

Информационный материал по профилактике алкоголизма

Проблема пьянства и алкоголизма продолжает оставаться одной из самых социально значимых и актуальных для нашего государства. Это негативное явление причиняет как обществу в целом, так и отдельным гражданам огромный материальный и нравственный ущерб. Изучение данного вопроса показало, что пьянство и алкоголизм по масштабам своего распространения, величине экономических, экологических, демографических и нравственных потерь представляют серьезную угрозу стабильности и развитию общества, здоровью и благополучию нации.

Реализация мероприятий Государственной программы на 2006-2010 годы позволила достичь снижения числа лиц, умерших от алкоголизма, на 5,7 процента; умерших от случайного отравления алкоголем - на 24,8 процента; снижения числа несовершеннолетних, страдающих алкоголизмом, на 67,4 процента.

Однако уровень потребления алкогольных напитков населением Республики Беларусь продолжает оставаться высоким.

Потребление алкоголя является не только медицинской, но и экономической, социальной, культурной и нравственной проблемой, требующей комплексного подхода к ее решению.

Алкоголизм представляет собой медико-социальную проблему. В понятие «алкоголизм» вкладывается не только медико-биологическое, но и социальное содержание.

Пьянство, алкоголизм, наркомания несовместимы с социальным образом жизни. Пьющий человек живет и работает среди людей, и ущерб, наносимый злоупотреблением алкоголя, касается широкого круга медицинских, социальных, нравственных и других проблем как самого пьющего, так и его семьи, производственного коллектива, общества в целом.

Лицами, находящимися в состоянии алкогольного опьянения, совершается значительное количество преступлений, дорожно-транспортных происшествий, по причине нахождения работников в состоянии алкогольного опьянения случаются несчастные случаи на производстве.

С состоянием алкогольного опьянения связаны негативные для личности и общества последствия: случайные отравления алкоголем, самоубийства, утопления, травмы,

Длительное потребление алкоголя приводит к снижению производительности труда, межличностным проблемам и семье и окружении, сокращению продолжительности жизни, соматическим и неврологическим заболеваниям (цирроз, кардиомиопатия, панкреатит,

рак пищевода и поджелудочной железы, инфаркт, туберкулез, слабоумие, эпилепсия и другие), употребление алкоголя с вредными последствиями, алкогольные психозы и хронический алкоголизм.

Алкоголизм – это хроническое заболевание, характеризующееся патологической потребностью человека в алкоголе.

Развитие заболевания протекает в три стадии.

Начальная стадия характеризуется появлением болезненного влечения к алкоголю, утрачивается контроль над приёмом спиртных напитков. Это результат психической зависимости, возрастания устойчивости к принимаемым дозам: для достижения опьянения требуется большая доза алкоголя. Употребление алкоголя становится систематическим.

Вторая стадия характеризуется нарастающим влечением к алкоголю, изменением характера опьянения, последующим забыванием прошедшего, потерей контроля над количеством выпитого, появлением (абстинентного) синдрома, поражением нервной системы и внутренних органов (сердце, желудок, печень, поджелудочная железа), появлением зрительных и слуховых галлюцинации (белая горячка).

Последняя стадия характеризуется снижением устойчивости к принимаемым дозам алкоголя, развитием запойного пьянства. Возникают тяжелые нервно-психические нарушения, глубокие изменения во внутренних органах, происходит алкогольная деградация личности, развивается слабоумие, асоциальное поведение.

Когда появляется психическая зависимость от алкоголя, человек чаще всего не считает себя больным. Вслед за психической зависимостью наступает физическая: алкоголь включается в процессы обмена веществ, лишение его приводит к тягостному заболеванию похмелью, которое характеризуется дрожанием рук, тревожным настроением, тяжелым сном с кошмарами, неприятными ощущениями со стороны внутренних органов. На каждой из последующих стадий увеличиваются изменения в организме, психике и поведении больного.

Ему становится не под силу творческая деятельность; резко ослабляется воля человек не может руководить своими поступками, попадает под чужое влияние; эмоции огрубляются, наступает эмоциональное оскудение и деградация личности.

Мировой опыт свидетельствует, что проблема алкоголизма более эффективно решается не посредством лечения, а с позиций профилактики, которая должна осуществляться комплексом законодательных, административных, правовых и организационных мероприятий. В основе улучшения алкогольной и наркологической

ситуации одним из эффективных направлений в деятельности по профилактике пьянства и алкоголизма должны лежать профилактические меры, направленные на пропаганду и внедрение традиций здорового образа жизни, исключающего потребление алкоголя, особенно среди детей, молодежи и женщин, распространение научных знаний о негативных физических, социальных и других последствиях потребления алкоголя, формирование в обществе нетерпимого отношения к чрезмерному потреблению алкоголя и ценностных ориентаций на образ жизни без злоупотребления спиртными напитками.

