



ВЕСТНИК

Печатное средство массовой информации
Думы Сладковского сельского поселения и Администрации Сладковского сельского поселения.
Распространяется бесплатно.



ГЛАВНЫЙ ФАКТОР ВЫРОЖДЕНИЯ

*«Никакое богатство не сможет перекупить
влияние обнародованной мысли»*

А.С. Пушкин

Многие из нас с детства помнят разговоры о том, что алкоголь вреден для печени, иногда даже можно вспомнить что-то о вреде для сердца. Но о том, что любое спиртное очень пагубно влияет на репродуктивную систему человека, нам говорили и говорят очень и очень редко.

Для многих из нас это просто открытие. А ведь именно здоровое потомство – это то, что приносит счастье отдельно взятой семье, и стабильное процветание всему государству. И потому знать эту правду нужно без преувеличения каждому из нас!

Алкоголь даже в малых дозах повреждает мембраны клеток, деформирует их, разрушая естественную жировую оболочку, которой покрыты любые клетки. Мы все хорошо знаем, что если нужно что-то обезжирить – достаточно протереть это спиртом. Тот же процесс происходит и внутри организма человека, внутри сосудов и органов. Алкоголь, разрушая оболочку клетки, проникает внутрь, вызывая деструктивные процессы в самой клетке, а также позволяет проникнуть в клетку любым ядам и токсинам из загрязненной окружающей среды. Самое страшное, когда это происходит с женскими половыми клетками: яйцеклетками. Именно из таких поврежденных спиртом яйцеклеток рождаются дети с физическими и умственными отклонениями, врожденными уродствами и неизлечимыми болезнями. В отличие от многих других клеток человеческого организма, например, клеток кожи, яйцеклетки не обновляются. С рождения у девочки существует готовый их запас, который постепенно активизируется в момент полового созревания и остается активным во время всего репродуктивного возраста. И этот запас на протяжении всей жизни уже не пополняется! Неизвестно, какую яйцеклетку выберет сперматозоид в момент оплодотворения: поврежденную алкоголем, или

здоровую. И чем чаще девушка или женщина употребляет спиртное, тем меньше у нее шансов родить здорового ребенка – здоровых яйцеклеток в организме остается все меньше, тогда как вероятность оплодотворения поврежденной яйцеклетки возрастает.

В каждой клетке нашего организма находится 46 хромосом, в половых клетках – по 23 хромосомы. При соединении мужской и женской половых клеток создается новая соматическая клетка – новая жизнь. Еще в древности люди заметили, что употребление вина молодыми супругами часто приводило к рождению неполноценных детей. Долгое время считалось, что виновата во всем будущая мать, и потому запреты употреблять вино распространялись преимущественно на женщин. Например, в Древней Индии женщинам категорически запрещалось пить вино. Рискнувшим нарушить этот запрет выжигали раскаленным металлом на лбу клеймо – пресловутую бутылку. И в наше время многие также считают, что мужчинам выпивать можно – им же не рожать. Но сейчас наукой это заблуждение полностью развеяно! Дело в том, что в семенниках мужчин, в их сперматогенном эпителии происходит от трех до десяти миллионов делений клеток в день. Сперматогенный эпителий – это самая быстро делящаяся ткань в организме мужчины. И поскольку максимум своего негативного воздействия в организме алкоголь проявляет именно в отношении делящихся клеток, именно сперматозоиды в первую очередь подвергаются его мутагенному воздействию. В неделящемся сперматозоиде хромосомы хранятся в виде хромонем с очень высокой степенью защищенности ДНК за счет многократной свёрнутости и покрытости несколькими оболочками.

