

ПОРА ОТКРЫТЬ ГЛАЗА



Для пьянства есть
Такие поводы:
Поминки, праздник,
Встреча, проводы,
Крестины, свадьба и развод,
Мороз, охота, Новый год,
Выздоровленье, новоселье,
Печаль, раскаянье, веселье,
Успех, награда, новый чин,
И просто пьянство –
без причин.

Р.Бёрнс

Все дети любят праздники и отмечают их вместе со взрослыми, за большим праздничным столом. Все застолья, традиционно сопровождаются большим количеством разнообразных спиртных напитков. В детском сознании алкоголь начинает ассоциироваться с атмосферой праздника и веселья.

*Ребёнок учится тому,
Что видит у себя в дому,
Родители пример ему.
Кто при жене и детях груб,
Кому язык распутства люб,
Пусть помнит,
Что с лихвой получит
От них всё то, чему их учит.
Там где аббат не враг вина,
Вся братия пьяным-пьяна.
Не волк воспитывал овец,
Походку раку дал отец.
Коль видят нас и слышат дети,
Мы за дела свои в ответе.
И за слова... Легко толкнуть
Детей на нехороший путь.
Держи в приличии свой дом,
Чтобы не каяться потом.*

С.Брант



**ТРЕЗВОСТЬ
РОДИТЕЛЕЙ –
здоровье
ДЕТЕЙ!**

Государственное учреждение
«Минский зональный центр гигиены и эпидемиологии»

Дети и алкоголь

Родителям на заметку



Минский район

Как уберечь ребенка от алкоголя?

Влияние алкоголя на детский организм

Головной мозг в молодом возрасте отличается повышенной восприимчивостью к этанолу. Итог – замедление интеллектуального развития, ухудшение обучаемости, снижение качества памяти и другие негативные эффекты.

Психика. Интенсивное влияние алкоголя на гормональный фон растущего организма – причина различных изменений в поведении и психике. Отмечается повышение агрессивности, снижение концентрации внимания и повышение самомнения подростка, снижение эмоциональной устойчивости и резкие перепады настроения.

Наилучшая профилактика употребления спиртного – правильное воспитание. Запрет не всегда является эффективной мерой. В ряде случаев неаргументированное табу на определенные действия только подогревает к ним интерес.

Пищеварительная система. В первую очередь страдает печень. В подростковом возрасте при регулярном употреблении алкоголя существует высокий риск развития цирроза. Неизбежное последствие – нарушение усвоения углеводов и белков, общее снижение качества переваривания пищи.

Сердечно-сосудистая система. Постоянное колебание состояния сосудов, от расширения сразу после приема алкоголя, до сильного их сужения во время усвоения и вывода этанола, приводит к возникновению систематических головных болей, скачкам давления, а в перспективе – снижению прочности стенок сосудов и риску кровоизлияний (инсульт).

Алкоголь приводит к снижению защитных сил. Ослабленный иммунитет делает ребенка более восприимчивым ко всем видам инфекций, а процесс выздоровления – значительно более продолжительным.

В семье, где родители пьют, советы, и убеждения не подействуют на сына или дочь, что, скорее всего, приведёт к повторению за родителями. Но в семьях, не пьющих, дети будут прислушиваться к советам родителей, и получать знания об алкоголе от них, а не от друзей на улице.

Хороший способ защитить ребёнка от алкоголя – это найти ему увлекательное хобби, хорошо, если оно окажется семейным: походы с семьёй в выходные дни или рыбалка на озере, занятия в спортивных или художественных секциях.

Развивайте у ребёнка позитивные установки и представления о себе, необходимые для принятия ответственных личных решений, связанных с приёмом психоактивных веществ.

