

АЛКОГОЛЬНЫЙ АБСТИНЕНТНЫЙ СИНДРОМ

Алкогольный абстинентный синдром – физические и психические расстройства, которые развиваются у человека после прекращения приема алкоголя

Почему развивается похмелье?

Похмелье – это последствие отравления организма продуктами распада алкоголя



Печень пытается очистить организм от алкоголя, перерабатывает его в *ацетальдегид*, который токсичнее самого алкоголя более чем в 10 раз

От чего зависит тяжесть абстинентного синдрома?

Выраженность симптомов похмелья зависит от того, насколько сильна «химическая зависимость» от алкоголя

Чем опасен абстинентный синдром?

-  Тяга к повторному употреблению алкоголя
-  Появление симптомов белой горячки
-  Вследствии психоза может наступить инсульт

Как избежать похмелья?

-  Единственный научно подтвержденный способ избежать похмелья – не употреблять алкоголь вообще

Когда появляется абстинентный синдром?

Он развивается, когда количество этанола в крови падает, и становится ощутимым спустя несколько часов после прекращения приема спиртного

-  нервность
-  нарушение чувства равновесия
-  раздражительность
-  депрессия
-  сниженное внимание
-  головная боль
-  тошнота и рвота
-  потеря аппетита
-  учащенное сердцебиение
-  тремор рук



ПРОФИЛАКТИКА ХИМИЧЕСКОЙ ЗАВИСИМОСТИ

Зависимое (аддиктивное) поведение – это одна из форм отклоняющегося поведения личности, выражающаяся в пагубном пристрастии к какому-либо предмету или действию на фоне нарушенной адаптации к проблемным ситуациям. Одной из разновидностей аддиктивного поведения является химическая зависимость



ВИДЫ ХИМИЧЕСКОЙ ЗАВИСИМОСТИ:



НАРКОМАНИЯ

зависимость от психоактивных веществ и наркотиков растительного или синтетического происхождения



АЛКОГОЛИЗМ

зависимость от любого алкогольного напитка



ТОКСИКОМАНИЯ

зависимость от токсических ингалянтов – краска, бензин, клей, растворитель и т.д.



ТАБАКОКУРЕНИЕ

зависимость от никотина и никотиносодержащих продуктов – табачные изделия

Основные признаки химической зависимости:



запах алкоголя, табака или иной непривычный запах, исходящий от человека



расширенные или суженные зрачки, бледная или с сероватым оттенком кожа



жалобы на жажду, отсутствие аппетита или повышенный интерес к еде, сердцебиение, повышенную утомляемость, внезапную потливость



резкие перепады настроения



специфическая лексика (использование жаргонизмов в названии наркотиков или психоактивных веществ, способов их употребления, эффектов от применения)

Профилактика химической зависимости:



формирование здорового стиля жизни, позитивного отношения к окружающему миру, препятствующего злоупотреблению наркотическими и другими психоактивными веществами, воспитание ответственности за свое здоровье



формирование умений организовать деятельность, альтернативную зависимому поведению



доверительные отношения в семье, эмоциональная близость всех членов семьи, адекватное выражение любви к ребенку

Тираж подготовлен ОГБУЗ «Центр общественного здоровья и медицинской профилактики»

г. Томск, ул. Никитина, 43 тел.: (3822) 44-35-60, profilaktika.tomsk.ru

Присоединяйтесь к группе   

«Будь здоров! Центр общественного здоровья, Томск»

Издано в рамках программы «Обеспечение безопасности населения Томской области» подпрограмма «Профилактика правонарушений и наркомании»

Подробная информация по здоровому образу жизни:

Официальный портал
Минздрава России
о Вашем здоровье
takzdorovo.ru