Перед делением клетки её ДНК должна удвоиться. Для этого белки, обслуживающие ДНК, разворачивают, распаковывают её. В таком виде ДНК представляет собой двойную спираль, доступную для этих специальных служебных белков, создающих её точную копию. Но также именно в этот момент ДНК становится и гораздо более уязвима для алкоголя (сильнейшего мутагена). За счет того, что хромосомы перед

делением расплелись, они очень уязвимы и любые мутагенные факторы действуют гораздо легче на расплетённую ДНК, чем на плотно свернутую и защищенную. Существует закономерность: чем чаще клетки делятся в присутствии мутагенов, тем больше генов повреждается. Именно из-за этого категорически запрещено беременной женщине употреблять алкоголь и курить – ведь каждая клетка растущего в женском организме ребенка делится в среднем около 40 раз(!). После выпивки алкоголь из крови человека уходит примерно через день, но в некоторых внутренних органах с особой биохимической структурой, таких как мозг, поджелудочная железа, печень и половые органы (яичники и семенники), – алкоголь будет держаться минимум 25 дней(!). Срок сборки одного сперматозоида равен 72 дням. За один день в семенниках мужчины происходит примерно пять миллионов делений клеток сперматогенного эпителия, а за 25 дней (пока алкоголь-мутаген присутствует) произойдёт около 125 миллионов делений клеток. В присутствии алкоголя практически все поделившиеся клетки будут серьезно повреждены. В свою очередь, эти поврежденные клетки будут делиться и дальше, увеличивая число неполноценных сперматозоидов.

Если мужчина регулярно употребляет алкоголь, то через несколько лет в его семенниках большинство сперматозоидов будут поврежденными.

К сожалению, такой человек САМ уменьшает свои шансы дать здоровое полноценное потомство.

Именно по этой причине алкоголь называют генетическим оружием. Оружием, которым уже уничтожили не один народ в нашем мире. Например, народ североамериканских индейцев практически уничтожен именно алкоголем: в родной стране остатки этого в прошлом многочисленного и сильного народа живут в нескольких жалких резервациях, где процветает бедность и все тот же алкоголизм. И также были уничтожены несколько малых народов Крайнего севера на территории России. Если мы не поймем эти трагические примеры из истории, не сделаем правильные выводы, не вернемся к своим изначальным здоровым и абсолютно трезвым традициям, веками существовавшим в народах, живущих сейчас на территории России, Россиян может постигнуть та же печальная участь, что и эти навсегда ушедшие в историю народы.

«Бедность и преступление, нервные и психические болезни, вырождение потомства — вот что делает алкоголь.»

В.М. Бехтерев.

На данный момент в нашей стране алкоголь стал главной причиной вырождения россиян: огромное число детей рождаются больными, с врожденными уродствами, отставанием в умственном развитии. Спиртное вошло в жизнь, быт людей, усыпив бдительность. Страшный мутагенный наркотик мы стали считать продуктом питания, без которого не обходится ни одно застолье. Единственное что радует, так это то, что все больше людей в России, особенно молодежи переходят на естественно трезвый образ жизни, полностью отказываясь от употребления этого яда, и доказывая личным

примером себе и окружающим, что именно в трезвом состоянии перед человеком открывается возможность быть по-настоящему успешным и счастливым во всех сферах жизни.

НЕСКОЛЬКО СЛОВ О ПИВЕ

*«Не СПИД, не туберкулез погубят Россию,
а пивной алкоголизм среди юного поколения».*

главный санитарный врач РФ

Геннадий Онищенко

Среди всего разнообразия алкогольных изделий именно пиво оказывает наиболее негативное влияние на гормональную систему человека. К сути этого явления официальная наука вплотную подобралась только в конце двадцатого века. Оказалось, что в «шишечках» хмеля, используемых для придания пиву специфического горьковатого вкуса, содержится

8-прениларингенин (8-ПН) – вещество, относящиеся к классу фито-эстрогенов («фито» – растение, «эстроген» – женский половой гормон).

