



КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ НА ТЕМУ «О ВРЕДЕ НАРКОМАНИИ»

Красота и поэзия всегда связаны с образом женщины: матери, жены, сестры, которые призваны дарить жизнь, радость, тепло, охранять семейный очаг. Понятия «вредные привычки» и «Женщина» традиционно были несовместимы. Однако многие женщины считают, что выпить немного спиртного и иногда покурить- совсем безвредно или очень мало вредит здоровью.

На самом же деле нет такой системы или органа, которые не страдали бы от алкоголя и курения. Сочетание вредных привычек усиливает их отрицательные воздействия на организм.

О действии алкоголя на организм женщины.

У женщины чаще, чем у мужчин, за эпизодическим или случайным пьянством следует систематическое. И невозможно предсказать, когда возникнет непреодолимая тяга к спиртному, т. е. уже проявление алкоголизма. Женщины долгое время скрывают свой недуг. Они редко пьют в компании или на «Троих». Предпочитают выпить тайком, в одиночку и торопливо, чтобы не заметили родные.

Средняя продолжительность жизни пьющих женщин приблизительно на 15-20 лет меньше продолжительности жизни непьющих.

Под влиянием алкоголя происходит нарушение высшей нервной деятельности, что выражается, прежде всего, в ослаблении тормозной деятельности коры головного мозга. В результате наблюдается повышение раздражительность, склонность к ссорам и т. д. Пьющие женщины опускают, ведут легкомысленный образ жизни, часто заводят случайных знакомств, а половая распущенность- один из вредных путей к заражению венерологическими болезнями, СПИДом. В начале женщина, увлекающаяся алкогольными напитками, становится рассеянной, вялой, затем работоспособность ее, способность к творческому мышлению постепенно снижается, круг интересов резко сужается часто она перестает справляться со своими служебными обязанностями, прогуливает работу или даже бросает ее.

Алкоголь для женщины особенно опасен во время зачатия, на протяжении всей беременности; недопустимы спиртные напитки во время кормления грудью. У женщин чаще рождаются мертвые и психически неполноценные дети, дети с физическими уродствами и просто ослабленные.

Курение и здоровье.

К сожалению, многие женщины курят. Курение чрезвычайно быстро приобретает характер устойчивой привычки. Возникает болезненное пристрастие к табаку своего рода «Бытовая» наркомания.

Наиболее чувствительной к ядам, содержащимся в табачных изделиях, является нервная система. Курящие женщины часто могут без видимой причины жаловаться на быструю утомляемость, раздражительность, головокружение, головные боли.

Табачные яды оказывают токсическое действие на зрительный и слуховой вред, что выражается в ухудшении зрения и слуха.



Сильный «Удар» табачных ядов приминают органы дыхания. курящую женщину беспокоит кашель, который сопровождается выделением грязно-серой мокроты, особенно по утрам. Голос постепенно грубеет, становится хриплым. Под влиянием дыма происходит перестройка клеток, выстилающих бронхи, что является одной из причин заболеваний раком легкого, который у курящего развивается в 16 раз чаще, чем у не курящих.

Курение способствует развитию сердечно-сосудистых заболеваний: гипертонические болезни, атеросклероза, ишемической болезни, инфаркта миокарда.

Никотин губительно действует на органы пищеварения. Курящую женщину беспокоят неприятные ощущения в области желудка, кишечника. Имеется отчётливая связь между курением и язвой 12-ти перстной кишки. Курение способствует возникновению злокачественных новообразований полости рта, глотки, гортани, пищевода, желудка и мочевого пузыря.

У всех курящих женщин значительно понижена способность к зачатию. Среди них в полтора раза чаще встречаются те, кто вообще лишён этой возможности. Преждевременные роды и выкидыши, рождение ослабленных и неполноценных детей может быть следствием курения.

Не менее опасно действие табачного дыма на будущего ребёнка. Плод с I-го дня буквально задыхается, а организме курящей матери, поскольку никотин и угарный газ, входящие в табачный дым, отнимают у него часть кислорода. При появлении на свет такие дети весят в среднем на 200 граммов меньше остальных. У них часто встречается различные врождённые уродства, да и смертность детей курящих женщин в первые годы жизни выше.

Вырастая в курящих семьях, дети значительно больше подвержены болезням органов дыхания, простудными заболеваниями, аллергиям.

И даже если в младенчестве всё обстоит благополучно, в дальнейшем такие дети повышено возбудимы, плохо контролируют свои поступки, как правило, отстают от своих товарищей в развитии.

Таким образом, пьющая или курящая, женщина- а часто это бывает одновременно- совершает преступление. Преступление перед своими детьми, перед своим здоровьем.

Дорогие женщины!

Постарайтесь избавиться от вредных привычек.

В этом Вам смогут помочь медицинские работники наркологических кабинетов, использующие методы рефлексотерапии, психотерапии. Не стесняйтесь обращаться к ним.

Но самое главное- Ваше решение, твердое желание помочь самим себе. Если же Вам удалось избавиться от вредных привычек, никогда не возвращайтесь к ним, не давайте себе послабления.

Желаем Вам успехов!

Использованная литература

1. Научно-практический журнал «НАРКОЛОГИЯ»-2000г.
2. Журнал МЧС России «Основы Безопасности Жизнедеятельности»-2002г.

