

НИ В КОЕМ СЛУЧАЕ НЕЛЬЗЯ УПОТРЕБЛЯТЬ АЛКОГОЛЬ:

- ▶ ИМЕЮЩИМ ТЯЖЁЛЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ПЕЧЕНИ, СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ, ПСИХИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ;
- ▶ ПРИНИМАЮЩИМ СНОТВОРНЫЕ, СЕДАТИВНЫЕ ПРЕПАРАТЫ И АНТИДЕПРЕССАНТЫ;
- ▶ УПРАВЛЯЮЩИМ МЕХАНИЗМАМИ, ТРАНСПОРТНЫМИ СРЕДСТВАМИ;
- ▶ БЕРЕМЕННЫМ И КОРМЯЩИМ ГРУДЬЮ ЖЕНЩИНАМ;
- ▶ В ВОЗРАСТЕ ДО 21 ГОДА.



АЛКОГОЛЬ ВЛИЯЕТ НА СЕРДЦЕ И СОСУДЫ

Алкоголь относится к факторам риска развития артериальной гипертонии. Существует прямая зависимость между количеством употребляемого алкоголя и повышением артериального давления. Прекращение употребления алкоголя приводит к значительному снижению и нормализации артериального давления.

АЛКОГОЛЬ – НЕЙРОТОКСИН

Алкоголь «затормаживает» работу мозга. При злоупотреблении алкоголем снижается интеллект, ухудшаются память и характер, растет вероятность развития деменции (слабоумия).

Страдают от алкоголя и периферические нервы – появляется боль в конечностях, мышцах, нарушение координации движений.

АЛКОГОЛЬ ВЛИЯЕТ НА РЕПРОДУКТИВНУЮ ФУНКЦИЮ

Мужчины, регулярно употребляющие алкоголь, гораздо чаще страдают от эректильной дисфункции и сниженного либидо.

Злоупотребляющие алкогольными напитками женщины подвержены большему риску бесплодия. Поэтому, если вы хотите иметь детей, бросайте пить!

Безопасной дозы алкоголя не существует!



Алкоголь связан примерно с 60 различными заболеваниями, «и практически во всех этих случаях наблюдается прямая взаимосвязь между дозой и ответной реакцией организма — иными словами, чем больше человек выпивает, тем выше риск заболеть» (ВОЗ).

Выполнила: студентка
отделения "лечебное дело"
ВЛАДИМИРОВА
КРИСТИНА

БЕЗОПАСНЫХ ДОЗ НЕ БЫВАЕТ

УЧЕННЫЕ УТВЕРЖДАЮТ, ЧТО ВНЕ
ЗАВИСИМОСТИ ОТ
КОЛИЧЕСТВА ПРИНЯТОГО АЛКОГОЛЯ,
ОН ВСЕ РАВНО
ПАГУБНО ВЛИЯЕТ НА ОРГАНИЗМ
ЧЕЛОВЕКА.



Ты должен знать, что:
100 граммов 40% водки - это:

- 40 ГРАММОВ ЧИСТОГО ЭТИЛОВОГО СПИРТА, ИЛИ
- 2 ПОЛ-ЛИТРОВЫЕ БУТЫЛКИ 5% ПИВА, ИЛИ
- 2 МАЛЕНЬКИЕ БАНКИ (330 МЛ) 7% КОКТЕЙЛЯ, ИЛИ
- 450 МЛ. ВИНА КРЕПОСТЬЮ 9%

Женский алкоголизм –красоты как не бы- вало

Алкоголь достаточ-
но сильно влияет
на женский гор-
мональный фон.
Женственное
лицо становится
мужеподобным, грубеет голос,
движе-
ния теряют свою мягкость и
плавность
У любительниц выпить часто
нарушен
режим дня, отсутствует
здоровое пита-
ние, отчего их волосы и ногти
становят-
ся тусклыми и ломкими.
Накапливается неизвестно
откуда бе-
рущаяся усталость.
алкогольная зависимость у
женщин
увеличивает риск развития
бесплодия и выкидышей



«Мое здоровье в моих руках»

- 1 Если ты стоишь перед выбором, сделай его в пользу здоровья.
- 2 Помни: «силен тот, кто побеждает самого себя».
- 3 Если ты не избавишься от вредных привычек, то они избавятся от тебя!
- 4 Сумел побороть в себе тягу к вредным привычкам, помоги в этом другу.
- 5 Оглянись: вокруг много интересных занятий.
- 6 Хочешь экстрима - займись спортом.
- 7 Не умеешь общаться - учись дружить по-настоящему. Будь честным, искренним, уважай других!
- 8 Нечего делать - ставь перед собой цели и стремись достигать их.