Подобные соединения находят и в некоторых других растениях, например, в красном клевере, люцерне. Народная медицина давно знала об этом явлении, и поэтому пастухи тщательно следили, чтобы скот не потреблял слишком много таких растений. В противном случае это грозит бесплодием, что и наблюдалось, например, в Австралии у овец при их выпасе исключительно на красном клевере. Однако следует отметить, что 8-ПН превосходит по своей гормональной силе все остальные фито-эстрогены в 10-100 раз и приближается по активности к человеческому гормону – эстрогену.

Если говорить о различиях между мужчиной и женщиной, то они в первую очередь определяются тем, что в организме мужчины вырабатывается мужской гормон (тестостерон), а в организме женщины – женский (эстроген). Именно действие этих веществ определяет не только внешнее отличие мужчины от женщины (без них внутренние и внешние половые органы вообще не формируются), но дает мужчине большую мышечную силу, соответствующую фигуру, растительность на лице, мужской голос и характер, а женщине – женскую фигуру, отсутствие волос на лице, более мягкий голос и женский характер.

Если человек начинает принимать несвойственный ему гормон, то его облик, голос, характер стремительно меняются. Важной особенностью гормонов является их высокая активность даже в низких концентрациях.

Что дает пиво мужчине? Мужчина, потребляя пиво, в существенной степени замещает в собственном организме мужской гормон на женский. Раньше мужской гормон давал ему активность, волевые качества, стремление к победе, желание лидировать, а теперь мы получаем безвольное, апатичное существо промежуточного рода, способное лишь

лежать на диване и тупо смотреть в телевизор. Далее могут появиться раздражительность и стервозность.

Фигура такого «существа» тоже меняется – расширяется таз, жир откладывает-ся по женскому типу – на бедрах. Мышцы живота слабеют, и появляется «пивной живот». Разрастаются грудные железы; теперь, заплывшие жиром, они болтаются впереди, интересным образом дополняя облик этого «мужчины». По некоторым данным, в запущенных случаях из этих грудей начинает сочиться молозиво.

Сердце при этом заметно увеличивается в размерах, его стенки становятся более тонкими и дряблыми, снаружи оно зарастает жиром. Развивается ишемическая болезнь сердца и увеличивается риск инфаркта, физические нагрузки переносятся все более и более тяжело, появляется отдышка. Врачи называют этот синдром «пивное» или «баварское» сердце. Все более проблематичным становится выполнение мужских обязанностей, постепенно развивается импотенция, влечение к женщине заменяется влечением к алкоголю. Таким образом подтверждаются слова первого рейхсканцлера Германии Бисмарка: «От пива делаются ленивыми, глупыми и бессильными» (имеется в виду мужское бессилие).

Что дает пиво женщине? Женский организм работает в чем-то даже сложнее и изящнее мужского, в нем каждый месяц гормональный фон существенным образом меняется, и вторжение в этот тонкий механизм введением фито-эстрогенов или других гормональных препаратов грозит серьезными последствиями вплоть до бесплодия (как у овец в Австралии). В нормальном состоянии организм женщины сам вырабатывает столько эстрогена, сколько ей в данный момент нужно. Если женщина пьет пиво и таким образом вводит в свой организм дополнительное количество женского гормона, то это может приводить, как показано в опытах на крысах, к увеличению матки, разрастанию тканей матки и влагалища, выделению излишнего секрета и слизи в фаллопиевых трубах, нарушению менструального цикла. Все это ставит под вопрос пригодность такой женщины для продолжения рода. Действие хмеля на женщин было давно известно: их старались не привлекать для сборки «шишечек» хмеля на плантациях, поскольку при такой работе у большинства женщин вскоре открывалось кровотечение вне зависимости от внутреннего месячного цикла.

