

Алкоголь и дети

Одна из самых актуальных и болезненных тем современного общества это употребление алкоголя детьми и курение. Интерес подростка к алкоголю тем не менее не случаен. У кого раньше, у кого позже, но потребность попробовать эту непонятную жидкость рождается практически у каждого, кто вступил в переходный возраст. Подростки хотят взрослеть. И алкоголь, хотим мы этого или нет, является для них не только ярким атрибутом взрослой жизни, но и своеобразным катализатором собственного взросления.

Проблемой настоящего времени является пивной алкоголизм. Детей, страдающих алкогольной зависимостью на почве потребления пива, в стране 60 тысяч.



У здорового ребёнка не может быть влечения к спиртному. Напротив, вкус и запах алкоголя вызывают у него отвращение. К употреблению алкогольных напитков детей толкает любопытство.

Говоря об антиалкогольном воспитании детей в семье, следует обратить внимание на то, что дети «культурно и умеренно, в меру» пьющих родителей находятся не в меньшей опасности, чем дети из неблагополучных по алкоголизации семей.

Психологические установки на безопасность малых доз алкоголя (16% мужчин и 6% женщин) и возможность их употребления детьми (считают 5,6% мужчин и 3% женщин), культивируемые в семьях, являются провоцирующим моментом, пусковым механизмом развития алкоголизма у детей.

Психологическое знакомство детей с алкоголем происходит уже в раннем возрасте - 3-4 года, когда, усваивая домашние традиции, дети переносят их в игры, повторяя сценарий родителей, начиная с момента разлива сока, чокания до походки опьяневших. Физическое знакомство детей с алкоголем происходит в основном в подростковом возрасте.

Подростковый период охватывает годы жизни от 10 до 20 лет. Этот период характеризуется бурным ростом как отдельных органов, так и организма в целом, началом и завершением полового созревания, совершенствования функций органов и систем организма. В этот период формируется психика человека, этические и нравственные категории, эстетические понятия. Вместе с тем, пубертатный период (период полового созревания и гормональной перестройки) отличается функциональной неустойчивостью, повышенной реактивностью. Поэтому токсическое действие алкоголя на организм подростка в силу его незрелости проявляется в несколько раз сильнее, чем на организм взрослого. Опьянение у детей дошкольного и раннего школьного возраста развивается настолько бурно, что бывает трудно спасти ребёнка от смертельного исхода. Доза 60-70 г водки может быть смертельной для ребенка 6-7 лет, а 250 г - для подростка. Известно, что чем раньше ребенок приобщается к алкоголю, тем выше риск злоупотребления алкоголем и развития алкоголизма в молодом возрасте.



Мотивы потребления алкогольных напитков подростками и молодежью часто необоснованны: «все так поступают», «вино принято употреблять в обществе», «пью, чтобы развеселиться», «пью, чтобы забыть неприятности», нередко поводом считается демонстрация самостоятельности, храбрости, выносливости, стремление к самоутверждению и ложному пониманию мужского достоинства.

Отвечая на вопрос об основной причине, побудившей к употреблению алкогольных напитков, 12% школьников отметили, что они стали пить из любопытства, 5% - за компанию с друзьями и 22% - чтобы почувствовать себя взрослым. Последний ответ красноречиво указывает на то, что неразумное поведение взрослых становится плохим примером для подражания у каждого пятого ребенка, пристрастившегося к спиртному.

Возможно, родителям не нравится думать об этом, но правда – то, что много детей и подростков пробуют алкоголь в течение обучения в школе. Исследования показали, что почти 80% детей средней школы пробовали алкоголь.

Хотя экспериментирование с алкоголем и распространено среди детей, но важно понять, что это очень опасно. Таким образом, важно начинать обсуждать проблему употребления алкоголя с Вашими детьми с раннего возраста и продолжать говорить об этом постоянно.

Эффект злоупотребления алкоголя

Алкоголь вмешивается в восприятие человеком действительности и способность принимать правильные решения. Это особенно опасно для детей и подростков, у которых меньше опыта решения проблем.

Краткосрочные эффекты от употребления алкоголя:

- искаженное зрение, слух и координация;
- измененное восприятие и эмоции;
- убеждения, которые могут привести к несчастным случаям;
- запах изо рта;
- похмелье.



Несомненно, что алкоголь пагубно воздействует на весь подрастающий организм. Вот некоторые из нарушений, которые ждут подростка при **долгосрочном употреблении спиртного:**

- Наблюдаются сбои в работе желудочно-кишечного тракта.
- Характерно повреждение печени, развитие гепатита, цирроза печени.
- Нарушения в работе поджелудочной железы (панкреатит, перитонит).
- Нарушение деятельности сердечно-сосудистой системы (тахикардия, проблемы с давлением и др.).
- Развиваются воспалительные заболевания почек и мочевыводящих путей (уретрит, цистит).
- Появление различных воспалительных заболеваний в легких, бронхах, гортани, носоглотке.
- Снижение иммунной защиты организма
- Алкоголь наносит непоправимый вред эндокринной системе подростка.
- Возможное развитие и очень сложное протекание сахарного диабета.
- Изменение состава крови, анемия и т.д.

Задолго до того, как Вашим детям предложат попробовать алкоголь, Вы можете увеличить вероятность, что они скажут «нет».

Детство – время изучения и открытия, таким образом, важно поощрять детей задавать вопросы, даже, на которые Вам было бы трудно ответить. Открытое, честное, соответствующее возрасту общение подготовит почву для Ваших детей, чтобы в дальнейшем обсуждать более трудные темы и проблемы.

