

DZIEŃ TRZEŹWOCY

- 15.04.2021 r.

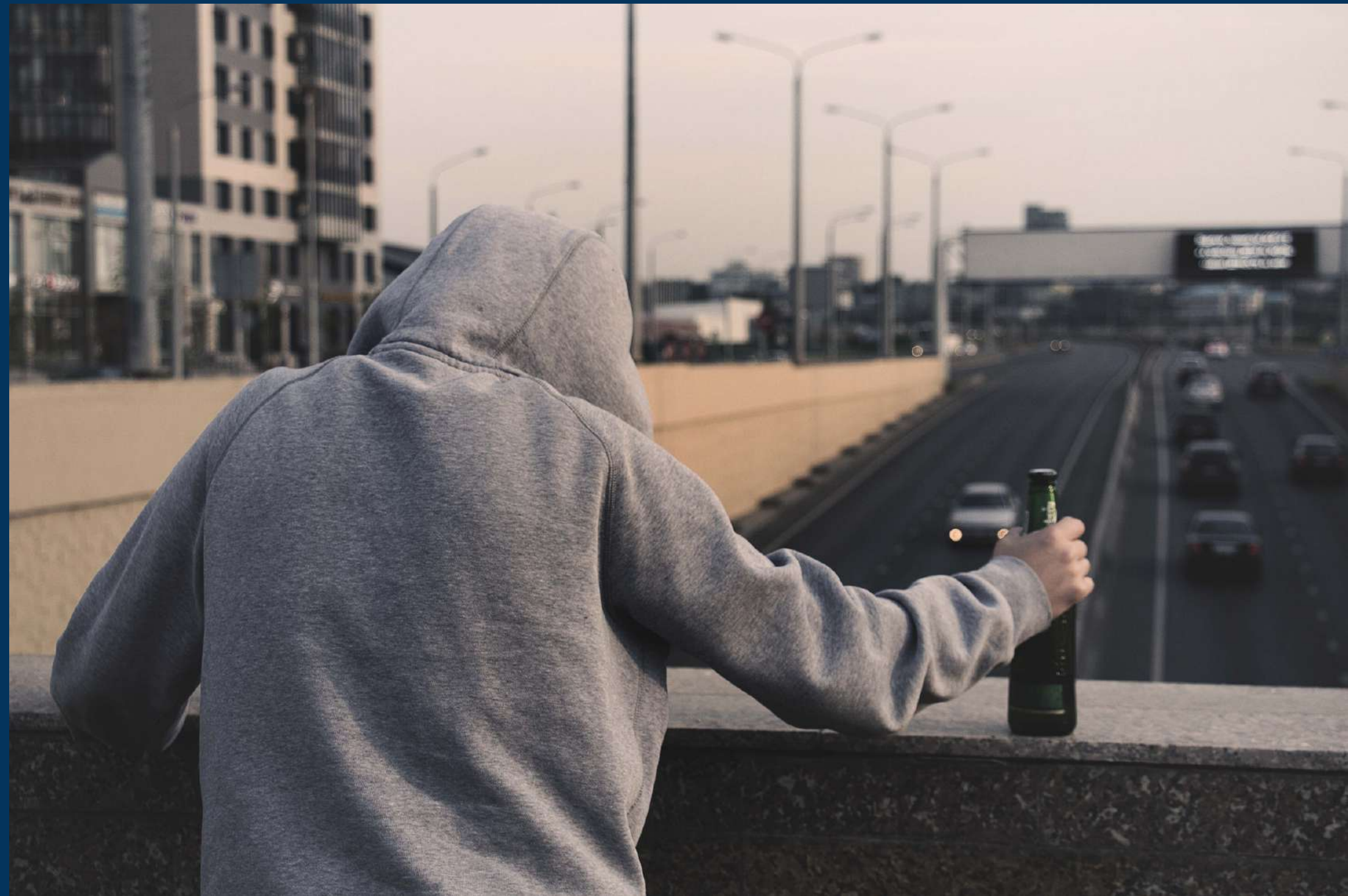
Opracowanie:
Barbara Magalska



W CZASIE TEGO DNIA NALEŻY
PRZYPOMINAĆ, ŻE ALKOHOLIZM
A WŁAŚCIWIE ZESPÓŁ
UZALEŻNIENIA OD ALKOHOLU,
TO JEDNA Z NAJBARDZIEJ
DOTKLIWYCH FORM PATOLOGII



OD LAT OBNIŻA SIĘ WIEK INICJACJI ALKOHÓLOWEJ MŁODYCH LUDZI



**NALEŻY PAMIĘTAĆ, ŻE IM
WCZEŚNIEJSZA INICJACJA,
TYM WIĘKSZE RYZYKO
UZALEŻNIENIA**



DLACZEGO MŁODZI LUDZIE SIĘGAJĄ PO ALKOHOL?

- by dzięki niemu przełamywać nieśmiałość,
- dobrze się bawić,
- przynależność do pewnej grupy,
- utożsamiają spożywanie alkoholu z dorosłością,
- powielają wzorce spożywania alkoholu z domu rodzinnego.