Если у мужчин потребление пива снижает влечение к противоположному полу, то у женщин наоборот увеличивает, что вносит дисгармонию в семейные отношения. Особенно грустно наблюдать девушку с бутылкой пива в одной руке и сигаретой в другой, висающую на каком-нибудь парне на виду у прохожих. Это можно назвать синдромом «кошачьей течки», когда половое влечение у девушки настолько увеличено, что она уже теряет присущую ей скромность и начинает играть активную, доминирующую роль, навязываясь парню. (Стоит отметить, что и в табачном дыме обнаружен целый спектр фито-эстрогенов; например, у мужчин курение также ведет к импотенции, развивающейся в течение 10-20 лет). Это состояние в психике девушки является помешательством, когда разум уже не в состоянии контролировать

гипертрофированное желание. К сожалению, девушки иногда принимают это за норму и не подозревают о причинах этого психического расстройства – пиве, курении и сопутствующей рекламе, навязывающий соответствующий стиль жизни и поведения. Но это далеко не все результаты употребления девушкой пива. Для любой представительницы прекрасной половины человечества будет крайне важно узнать, что чаще всего именно от пива (особенно в сочетании с курением) у девушек и женщин начинают расти усы, обвисает грудь, постепенно сужается таз и теряют форму ягодицы. То есть гормональные разрушения в женском организме довольно быстро отражаются и на внешности: девушка теряет привлекательность, женственность, ее внешность становится мужланистой, а характер жестким и агрессивным. При этом дисфункция внутренних половых органов (матки) часто приводит просто к бесплодию.

Интересно отметить, что в странах Западной Европы потребление пива постепенно снижается, даже в Германии и Бельгии, но производство при этом растет. Излишки этого «плебейского пойла» (а именно так пиво называли в Древнем Риме, где сами римские граждане его не пили, а смердов, напивающихся пивом, презирали, считая скотиной) сливают в страны третьего мира, приправляя это обильной явной и скрытой рекламой, и превращая людей в деградантов.

Любое спиртное ведет к гормональным нарушениям у мужчин и женщин, поскольку с течением времени алкоголь угнетает функции и приводит к перерождению тканей семенников, яичников, надпочечников и печени, т.е. органов, регулирующих гормональный фон человека. Вместе с тем, первый удар алкоголь наносит по мозгу, убивая его клетки и нарушая в первую очередь самые тонкие функции коры головного мозга.

У одних людей употребление алкоголя влечет быстрое разрушение здоровья: ослабление иммунитета, памяти, расстройство в работе практически всех органов и функций организма. У других – к быстрой морально-нравственной деградации, когда человек утрачивает разум, а вместе с ним порядочность, социальную ответственность, хорошие человеческие качества, понимание как можно поступать, а как нельзя. Часто происходит и то и другое одновременно. И человек перестает уже быть человеком, превращаясь даже не в животное, а в некое неадекватное существо, приносящее всем вокруг и себе самому только беды, несчастье, страдания. Это тот самый результат, к которому неминуемо приводит употребление любых наркотиков, в данном случае этого хитрого, пока еще легализованного наркотика – алкоголя, который люди по незнанию считают продуктом питания, без которого не обходится ни одно застолье, ни один праздник. Но очень хочется верить, что многие наши соотечественники вдохновятся прекратить это добровольное безумие – употребление спиртного, и перейти на естественно трезвый образ жизни, когда хорошее настроение, радость, веселье, теплое дружеское общение приходит в результате правильной этики, развития добродетельных качеств характера, взаимозаботы, взаимослужения и внимания друг к другу.

Именно это приносит самый большой вкус в жизни. И все это возможно только на фундаменте абсолютной трезвости.

По материалам книги Ивана Клименко «Горькая правда о пиве».

ЭТО НУЖНО ЗНАТЬ КАЖДОМУ

Мы с детства слышим от родителей и учителей, что курить и пить алкоголь вредно. Об этом предупреждает нас Минздрав еле заметными буквами под каждой рекламой сигарет и спиртного. Об этом как-бы говорят.

И при этом продолжают. Продолжают, как минимум, «умеренно» выпивать, продолжают курить.. А понимаем ли мы, в чем же тот самый вред, предупреждения о котором уже набили оскомину, и вызывают чаще всего полное безразличие?