Дошкольники

Хотя дети 3-4 лет не готовы изучать проблему алкоголизма, у них развиваются навыки принятия решения и решения проблем, в которых они будут нуждаться позже. Вы можете помочь им развить им эти навыки несложными способами.

Например, позвольте малышам выбирать свою собственную одежду и объясните ему, если выбор не соответствует Вашему. Это позволит ему знать, что Вы думаете, а также научиться принимать хорошие решения. Также можете давать детям простые задачи и говорите, какую большую пользу они Вам оказывают.

Подавайте хороший пример поведения. Это особенно важно в дошкольных годах, когда дети склонны подражать взрослым. Поэтому, если Вы ответственно относитесь к здоровой еде и питью, Вы преподаете важный урок для своего ребенка.

Возраст 4 – 7 лет

В этом возрасте дети все еще учатся главным образом на опыте и не имеют хорошего понимания вещей, которые произойдут в будущем. Проводя беседы об алкоголе, связывайте их с вещами, которые дети знают и понимают. Например, смотря телевизор с ребенком, можете поговорить о рекламных сообщениях. Узнайте, что думает ваш ребенок о рекламе, и поощряйте детей задавать такие же вопросы.

Дети интересуются тем, как устроены их тела, и это хорошее время, чтобы поговорить о поддержании здоровья и избегании веществ, которые могут навредить. Можно объяснить детям вредное действие алкоголя и последствия его употребления.

Возраст 8 – 11 лет

Годы начальной школы – решающее время, когда Вы еще можете повлиять на решение своего ребенка об употреблении алкоголя. Дети в этом возрасте очень любознательны и стремятся изучить, как устроены и как работают вещи.

Таким образом, это хорошее время, чтобы открыто обсудить факты об алкоголе: его долгосрочные и краткосрочные эффекты и последствия, физические эффекты и почему опасно его потребление для растущего организма.

В это время дети также могут быть в большой степени подвержены влиянию друзей. Так что важно научить своего ребенка говорить «нет», обсудить с ним важность размышления перед принятием решения.

Случайные дискуссии об алкоголе и друзьях могут иметь место за обеденным столом как часть нормальной беседы: «Я читал о маленьких детях, употребляющих алкоголь. Ты не знаешь детей, употребляющих алкоголь или наркотики в Вашей школе?»

Возраст 12 – 17 лет

К этому возрасту Ваши дети должны знать факты об алкоголе и Ваше отношение к его употреблению. Используйте это время, чтобы укрепить то, что Вы уже доносили и сосредоточьтесь на том, чтобы сохранять контакт с ребенком.

У подростков в этом возрасте увеличивается потребность в независимости, и они могут пожелать бросить вызов пожеланиям своих родителей. Но если Ваш ребенок чувствует себя уважаемым как человек, Вы увеличиваете возможность, что Ваш ребенок будет с Вами открытым. Избегайте чрезмерного проповедования и угроз, вместо этого подчеркните свою любовь и беспокойство.

Факторы риска

- Переходное время, например, начало половой зрелости или развод родителей и т.д
- Дети, у которых есть проблемы с самообладанием или низким чувством собственного достоинства.
- Дети, которые не чувствуют связи с семьей могут также находиться в опасности

Общие советы

К счастью, родители могут сделать много, чтобы защитить их от употребления алкоголя:

- Будьте хорошим образцом для подражания, показывая, что не обязательно пить, чтобы весело проводить время.
- Изучите тему алкоголизма, чтобы стать хорошим учителем.
- Прочитайте и соберите информацию, которую Вы сможете донести детям и другим родителям.
- Попытайтесь помочь обрести уверенность в себе Вашему ребенку.
- Научите детей справляться с напряжением и сложностями не прибегая к алкоголю, а, например, обращаясь за помощью к взрослому, которому они доверяют, или занимаясь любимым делом.

Признаки употребления алкоголя

Несмотря на Ваши усилия, ребенок может все же злоупотреблять алкоголем. Вот некоторые признаки употребления алкоголя:

- Запах алкоголя;
- Внезапное изменение настроения;
- Потеря интереса к школе, спорту;
- Проблемы с дисциплиной;
- Появление секретов;
- Появление новых друзей, которых Вам не представляют;
- Пропажа алкоголя у Вас дома;
- Депрессии и трудности, связанные с развитием.



Важно не делать поспешные выводы, основанные только на одном или двух признаках. Юность – время изменений, физических, социальных, эмоциональных и интеллектуальных. Это может привести к неустойчивому поведению и к колебанию настроения, поскольку дети пытаются справиться со всеми этими изменениями.

Если ваш ребенок употребляет алкоголь, обычно наблюдается группа признаков, таких как изменения в поведении, друзьях, одежде, отношениях, настроении. Если Вы это наблюдаете, попробуйте найти этому объяснения. Поговорите с Вашими детьми.

Вот еще несколько советов:

- Следите за тем, куда ходят Ваши дети;
- Знакомьтесь с родителями друзей Вашего ребенка;
- Всегда имейте номер телефона, по которому Вы можете связаться со своим ребенком;
- Установите, чтобы дети периодически докладывали, где они, если они вдали от дома.

Лечение алкоголизма у подростков имеет свой характер и особенности. Здесь очень важно как можно раньше диагностировать заболевание и начать лечение, чтобы избежать развития осложнений. Подростковый алкоголизм достаточно сложно поддается лечению. Лучше лечение проводить в стационаре под обязательным контролем врачей, домашнее лечение исключается.

Алкоголизм лучше предупредить, чем лечить.

