пациента оказывает унитиол, **кроме того**, он подавляет тягу к спиртным напиткам. Внутривенно вводят глюкозу: как 5%ный, так и 40%ныйраствор, но после предварительного введения инсулина от 4до 20 ЕД.

Возбуждение принявшего спиртное может акцентировать холинергическое или адренергическое преобладание, поэтому для выравнивания вегетативного равновесия назначаются холинолитические или адренолитические лекарственные препараты.

Препараты, подавляющие влечение к алкоголю Средства, вызывающие (сенсибилизирующие) повышенную чувствительность к спиртным напиткам и их переносимость, известны издавна. Это и серый гриб навозник, употребленный перед спиртным напитком, амилнитрит, нитрит натрия и др. Но они оказались слишком токсичными, действовали избирательно и кратковременно. Нужны были мало токсичные препараты, вызывающие длительную сенсибилизацию к алкоголю. И такие средства вскоре были найдены:

1) тетраэтилтиурамдисульфид — органическое соединение, вызывающее длительное отвращение к алкогольным на9питкам;

2) антабус ; он же —тетурам;

3) метронидазол — противомикроб9ный препарат и сенсибилизирующее к алкоголю вещество;

4) тинидазол— сенсибилизирует к алкоголю;

5) фуразолидон — сенсибилизирует к алкоголю;

6) фурадонин — сенсибилизирует к алкоголю и непереноси9мости к алкогольным напиткам;

7) левамиозол— обладает сенсибилизирующим эффектом к алкоголю, включает многие другие лекарственные препараты, обладающие многосторонним действием. Лечение тетурамом. Данный препарат выпускается в таблетках и порошках в дозе 0,15 и 0,25 г. Он всасывается в тонком кишечнике, в организме человека может задерживаться до 72 ч. Таблетки тетурама перед употреблением растворяют в небольшом количестве воды, выпивают и запивают полстаканом воды. Сенсибилизация к алкоголю вырабатывается через 3–5 дней после приема препарата.

Лечебная хатха йогаХатхайога — лечебное воздействие на организм посредст9вом растяжки мышц, связок, суставов.

Лечебная хатхайога существенно отличается от классической. Она обладает колоссальной лечебной силой и доступна каждому. В эффективности превосходит многие другие методики, особенно в начале лечения хронических больных. Это единственная методика естественной стимуляции защитных систем. Некоторые элементы хатхайоги мы выполняем ежедневно и с удовольствием. Например, зевая, получаем удовольствие от растяжения межреберных мышц, мышц щек, нижнечелюстного сустава, шеи, трахеи, гортани. Растяжение грудных мышц стимулирует сердце и легкие. Чем активнее защитные системы, тем крепче и здоровее человек. Люди с ослабленными защитными силами — больные и старики. В стимуляции нуждаются все органы и системы. Нагрузки должны быть дозированными, а упражнения — доставлять удовольствие. Это и есть адекватная восприимчивость .

Больные алкоголизмом вначале неохотно принимают лечебную гимнастику хатхайоги. Но уже через несколько проведенных сеансов в связи с улучшением самочувствия они безвсякого принуждения дважды, а то и трижды в день проделывают упражнения.

# **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. <http://www.iprbookshop.ru/80220.html>
2. 1. ГОСТ 7.32-2017. Межгосударственный стандарт. Система стандартов по информации, библиотечному и издательскому делу. Отчет о научно-исследовательской работе. Структура и правила оформления (введен в действие Приказом Росстандарта от 24.10.2017 N 1494-ст) – URL: [http://docs.cntd.ru/document/1200157208](https://vk.com/away.php?to=http%3A%2F%2Fdocs.cntd.ru%2Fdocument%2F1200157208&cc_key=) (дата обращения: 29.10.2020). – Текст: электронный.
3. ГОСТ 19.201-78. Межгосударственный стандарт. Единая система программной документации. Техническое задание. Требования к содержанию и оформлению (введен в действие Постановлением Госстандарта СССР от 18.12.1978 N 3351) (ред. от 01.06.1981) – URL: [http://docs.cntd.ru/document/gost-19-201-78](https://vk.com/away.php?to=http%3A%2F%2Fdocs.cntd.ru%2Fdocument%2Fgost-19-201-78&cc_key=) (дата обращения: 29.10.2020). – Текст: электронный