

## ПОСЛЕДСТВИЯ СИГАРЕТ И АЛКОГОЛЯ

### Что же такое алкоголизм?

По действию на организм он относится к наркотикам.

Алкоголь является наркотическим ядом, и действует, прежде всего, на клетки головного мозга, парализуя их.

Доза в 7-8 г чистого спирта на 1 кг веса тела является смертельным для человека.

**Похититель разума** – так именуют алкоголь с давних времен.



*Алкоголь разрушает клетки головного мозга, образуются мертвые клетки, так называемые, мертвые зоны головного мозга, снижается интеллект. Все это ведет к деградации личности человека.*

## УМЕЙ СКАЗАТЬ «НЕТ»

Большинство людей начали употреблять алкогольные напитки под влиянием других. Хотя и не хотели пробовать, но все же поддавались на уговоры и принимали алкоголь.

Почему они так себя вели?

Да потому, что боялись, что их будут считать дураками. На этой слабости и играют те, кто предлагает зелье. Значит, нужно показать им, что ты не боишься, что ты умнее и сильнее их. Нужно просто сказать:

- «Да, я боюсь за свое здоровье»;
- «Да, я, маленький»;
- «Да, я дурак».

Или повторять одну и ту же фразу: «Спасибо, нет». И это выбьет из рук манипуляторов их оружие. Они поймут, что вас не запугать, и вы действительно, самостоятельный, сильный человек.

Помните, что нужно говорить? Покажите, что вы не боитесь?

### Фразы для провокации.

- Что, слабо? Боишься выпить?
- Пей! Или ты у нас маменькин сыночек?
- Выпей, ты уже не маленький!
- Не будешь пить? Значит, ты просто тормоз!

**Но самый лучший способ избежать таких провокаций – не ходить туда, где предлагают выпить.**

## КАКОЙ ВРЕД НАНОСИТ АЛКОГОЛЬ?

**Алкоголизм ведет к слабоумию.**



В нашей стране в коррекционных школах для слабоумных детей обучается около 300 тыс. школьников.

Мировая статистика утверждает, что 50% слабоумных детей рождается от пьющих родителей.

В древнем мире до 26 лет запрещали употреблять спиртное, так как считали, что до этого возраста человеческий организм является не полностью окрепшим. Сегодня алкоголизм молодеет.

*Если в 1925 году подростков, употребляющих алкоголь, было 17%, то сейчас эта цифра достигла 95%.*

## Что сейчас пьет молодежь? – ПИВО

Что вы знаете о пиве?

Пиво, как и водка, содержит алкоголь, к нему развивается такое же привыкание. Пивной алкоголизм формируется быстрее водочного.

Пиво – калорийный напиток, но набор питательных веществ, содержащихся в нем, не сбалансирован.



**Пиво вредно влияет на гормоны человека**

- Пиво содержит ряд токсических веществ, в том числе соли тяжелых металлов, вызывающих изменения в эндокринной системе.
- У пьющих пиво мужчин разрастаются грудные железы, становится шире таз.
- У женщин возрастает вероятность заболеть раком, а если это кормящая мать, то у ребенка возможны эпилептические судороги. Также у женщин становится грубее голос и появляются так называемые "пивные усы".

**ПОДРОСТКОВЫЙ АЛКОГОЛИЗМ**  
*возникает при чрезмерном употреблении пива*



Отдел Министерства внутренних дел  
Российской Федерации  
по Абинскому району

Отделение  
по делам несовершеннолетних

ПАМЯТКА  
УМЕЙ СКАЗАТЬ – НЕТ!



г. Абинск

2016г.