

АЛКОГОЛИК ЛИ Я?

ЗДОРОВЬЕ@mail.ru

ПРОВЕРЬ СЕБЯ

Если на протяжении последнего полугодия присутствуют три и более из перечисленных признаков, то вы – алкоголик.

-  Сильная потребность выпить.
-  Постепенное снижение промежутков между употреблением спиртного (например, от одного раза в месяц до четырех).
-  Неспособность контролировать количество выпитого спиртного.
-  Употребление алкоголя несмотря на вредные последствия (за рулем, в середине рабочего дня, совмещение спиртного с лекарствами и т.д.).
-  Увеличение дозы алкоголя, необходимой для достижения состояния опьянения (рост толерантности к алкоголю). Затем может наблюдаться ее снижение из-за поражения внутренних органов (II степень алкоголизма).
-  Употребление спиртного несмотря на предостережение семьи и друзей.
-  Тайное употребление алкоголя или выпивка в одиночку.
-  Потеря интереса к любимым занятиям, хобби.

АЛКОГОЛИЗМ ЭТО:

-  **СИСТЕМА**
Каждую пятницу, каждый последний день месяца, каждый праздник.
-  **РАЗДРАЖЕНИЕ**
Если не получается выпить в положенное время (в пятницу или на праздник), возникает ощущение сильного раздражения, тошнота, повышенное потоотделение.
-  **СТЕЛЬКА**
Употребление всегда до достижения сильного опьянения.
-  **ПОХМЕЛЬЕ**
Плохое самочувствие утром (интоксикация).
-  **ГОРЯЧКА**
Резкое прекращение употребления алкоголя сопровождается сильной дрожью, бредом, галлюцинациями.

ЗЛУПОТРЕБЛЕНИЕ

 Водка 25 г	 Ликер 50 г	 Виски 50 г	 Вино 175 г	 Пиво 500 г
16 рюмок 24 рюмки	16 бокалов 24 бокала	8 стаканов 12 стаканов	7 бокалов 10 бокалов	4 кружки 5 кружек

за неделю

© Mail.Ru Group

Профилактика подросткового алкоголизма

Профилактика алкоголизма начинается, прежде всего, с детского и подросткового возраста, с формирования здоровой в психическом и физическом плане личности.

ПЬЯНСТВО ОТРЫВАЕТ ОТ СЕМЬИ, ОСТАНОВИСЬ!



Антиалкогольная кампания
в защиту семьи



Причины подросткового суицида

- отсутствие доброжелательного внимания со стороны взрослых;
- алкоголизм и наркомания среди родителей;
- жестокое обращение с подростком, психологическое, физическое и сексуальное насилие;
- потеря смысла жизни;
- низкая самооценка, трудности с самоопределением;
- безответная влюбленность.
- проблемы со здоровьем
- проблемы в школе





КТО СЛЕДУЮЩИЙ В СЕМЬЕ ?

Сп рт -
МОЯ ЖИЗНЬ.

О или И?

Ты сделал свой выбор.

АЛКОГОЛИЗМ (ВРЕДНОЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ НА ЧЕЛОВЕКА)

