



С 10 июня 16 июня 2024 года проходит Неделя отказа от алкоголя.

Потребление алкоголя в настоящее время является одним из главных факторов смертности трудоспособного населения. По оценке экспертов, с потреблением алкоголя связаны 69% смертей от цирроза печени, 61% от кардиомиопатии и миокардита, 47% от панкреатита. Благодаря принятым мерам, потребление алкоголя в нашей стране снижается. Число пациентов с синдромом зависимости от алкоголя, включая алкогольные психозы, значительно уменьшилось. Не существует безопасных доз алкоголя. Потребление алкоголя – это всегда риск. Нельзя рекомендовать человеку потреблять тот или иной вид алкогольной продукции: безопасный градус – ноль.

Какие изменения произойдут в вашем организме, если вы перестанете употреблять алкоголь:



СРОЧНО!
ПРОЧТИ И ПЕРЕДАЙ!

Через неделю нормализуется сон	Через 2 недели лишний вес начнет уходить
Через 3 недели кровяное давление придет в норму	Через месяц волосы и кожа станут выглядеть здоровее
Через 3 месяца у вас появится много энергии	

Красота & здоровье ✓

10 мифов об алкоголе:

- Миф 1. Алкоголь согревает
- Миф 2. Алкоголь возбуждает аппетит
- Миф 3. Алкоголь снимает стресс
- Миф 4. Алкоголь повышает работоспособность
- Миф 5. Алкоголь понижает давление
- Миф 6. Качественный алкоголь безвреден
- Миф 7. Алкоголь помогает лечить простуду
- Миф 8. Пиво не алкоголь
- Миф 9. В алкоголе нет калорий
- Миф 10. Запивать нельзя, нужно закусывать





ЧЕМ ОПАСЕН АЛКОГОЛЬ

- Способствует возникновению онкологических заболеваний
- Вызывает зависимость
- Способствует развитию сердечно-сосудистых заболеваний
- Увеличивает риск сексуальных расстройств
- Приводит к постепенной деградации личности
- Чрезмерное употребление может привести к травмам и увечьям
- Потребление алкоголя может привести к нарушению правопорядка
- Повышает риск дорожно-транспортных происшествий
- Чрезмерное употребление может привести к летальному исходу

ВРЕД АЛКОГОЛЯ

Алкоголизм – хроническое заболевание, проявляющееся тремя основными симптомами: болезненным влечением к алкоголю, систематическим злоупотреблением алкоголем и алкогольной зависимостью.

Вождение в состоянии алкогольного опьянения повышает риск дорожно-транспортных происшествий.

Потребление всех видов алкоголя вредно для здоровья человека.

Потребление алкоголя способствует развитию сердечно-сосудистых заболеваний.

Потребление алкоголя вызывает онкологические заболевания внутренних органов в том числе печени, почек, головного мозга и кишечника.

Потребление алкоголя может привести к нарушению правопорядка.