DOROŚLI PIJĄC CHCĄ:

- zapomnieć o problemach,
- odciąć się od świata,
- zmniejszyć ból fizyczny.

**NIESTETY NA PEWNYM
ETAPIE DOCHODZI
DO UZALEŻNIENIA.**



DZIECKO, KTÓRE EGZYSTUJE W RODZINIE ALKOHOLOWEJ POZBAWIONE JEST NAJWAŻNIEJSZYCH WALORÓW WYCHOWAWCZYCH:

- poczucia bezpieczeństwa,**
- miłości**
- uznania,**
- kontaktu emocjonalnego.**



Do negatywnych skutków nadmiernego spożycia alkoholu należą:

- przemoc i agresja (bójki, pobicia, rozboje, w stadium uzależnienia kradzieże dla zdobycia pieniędzy na alkohol),
- osłabienie wewnętrznych hamulców emocjonalnych (zachowania ryzykowne, niebezpieczne dla życia i zdrowia, przypadkowe kontakty seksualne, choroby przenoszone drogą płciową, niechciane ciążę),
- niewydolność oraz rozkład rodzin (zaburzenia podstawowych ról w rodzinie, przemoc w rodzinie, cierpienie psychiczne dzieci),

Do negatywnych skutków nadmiernego spożycia alkoholu należą także:

- zdarzenia drogowe, śmiertelne wypadki w ruchu drogowym, urazy, wypadki ,
- szkody o charakterze zdrowotnym (rozwój innych chorób fizycznych i psychicznych),
- szkody emocjonalne (zaniżone poczucie własnej wartości, lęki, fobie, myśli samobójcze),
- ekonomicznym (absencja w pracy, brak środków do życia) i wiele innych.

BĄDŹ Z DAŁA OD ALKOHOLU!

Picie alkoholu w okresie dojrzewania
może spowodować nieodwracalne
szkody w Twoim organizmie!



**NAWET NIEWIELKA ILOŚĆ ALKOHOLU
WYPITA W CZASIE CIĄŻY STANOWI
ZAGROŻENIE DLA ROZWOJU PŁODU**

**WYBIERZ 9 MIESIĘCY
BEZ ALKOHOLU!**



UZALEŻNIENIE OD ALKOHOLU JEST POSTĘPUJĄCĄ
CHOROBA, POTENCJALNIE ŚMIERTELNA, KTÓREJ
CAŁKOWITE WYLECZENIE NIE JEST MOŻLIWE, A JEDYNI
ZAHAMOWANIE NARASTANIA JEJ OBJAWÓW
I ZWIĄZANYCH Z NIĄ SZKÓD ZDROWOTNYCH



W świetle nowoczesnej wiedzy uzależnienie od alkoholu jest chorobą wieloczynnikową, bio-psycho-społeczną, uszkadzającą funkcjonowanie człowieka w sferze somatycznej, psychologicznej, społecznej i duchowej.

