



**ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ
И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА**

ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Свердловской области»

**Филиал Федерального бюджетного учреждения здравоохранения «Центр гигиены и
эпидемиологии в Свердловской области в городе Асбест и Белоярском районе»**

(Асбестовский филиал ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Свердловской области»)

Ладьженского ул., д.17, г. Асбест, 624260

тел./факс: (34365) 2-48-18; e-mail: mail_03@66.rospotrebnadzor.ru; <https://fbuz66.ru/>

ОКПО 77144867; ОГРН 1056603530510; ИНН/КПП 6670081969/668343001

В СМИ, сайты Администрации ГО,

Руководителям юридических лиц, индивидуальным

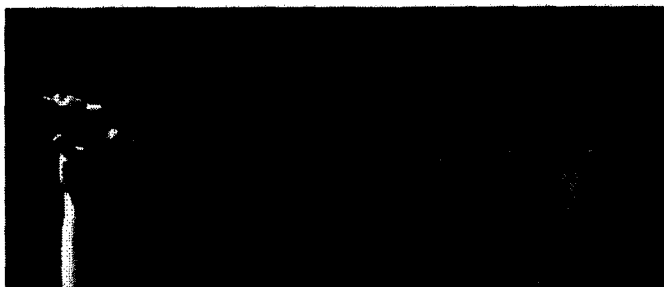
предпринимателям

гражданам

От 05.08.2024г

№66-20-003/09- 1330 -2024

Подростковый алкоголизм и его профилактика



Алкоголизм — это медленно прогрессирующее заболевание, характеризующееся патологическим влечением к спиртным напиткам, развитием абстинентного (похмельного) синдрома при прекращении употребления алкоголя, а в далеко зашедших случаях – стойкими соматоневрологическими расстройствами и постепенным развитием психической деградации.

Чаще всего причины употребления алкоголя подростками кроются во взаимоотношении с окружающим миром и социумом. Среди причин детского алкоголизма: комплексы, неуверенность в себе, проблемы с общением (с родителями, одноклассниками, другими детьми, с противоположным полом), одиночество.

Алкоголь в подростковом возрасте вызывает зависимость очень быстро. Всего за несколько месяцев регулярного употребления возникает тяга к спиртному, справиться с которой самостоятельно ребенок уже не в силах.

Употребление в любых количествах представляет основную социальную опасность и опасность для здоровья несовершеннолетних. Юношеский мозг очень уязвим, поскольку он находится в состоянии функционального и структурного изменения. Присутствующий в алкогольных напитках этанол способен причинить развивающемуся мозгу огромный вред.

Экспериментально было доказано, что даже не особо частое употребление алкоголя может почти вдвое ухудшить способности мозга обучаться чему-либо новому. Подростки становятся менее активными в общественной деятельности и трудовой деятельности, страдает их честолюбие и нравственность. На первый план выходят грубость, вспыльчивость, безынициативность и внушаемость. Пьющие подростки становятся невнимательными и даже жестокими по отношению к близким людям.

При регулярном приеме алкоголя резко падает работоспособность, круг интересов сужается, снижается успеваемость, затрагиваются личностные качества подростка, психическое и физическое здоровье, ведет к нарушениям репродуктивной функции у девушек – подростков.

Алкоголь является наиболее частой причиной нежелательной беременности у юных девушек, беспорядочных половых связей, опосредованно увеличивается риск распространения инфекций, передающихся половым путем (ИППП) и ВИЧ/СПИДа.

Многие подростки считают, что если пару раз в неделю выпить что-либо спиртное, то ничего не случится. Но риск существует, даже если несовершеннолетний выпивает три-четыре раза в месяц.

Профилактика алкоголизма.

1. Общение. Отсутствие общения с мудрыми родителями и педагогами заставляет ребенка обращаться к другим людям, которые могли бы с ним поговорить. Но кто они и что посоветуют ребенку?