Похоже, к большому сожалению, нет. А надо бы.

Особенно больно видеть, как молодые люди из-за элементарного незнания, введенные в заблуждение интенсивной рекламой откровенно вредных веществ, находясь в так называемой «современной культурной среде», пропитанной явной и скрытой пропагандой половой распушенности, потребительского настроения и употребления интоксикаций, разрушают свое здоровье и свою судьбу. Больно видеть, как молодые девушки в результате пропаганды половых отношений подсаживаются на гормональные контрацептивы и разрушают свою гормональную систему, становясь бесплодными или неспособными родить здорового ребенка. Как молодежь в целом, привыкая с подросткового и даже детского возраста к алкоголю и курению, уже к 20-25 годам настолько подрывают свое здоровье, разрушают психику и нравственный облик, что уже не способны быть нормальными трудоспособными гражданами и ответственными родителями. И самое страшное, что сейчас в нашей стране все это имеет массовый характер.

Сейчас в России особенно актуально и важно рассказать людям правду об алкоголе и курении. Почти все выходящие в прокат художественные фильмы и появляющиеся на телевидении телесериалы пестрят сценами курения и употребления спиртного. Причем делают это именно положительные герои, с которых дается подсознательный посыл брать пример. Не секрет, что появление на экране курящих и пьющих алкоголь героев проплачено производителями сигарет и спиртных изделий. Но и это еще не все. Например, в ближайшее время одна из крупнейших в мире зарубежных пивоваренных компаний, которой принадлежат несколько самых популярных в нашей стране брендов пива, запускает в России специально разработанную с учетом психологии взрослого человека и подростка программу для школ под названием «Семейный разговор», в соответствии с которой специально обученные психологи будут ходить по школам и объяснять детям, что алкоголь с медицинской точки зрения – это расслабляющее средство, но «употреблять его

надо ответственно». В брошюре, изданной для этой программы, пишут буквально следующее: «Употребляйте алкоголь ответственно: чтобы приятно провести время с друзьями или отметить какое-нибудь событие», «попытки представить алкоголь как зло могут привести к негативным последствиям», «с медицинской точки зрения алкоголь – успокоительное средство», из примера-диалога матери и дочери в той же брошюре: «Ничего страшного, если взрослые выпьют немного», «когда ты вырастешь, если тебе захочется выпить, поступай разумно и не пей слишком много». Все это явный и скрытый посыл к тому, чтобы подтолкнуть людей, особенно подростков к употреблению алкоголя. Поэтому сейчас, в преддверии этой очередной диверсии, как никогда необходимо дать молодежи и всем людям правдивую и достоверную информацию.

Правду об алкоголе сказали уже давно, и сказали известнейшие ученые, врачи, писатели, чей авторитет неоспорим. Еще в 1915 году XI-й Пироговский съезд русских врачей принял резолюцию: «Алкоголь не может быть отнесен к питательным средствам, с чем необходимо ознакомить население».

Для примера несколько таких высказываний:

«Нет во всём организме человека ни одного органа, ни одной ткани, ни одной составной части, которая не испытывала бы на себе пагубного влияния алкоголя». Н.Е. Введенский.

«Спирт так же консервирует душу и ум пьяницы, как он консервирует анатомические препараты». Л.Н.Толстой.

«Доказано, что даже малые дозы алкоголя ослабляют умственные способности». В.М. Бехтерев

«Принять что-либо за мерку безвредного употребления алкоголя совершенно невозможно, ибо действие его на разных органах и на разных деятельности организма сказывается не одновременно, а на самом высшем органе, органе самоопределения, головном мозгу, алкоголь уже в небольших дозах обнаруживает быстро своё парализующее влияние. Впрочем, многие из прибегающих к алкоголю бессознательно или сознательно этого и добиваются. Итак, говорить о норме или безвредности употребления спиртных напитков совершенно не приходится». Н.Е. Введенский.