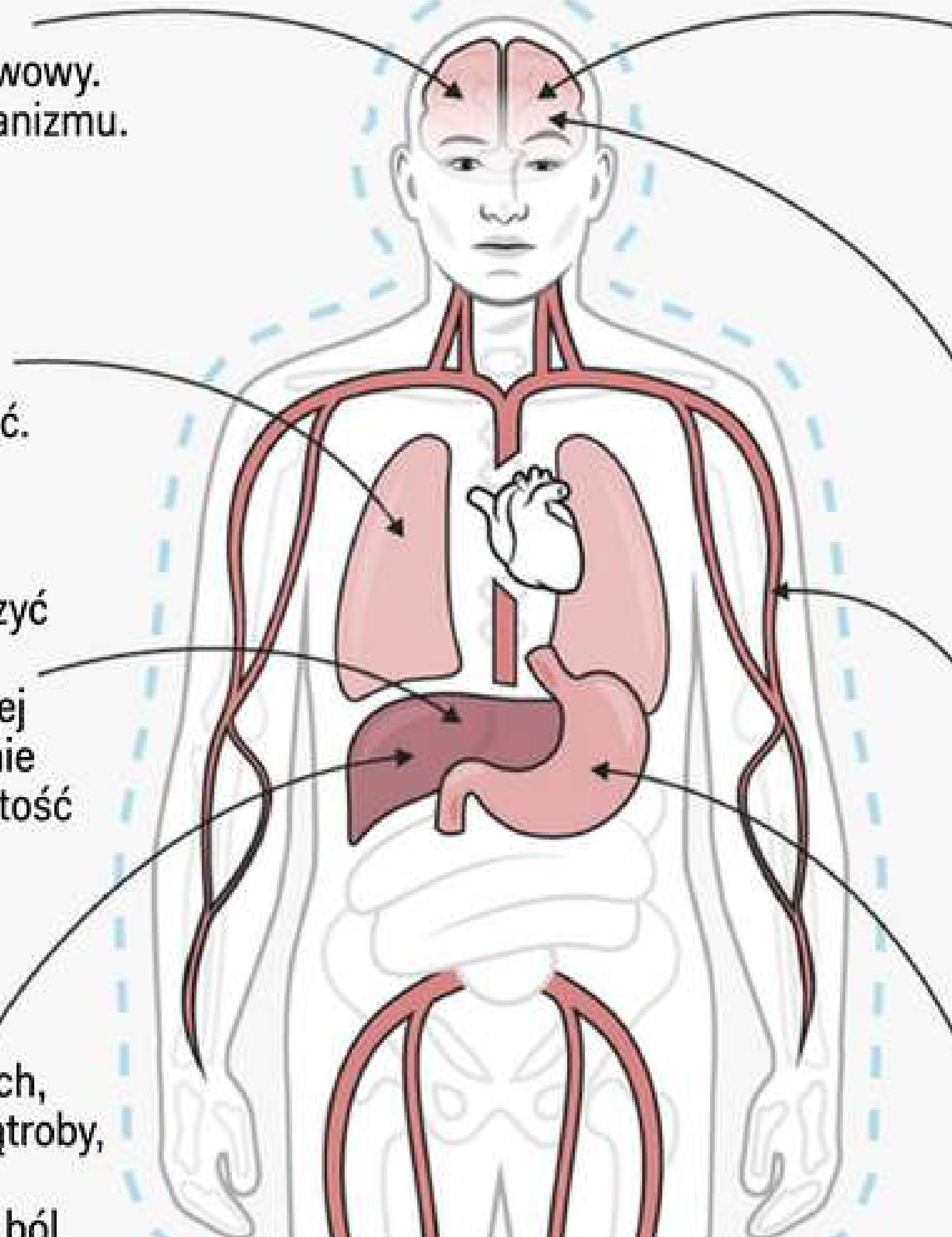


Działa depresyjnie na ośrodkowy układ nerwowy. Spowalnia działanie organizmu.

W ciągu kilku minut spowalnia myślenie, oddech i tętno. Jego nadmiar może zabić.

Wątroba może przetworzyć jedynie 30 ml alkoholu na godzinę. Picie większej ilości może niebezpiecznie i szybko podnieść zawartość alkoholu we krwi.

Ponad 90 proc. osób, które spożywają alkohol w dużych ilościach, cierpi na stłuszczenie wątroby, które może powodować zmęczenie, utratę wagi i ból.



Zwiększa poziom dopaminy w ośrodku mózgu, sprawiając wrażenie lepszego samopoczucia.

Nadmiar alkoholu może uszkodzić powiązania między neuronami i ingerować w to, jak szybko mózg przetwarza informacje.

Jego skutki można odczuć w ciągu kilku minut, ale poziom stężenia alkoholu we krwi osiągnie pełnię po około 40-90 minutach.

U większości ludzi alkohol zacznie działać szybciej, jeśli jest popity napojami gazowanymi na pusty żołądek.



W POLSCE ISTNIEJE ZAKAZ SPRZEDAŻY I PODAWANIA NAPOJÓW ALKOHOLOWYCH:

- osobom: do lat 18. Jeżeli sprzedawca lub podający napoje alkoholowe ma wątpliwości, co do pełnoletności kupującego, ma on prawo zażądać okazania dokumentu stwierdzającego wiek klienta,
- osobom, których zachowanie wskazuje, że są w stanie nietrzeźwości,
- na kredyt i pod zastaw.

Złamanie przez sprzedawcę każdego z tych zakazów jest przestępstwem, za które, oprócz sankcji karnych, może być odebrane zezwolenie na sprzedaż napojów alkoholowych.

Ponadto, polskie prawo zabrania spożywania napojów alkoholowych m.in. na ulicach, placach i w parkach, z wyjątkiem miejsc przeznaczonych do ich spożyciana miejscu, w punktach sprzedaży tych napojów (art. 14 ust. 2a).

**PICIE ALKOHOLU W OKRESIE
DOJRZEWANIA MOŻE
SPOWODOWAĆ NIEODWRACALNE
ZMIANY W TWOIM ORGANIZMIE**

**osoby nietrzeźwe
robia rzeczy,
których później
żałują**

**ALKOHOL WPŁYWA NA
PROCESY ZACHODZĄCE
W MÓZGU, POWODUJE
ZMIANY MYŚLI, UCZUĆ
I ZACHOWAŃ**

Alkohol

alkohol obniża odporność
organizmu, powoduje
także wiele innych
zaburzeń

Alkohol jest najłatwiej
dostępnym, a przez to
najczęściej stosowanym
środkiem odurzającym

*Nawet mała ilość
alkoholu może mieć
negatywne skutki. Po
alkoholu poważnemu
zaburzeniu ulega
zdolność oceny sytuacji,
refleks i koordynacja
ruchowa.*

**ALKOHOL OGRANICZA
ZDOLNOŚĆ UCZENIA SIĘ,
ZAPAMIĘTYWANIA,
LOGICZNEGO MYŚLENIA**