2. Внимание. Умение слушать означает: - быть внимательным к ребенку; - выслушивать его точку зрения; - уделять внимание взглядам и чувствам ребенка, не споря с ним. Не надо настаивать, чтобы ребенок выслушивал и принимал ваши представления о чем-либо. Важно знать, чем именно занят ваш ребенок. Поощряя ребенка, поддерживайте разговор, демонстрируйте вашу заинтересованность в том, что он вам рассказывает. Например, спросите: "А что было дальше?" или "Расскажи мне об этом..." или «Что ты об этом думаешь?»

3. Способность поставить себя на место ребенка. Подростку часто кажется, что его проблемы никто и никогда не переживал. Было бы неплохо показать, что вы осознаете, насколько ему сложно. Договоритесь, что он может обратиться к вам в любой момент, когда ему это действительно необходимо. Главное, чтобы ребенок чувствовал, что вам всегда интересно, что с ним происходит.

4. Организация досуга. Очень важно, когда родители умеют вместе заниматься спортом, музыкой, рисованием или иным способом устраивать с ребенком совместный досуг или вашу совместную деятельность. Для ребенка важно иметь интересы, которые будут самым действенным средством защиты от табака, алкоголя и наркотиков.

5. Знание круга общения. Очень часто ребенок впервые пробует алкоголь в кругу друзей. Он может испытывать очень сильное давление со стороны друзей и поддаваться чувству единения с толпой. Именно от окружения во многом зависит поведение детей, их отношение к старшим, к своим обязанностям, к школе и так далее. Кроме того, в этом возрасте весьма велика тяга к разного рода экспериментам. Поэтому важно в этот период – постараться принять участие в организации досуга друзей ребенка.

6. Помните, что ваш ребенок уникален. Любой ребенок хочет чувствовать себя значимым, особенным и нужным. Когда ребенок чувствует, что достиг чего-то, и вы радуетесь его достижениям, повышается уровень его самооценки. А это, в свою очередь, заставляет ребенка заниматься более полезными и важными делами, чем употребление ПАВ.

7. Родительский пример. Употребление взрослыми алкоголя и декларируемый запрет на него для детей дает повод к обвинению в неискренности, в "двойной морали".

Употребление, так называемых, "разрешенных" психоактивных веществ открывает дверь детям и для "запрещенных".

Нельзя стремиться к идеалу в ребенке, не воспитывая идеал в себе!

Необходимо помнить, что есть обстоятельства, способствующие употреблению алкоголя – факторы риска:

- Проблемы с психическим или физическим здоровьем индивида.
- Дети, рожденные и воспитанные родителями алкоголиками.
- Общение с людьми, регулярно употребляющими алкоголь и отсутствие устойчивости к давлению сверстников.
- Личностные качества (низкий интеллект, низкая самооценка, переменчивость настроения, неуверенность в себе, нежелание придерживаться социальных норм, ценностей и поведения и т.д.).
- Раннее начало половой жизни.
- Частые конфликты в семье, низкий уровень доходов в семье.
- Плохая успеваемость в школе, нежелание учиться.
- Проблемы при общении с родственниками, сверстниками.

Обстоятельства, снижающие риск употребления алкоголя – факторы защиты:

- Благополучие в семье, сплоченность членов семьи, хорошее воспитание, отсутствие конфликтов в семье.
- Высокий уровень интеллекта, физическое и психическое здоровье, устойчивость к стрессам.
- Хороший уровень достатка, обеспеченность жильем.
- Регулярное медицинское наблюдение.

- Низкий уровень криминализации в населенном пункте.
- Высокая самооценка, способность эффективно решать возникшие проблемы,
- устойчивость к давлению, умение контролировать эмоции и свое поведение.
- Соблюдение общественных норм.

Профилактика алкоголизма имеет перед собой цель усилить факторы защиты и по возможности устранить факторы риска.

Информация подготовлена на основе открытых Интернет-источников

Главный врач Асбестовского филиала ФБУЗ
«Центр гигиены и эпидемиологии
в Свердловской области»



Е.В. Гилева

Исполнитель:

*Врач по общей гигиене, СГМ,
Воронова Н.Г, т 8-343-65-2-48-18*