«Бедность и преступление, нервные и психические болезни, вырождение потомства — вот что делает алкоголь». В.М. Бехтерев.

«Опьянение есть истинное безумие, оно нас лишает наших способностей». Солон.

«Опьянение есть добровольное сумасшествие». Аристотель.

«Девять десятых преступлений, пятнающих человечество, совершено по вине алкоголя». Л. Н. Толстой.

«Из всех пороков пьянство более других несовместимо с величием духа». Вальтер Скотт.

«Вино скотинит и зверит человека, ожесточает его и отвлекает от светлых мыслей, тупит его». Ф. М. Достоевский.

«Алкоголь разрушает здоровье человека не только тем, что отравляет организм; он предрасполагает пьющего ко всем другим заболеваниям». Н. А. Семашко.

«Пьяный человек – не человек, ибо он потерял то, что отличает человека от скотины – разум. Пьянство унижает человека, отнимает у него разум, по крайней мере на время, и в конце концов превращает его в животное». Ж.-Ж. Руссо.

«Алкоголь – зло никак не меньше, чем любые другие наркотики. Любая доза алкоголя сокращает сосуды мозга. Эритроциты перестают туда попадать, и клетки мозга через какое-то время погибают. В результате, даже после умеренного потребления спиртного в мозгу человека остается целое кладбище из погибших нервных клеток. А через несколько лет мозг у него сморщивается, уменьшается в объеме. Так что алкоголь – это настоящий яд». Ф. Г. Углов

«Наукой доказано и опытом жизни подтверждается что спирт или алкоголь, есть яд разрушительно действующий на всякую клетку. Первым под удар попадает головной мозг: человек пьянеет потому что алкоголь отравляет его мозг. Под влиянием алкоголя постепенно наступают стойкие болезненные изменения в клетках мозга, который резко тогда отличается от мозга человека непившего. Мозговые оболочки его мутны, внутри мозга много воды, мозговые извилины уже обыкновенных. Поэтому умственные способности постепенно понижаются. Алкоголь является главной причиной мозговых кровоизлияний. Под влиянием алкоголя рабочая мышца сердца перерождается, часть ее заменяется жиром поэтому сердце становится дряблым и слабым. При вскрытии трупов лиц, при жизни умеренно пивших, находят все обычные при алкоголе изменения в органах». (Из книги «Народные заблуждения и научная правда об алкоголе»). Николай Типугин.

Согласно ГОСТу, этиловый спирт – это «легковоспламеняющаяся бесцветная жидкость с характерным запахом, относится к сильнодействующим наркотикам, вызывающим сначала возбуждение, а затем паралич нервной системы» (ГОСТ 18300-72).

Нет в человеческом организме ни одного органа, который бы не разрушался алкоголем. Но самые сильные изменения и в самую первую очередь наступают в головном мозге. Именно там этот яд имеет свойство накапливаться. После приёма кружки пива, стакана вина, 100 граммов водки — содержащийся в них спирт всасывается в кровь, с кровотоком идёт в мозг и у человека начинается процесс интенсивного разрушения коры головного мозга. Медицина уже 300 лет диагностирует алкоголь, как наркотический нейротропный и протоплазматический (протоплазма — живое вещество, содержимое живой клетки — её цитоплазма и ядро) яд, то есть яд, действующий и на нервную систему, и на все органы человека; яд, разрушающий их структуру на клеточном и молекулярном уровнях.

Как известно, спирт — это хороший растворитель. Как растворитель он широко применяется в промышленности при изготовлении лаков, политуры, в ряде химических производств для синтеза красок, синтетического каучука и прочего. Он прекрасно растворяет жир. Поэтому спирт в технике применяют для обезжиривания поверхности. Но попав в кровь, спирт и там себя ведёт как растворитель!

