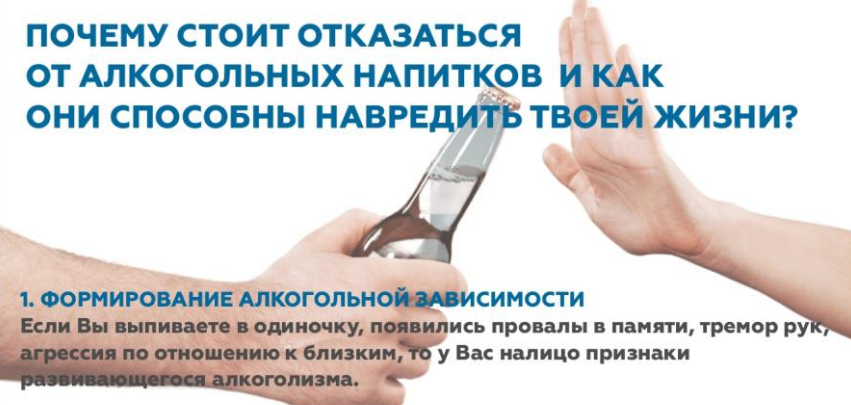


с 8 сентября по 14 сентября – Неделя сокращения потребления алкоголя и связанных с ним смертности и заболеваемости (в честь Дня трезвости 11 сентября)



8 800 200 0 200
TAKZDOROVO.RU

ПОЧЕМУ СТОИТ ОТКАЗАТЬСЯ ОТ АЛКОГОЛЬНЫХ НАПИТКОВ И КАК ОНИ СПОСОБНЫ НАВРЕДИТЬ ТВОЕЙ ЖИЗНИ?



1. ФОРМИРОВАНИЕ АЛКОГОЛЬНОЙ ЗАВИСИМОСТИ

Если Вы выпиваете в одиночку, появились провалы в памяти, тремор рук, агрессия по отношению к близким, то у Вас налицо признаки развивающегося алкоголизма.



8 800 200 0 200
TAKZDOROVO.RU

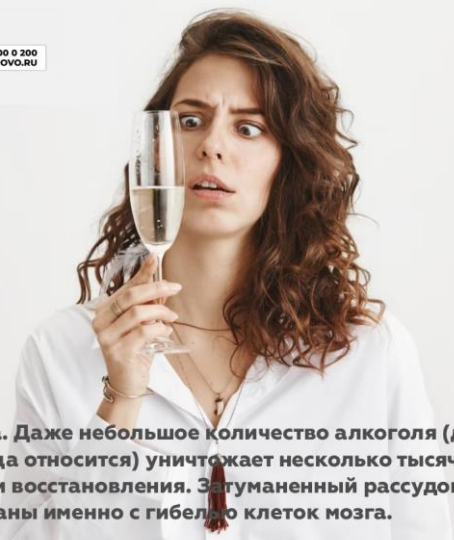


2. ПРОБЛЕМЫ СО ЗДОРОВЬЕМ

Развитие хронических болезней – нарушение работы почек, заболевания пищевода и желудка, необратимые изменения печени. Увеличение риска развития онкологических заболеваний. Удар по сердечно-сосудистой системе.



8 800 200 0 200
TAKZDOROVO.RU



3. НАРУШЕНИЯ ПСИХИКИ

Уничтожение клеток мозга. Даже небольшое количество алкоголя (да, полбокала вина также сюда относится) уничтожает несколько тысяч нейронов без возможности восстановления. Затуманенный рассудок, утрата самоконтроля связаны именно с гибелью клеток мозга.



8 800 200 0 200
TAKZDOROVU.RU



4. ПОСЛЕДСТВИЯ ДЛЯ СЕМЬИ И КАРЬЕРЫ

Конфликты в семье, плохая наследственность, непристойное поведение, дыра в бюджете. Снижение производительности труда, прогулы, потеря трудоспособности.



8 800 200 0 200
TAKZDOROVU.RU



5. КУДА ИДТИ ЛЕЧИТЬСЯ ОТ АЛКОГОЛЬНОЙ ЗАВИСИМОСТИ?

Квалифицированная помощь людям, попавшим в зависимость от алкоголя, оказывается в наркологических диспансерах, лечат бесплатно. Основной принцип оказания помощи – добровольность.



8 800 200 0 200
TAKZDOROVU.RU

Важно понимать, что не существует безопасных доз алкоголя.

Безопасный градус – ноль. Пить или не пить выбор каждого. Но перед тем, как решить открыть бутылку, подумайте о себе и о тех, кто рядом с вами.

С заботой о вашем здоровье
ОГБУЗ «Иркутский областной центр общественного здоровья и медицинской профилактики».

