



## Неделя сокращения потребления алкоголя и связанной с ним смертности и заболеваемости (в честь Дня трезвости 11 сентября)

Неделю с 8 по 14 сентября 2025 года Министерство здравоохранения Российской Федерации объявило Недель сокращения потребления алкоголя и связанной с ним смертности и заболеваемости, приуроченной к Всероссийскому Дню трезвости.

Потребление алкоголя является причиной высокой смертности, заболеваемости, преступности,

травматизма, ДТП и бытового насилия. Более тяжёлыми последствиями потребление алкоголя характеризуется в сельской местности.

Алкоголизм — это пристрастие к употреблению алкоголя, вызванное психической и физической зависимостью, наносящее вред здоровью. Вредное воздействие алкоголя сказывается на всех органах и системах человеческого организма (нервной, кровеносной, пищеварительной, репродуктивной, дыхательной).

### **Алкоголь поражает:**

**Головной мозг.** В частности, спиртное замедляет циркуляцию крови, происходит кислородное голодание клеток. Как результат — ослабление памяти, снижение умственных способностей и деградация личности.

**Сердце.** Алкоголь повышает уровень холестерина. Пьющему человеку обеспечены гипертония и дистрофия миокарда.

**Желудок.** После употребления спиртных напитков ослабевает защитная функция слизистой. В результате появляются язвенная болезнь, риск развития онкопатологии.

**Печень.** Алкоголь вызывает воспалительный процесс и рубцовое перерождение. У человека появляется гепатит и цирроз.

У алкозависимых происходит изменение структуры клеток *тонкого кишечника*. Как следствие — потеря способности всасывать полезные питательные вещества и минеральные компоненты. Также от спиртного страдает поджелудочная железа. В результате нарушается обмен веществ, может появиться диабет и панкреатит.

**Кожа** у пьющих людей теряет эластичность, происходит преждевременное старение.

Алкоголь влияет и на *половые органы*. Происходит ослабление функций половых органов мужчин, вплоть до развития импотенции. А у женщин алкоголь приводит к нарушению менструального цикла, осложнениям беременности и родового процесса. Также спиртные напитки вызывают выкидыши и преждевременные роды, патологии плода. Кроме того, спиртное влечёт за собой бесплодие.

Сегодня для борьбы с алкоголизмом применяются различные прогрессивные методы лечения и реабилитации. Первым шагом к здоровому образу жизни является осознание больным наличия проблемы и желание от неё избавиться. Лечение алкоголизма проводится в комплексе и включает в себя медикаментозную, психотерапевтическую и восстановительную терапию.

Помните, не существует безопасных доз алкоголя!

**Берегите своё здоровье!**