Что происходит, когда спиртное попадает через желудок и кишечник в кровь? В обычном состоянии внешняя поверхность эритроцитов покрыта защитной оболочкой, которая при трении о стенки сосудов электризуется. Каждый из эритроцитов несёт на себе однополярный отрицательный заряд, поэтому они имеют изначальное свойство отталкиваться друг от друга. Спиртосодержащая жидкость удаляет этот защитный слой и снимает электрическое напряжение. В результате эритроциты вместо того, чтобы отталкиваться, начинают слипаться.

Человеческий мозг состоит из 15 миллиардов нервных клеток (нейронов). Каждую нервную клеточку питает кровью свой микрокапилляр. Этот микрокапилляр настолько тоненький, что для нормального питания данного нейрона эритроциты могут проходить только в один ряд.

Но когда к основанию микрокапилляра подходит алкогольная склейка эритроцитов, то она его закупоривает, проходит 7 — 9 минут и очередная мозговая клетка человека навсегда и безвозвратно погибает.

После каждой так называемой «умеренной» выпивки у человека в голове появляется новое кладбище погибших нейронов. И когда врачи-патологоанатомы вскрывают череп любого так называемого умеренно пившего сморщенный мозг, мозг меньший в объёме и вся поверхность коры головного мозга в микро-рубцах, микро-язвах, выпадах структур. Это всё участки мозга, разрушенные алкоголем. Коварство алкоголя усиливается ещё и тем, что организм молодого человека обладает значительным, приблизительно десятикратным запасом капилляров. То есть, в каждый момент функционирует лишь около 10% всех капилляров. Поэтому алкогольные нарушения кровеносной системы и их последствия проявляются в молодости не столь явно, как в более поздние годы.

Однако со временем «запас» капилляров постепенно исчерпывается, и последствия отравления алкоголем становятся всё более ощутимыми. При современном уровне употребления алкоголя «средний» в этом отношении мужчина «вдруг» сталкивается с самыми различными недугами в возрасте около 30 лет. Чаще всего — это болезни желудка, печени, сердечно-сосудистой системы. Неврозы, расстройства в половой сфере. Впрочем, болезни могут быть самыми неожиданными: ведь действие алкоголя универсально, он поражает все органы и системы человеческого организма. Некоторые учёные считают, что после 100 грамм водки навсегда отмирают не менее 8 тысяч активно работающих клеток, главным образом, половых клеток и клеток головного мозга. Таким образом алкоголь это как бы и невидимое, но очень мощное оружие, направленное на то, чтобы лишить человека разума. А если пьёт целый народ, как российский народ загнали в эту пропасть пьянства, то это значит лишить разума и весь народ и превратить людей из людей разумных, творческих, мыслящих, нацеленных вперёд — в просто двуногое рабочее стадо.

Любой наркотик разрушает не только физическое здоровье человека, он разрушает нравственное начало, наличие которого и делает человека человеком.

Наркотики разрушают разум, лишая возможности отличать плохое от хорошего, делать правильный выбор, проявлять ответственность, доброту, заботу, уважение и другие хорошие качества, ставить благородные цели и достигать их.

Парадоксальность и трагичность ситуации в России в том, что наркотическое вещество – алкоголь – совершенно свободно продается, рекламируется, причем как явно, так и скрыто – через так называемые «научные исследования», «доказывающие» безвредность и даже пользу некоторых видов спиртного. И в обществе нет должного убеждения, понимания всего зла, приходящего от алкоголя.

По статистике, нет НИ ОДНОГО наркомана, который бы сразу стал принимать тяжелые наркотики, не имея стажа употребления спиртного и курения. То есть наркомания – это естественное следствие дальнейшего погружения человека в наркотическое безумие, когда извращенного удовольствия от алкогольного опьянения уже не хватает, и требуется что-то «покрепче».

