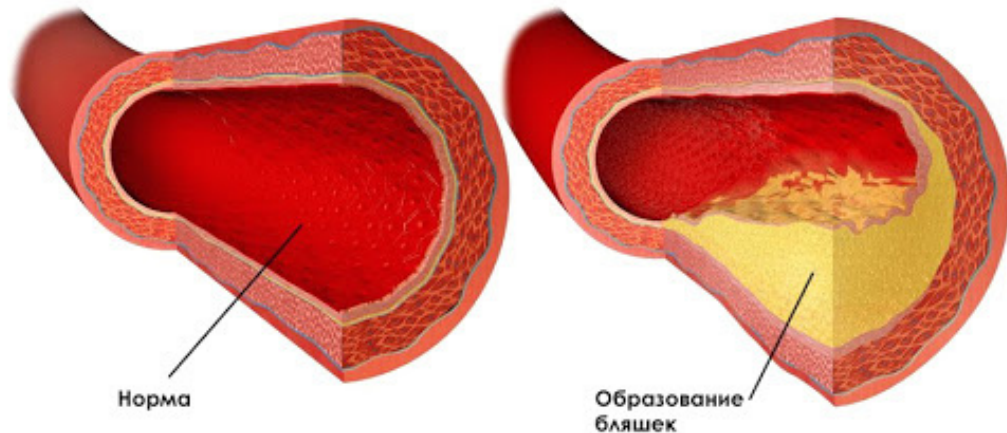


# СТАДИИ АЛКОГОЛИЗМА



## ЧТО МОЖЕТЕ СДЕЛАТЬ ВЫ

Вам необходимо перестать употреблять алкоголь. Ищите поддержки и помощи у близких. Они любят вас и хотят, чтобы вы были здоровы. Существуют социальные врачи, занимающиеся проблемами алкоголизма и наркомании. Нет ничего зазорного в посещении таких врачей и медицинских центров. Кроме того, сейчас хорошо развита система телефонов доверия.

Если в вашей семье есть человек, страдающий алкоголизмом, необходимо сделать все возможное для того, чтобы он согласился обратиться за помощью к профессионалу. Ни в коем случае не помогайте алкоголику достичь желаемого. Вместо того, чтобы жалеть его дайте ему встретиться лицом к лицу с последствиями собственных действий. Алкоголик должен самостоятельно осознать, что так дальше жить нельзя. Вы лишь можете помочь ему прийти к этому решению.

### Первая стадия (начальная)

Эта стадия характерна появлением нескольких симптомов. Во-первых, алкоголик даже на начальной стадии может выпить значительно больше обычного человека. На этой же стадии проявляются и психологические симптомы. При невозможности принять очередную порцию алкоголя человек начинает злиться, раздражаться. Физический симптом заключается в пропадании или снижении рвотного рефлекса даже при употреблении больших порций спиртного, ведущих к летальному исходу.

### Средняя стадия

На этой стадии появляется сильный абстинентный синдром, при котором алкоголик на следующий день после злоупотребления начинает ощущать себя настолько плохо, что его начинает трясти, появляется боль во всем теле, ему становится не до еды и не до сна. Психологическая сторона этой стадии ощущается в постоянно плохом сне, усиливается тревожность. Могут появляться зрительные и слуховые галлюцинации.

Уже на этой стадии происходит внутреннее разрушение организма – острый панкреатит, гастрит, гепатит. Понижается репродуктивность и потенция. Ухудшается память.

## Третья стадия (конечная)

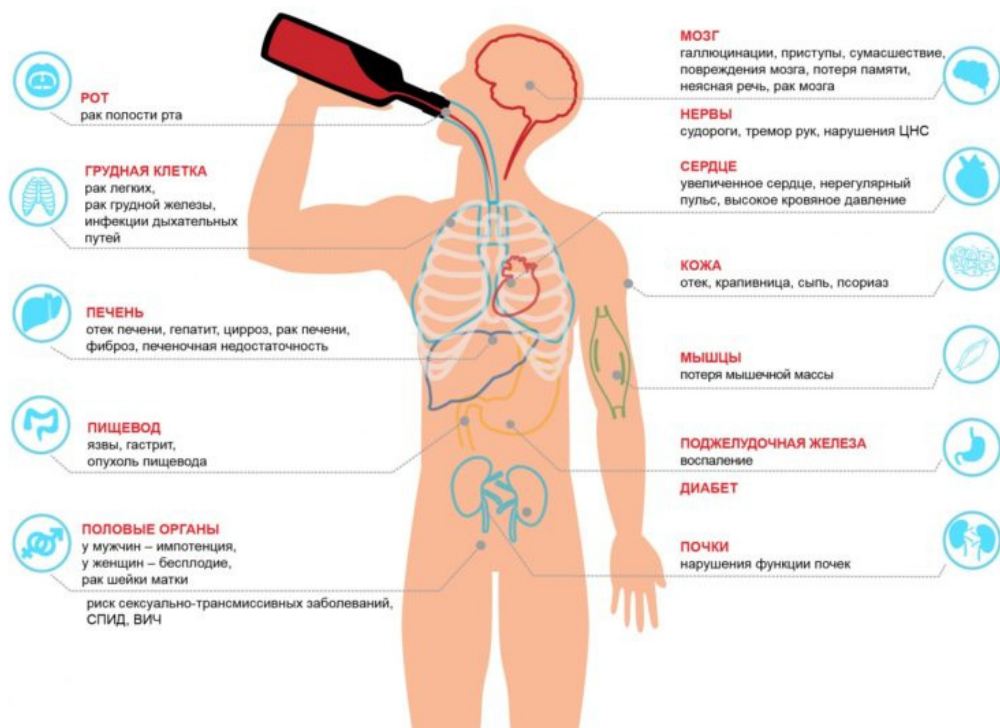
Третья стадия может и не наступить, нередко случаи смерти алкоголика на второй стадии.

Симптомы завершающей стадии проявляются в основном со стороны психической и нервной сферы – алкогольная энцефалопатия.

Энцефалопатия – это общее название для поражений головного мозга, протекающих с уменьшением его объема и прогрессирующим угнетением функций центральной нервной системы дегенеративно-дистрофического характера.

На третьей стадии алкоголики теряют чувство времени и пространства, сильно дисфункционирует память, сильно снижается сообразительность. Появляются невриты – поражения периферической нервной системы в нижних и верхних конечностях.

Появляются такие заболевания, как цирроз печени, все внутренние органы разрушаются настолько, что становится невозможно их полностью вылечить, эта причина, по которой смертельного исхода становится сложно избежать. Чтобы избежать вышеописанных случаев и симптомов, рекомендуется как можно раньше начать лечиться от алкоголя.



## ПРОФИЛАКТИКА АЛКОГОЛИЗМА

- сокращайте время, которое вы проводите в компании злоупотребляющих алкоголем людьми;
- старайтесь контролировать количество выпитого. Вы можете выпить лишь один бокал вина, при этом остальные напитки должны быть безалкогольными;
- не используйте алкоголь как средство ухода от проблем. Если у вас трудности дома или на работе, поговорите с другом, родственником, членом вашей церковной общины или с врачом, которому доверяете;
- воздерживайтесь от приема алкоголя, если в вашей семье кто-то страдал от алкоголизма;
- расширяйте круг развлечений: спорт, туризм, творчество;
- ограждайте детей от визуальных и других контактов, связанных с алкоголем;
- вырабатывайте самодисциплину и самоконтроль.