Для того, чтобы решить все выше обозначенные вопросы, в России сейчас действует негосударственный, некоммерческий и нерелигиозный волонтерский проект «Общее Дело», цель которого – донести правдивую информацию о том, что такое на самом деле спиртное и сигареты до самой широкой общественности, и вдохновить людей на естественную трезвость и здоровый образ жизни.

Десять фактов об алкоголе, которые вам нужно знать!

Если вы до сих пор пребываете в полной уверенности, что выпивать после работы совсем не вредно, а даже в известном смысле полезно, то этот пост для вас. Попробуйте более серьезно отнестись к своей красоте и молодости. А некоторые факты, о которых вы, может быть, и догадываетесь, помогут вам сделать осознанный выбор.

1. Алкоголь вызывает не только краткосрочный эффект, он может вызвать и долгосрочные изменения в здоровье. Алкоголь – это не эмоциональная разрядка и релакс после напряженного рабочего дня. Выпивая постоянно, вы потихоньку разрушаете свой организм. В частности, совсем скоро вы заметите проблемы с печенью, кроме этого, со временем ухудшается память, концентрация внимания, четкость действий. Хотите ли вы через несколько лет иметь заторможенную реакцию и плохое самочувствие?

2. Даже капля алкоголя может изменить ваши действия. Вы не знали об этом? Не стакан, и не рюмка, а просто капля может повлиять на физические и умственные кондиции (оказывается, убивает не только капля никотина). Так что, не

обольщайтесь, опьянение имеет разные формы, и это необязательно неровная походка.

3. Если вы принимаете лекарства, алкоголь особенно опасен. Никогда не забывайте об этом! Серьезные побочные явления возникают, к примеру, от микса алкоголя с таблетками для нормализации кровяного давления. Бывают и страшные случаи. Поэтому, всегда, даже если инструкция к лекарству ни о чем не предупреждает, не мешайте лекарственные препараты и алкоголь.

4. У женщин алкоголь всасывается в кровь быстрее, чем у мужчин. Да, мужчины усваивают алкоголь несколько медленнее. Поэтому приравнивать мужские и женские дозы нельзя.

5. Женщины также умирают от цирроза печени. В последнее время эта статистика становится особенно тревожной. Если раньше это заболевание считалось чисто мужским, то сегодня показатели женской и мужской смертности от цирроза печени сравниваются. Умирающие алкоголики – это не только мужчины, помните об этом.

6. Срок действия алкоголя длительнее, чем вы думаете. Иногда, даже после одной дозы алкоголя, его действие продолжается и 12, и даже 18 часов после употребления. Даже сон не всегда нивелирует действие алкоголя полностью.

7. Молодежь пьет всё больше. Особенно эта статистика стала касаться студентов, а не только молодежи их неблагополучных семей. Среди молодых также высок процент смертности от потребления алкоголя, а большинство травм студентов и молодежи напрямую связаны с потреблением спиртного.

8. Почти половина всех вызовов скорой медицинской помощи, так или иначе, связана с потреблением алкоголя. Задумайтесь, сколько травм и обострений болезней можно было бы избежать, если не возлияния. Поэтому, стоит ли поощрять, когда пьют знакомые, коллеги, родные? А самый «пьяный» день у женщин, оказывается, — пятница. Не утешает и тот факт, что и в другие дни недели женщины пьют достаточно много.

9. Алкоголь – частый спутник изнасилований. Это удивительно, но статистика неумолима. Причем, употребление алкоголя в некоторых случаях наблюдается не только у насильника, но и у жертвы. Статистика говорит, что приличный процент изнасилований происходит на свидании, при знакомстве, в незнакомой компании. Другая проблема – наркотики, и, как следует из исследований, она также часто связана с потреблением алкоголя. Про курение тоже напоминать излишне. Почти 90% пьющих женщин курят.

10. Депрессия и алкоголь. Алкоголь – не успокоительное, никогда он никого не вылечил. А только усугубил тяжелое душевное состояние или психологическую травму. Депрессивные состояния лечатся, только не алкоголем.