Наиболее эффективными методами борьбы с этим заболеванием являются социальные методы, такие как профилактика, реабилитация и социально-психологические методы

Профилактика алкоголизма в узком значении — совокупность психологических способов и приемов формирования отрицательного отношения к алкоголю и наркотикам. В широком значении — методы формирования такого образа жизни и направленности личности, при котором сводится к минимуму возможность возникновения тяги к алкоголю и наркотикам.

Все профилактические мероприятия можно подразделить на социальные, социально-медицинские и медицинские, которые различают по частным целям, средствам и эффекту воздействия.

Различают первичную профилактику — научно обоснованные психологические приемы антинаркотического воспитания; вторичную профилактику — методы психологической помощи лицам, злоупотребляющим одурманивающими веществами; третичную профилактику — организацию психологической поддержки и самоподдержки выздоравливающих от алкоголизма и наркомании.

Первичная или преимущественно социальная, профилактика включает мероприятия, направленные на своевременное предупреждение причин алкоголизма и наркомании задолго до того, как они могут появиться, сохранение и развитие условий, способствующих здоровью, и на предупреждение неблагоприятного воздействия на него факторов социальной и природной среды. Основой первичной профилактики алкоголизма является здоровый образ жизни.

Первичная профилактика алкоголизма состоит в предупреждении негативного влияния алкогольных обычаев микросоциальной среды, формирование у населения (тем более у подрастающего поколения) таких нравственных и гигиенических убеждений, которые бы

исключали и вытесняли саму возможность любых форм злоупотребления спиртными напитками.

Младший и средний возраст человека — наиболее оптимальный период с точки зрения формирования антинаркотических установок. Учитывая психологические особенности представителей этих возрастных групп, разъяснительная работа должна быть направлена на демифологизацию алкоголя и наркотиков как символов престижа, разрыв ассоциации потребления алкоголя с положительными качествами личности: мужественностью, храбростью, «современностью» и т.п.

На основании отечественного и зарубежного опыта установлено, что наиболее эффективными оказываются не деструктивные методы профилактики, основанные на устрашении, а конструктивные — направленные на формирование такой смысловой ориентации личности, для которой алкоголь и наркотики не могут являться ценностями.

Кроме того, выявлены недостаточность сугубо вербальных методов психологической помощи и эффективность деятельностно опосредствованных методов воздействия (ролевые игры и дискуссии, формирование внешкольной воспитывающей деятельности, создание клубов по интересам и др.).

Вторичная профилактика алкоголизма состоит в выявлении групп населения, наиболее уязвимых по отношению к алкоголизму, и больных, и включает максимально раннюю диагностику, полное и комплексное осуществление лечебных мероприятий, оздоровление микросоциальной почвы, применение всей системы мер воспитательного воздействия в коллективе и семье, предложение широкой психологической помощи (клиническая беседа, кабинеты анонимной наркологической и социально-психологической помощи, группы общения, встречи с бывшими алкоголиками и наркоманами, работа с непосредственным окружением и семьей злоупотребляющего и др.).

Третичная профилактика алкоголизма направлена на предупреждение прогрессирования заболевания и его осложнений, реализуется в противорецидивной, поддерживающей терапии, в мероприятиях по социальной реабилитации, организации психологических консультаций для выздоравливающих и др.

Мероприятия по искоренению пьянства и алкоголизма могут быть подразделены на два ведущих направления.

Корректирующее направление заключается в прямом воздействии на питейные обычаи среды и алкогольное поведение отдельных лиц, на

политику в отношении цен и организации торговли спиртными напитками, на административно-правовое регулирование мер предупреждения алкоголизации. Результатом является разрыв звеньев цепи развития алкоголизации от алкогольных обычаев до признаков алкогольной болезни, создание условий для воспитания трезвого образа жизни.

Компенсирующее направление связано с изменением всей плоскости быденных общественных отношений, на которой находятся алкогольные обычаи, вытеснением и заменой их более совершенными, здоровыми. Это проявляется формированием у подрастающего поколения таких нравственных качеств, которые противодействуют возникновению социальных отклонений в их сознании, деятельности и поведении.

В нашей стране деятельность по профилактике алкоголизма осуществляется в рамках реализации Государственной программы национальных действий по предупреждению и преодолению пьянства и алкоголизма на 2011-2015 годы, разработанной с учетом положений Глобальной стратегии по сокращению вредного употребления алкоголя Всемирной организации здравоохранения, утвержденной 19 мая 2010 г., и результатов анализа реализации Государственной программы на 2006-2010 годы.

Основными направлениями Государственной программы являются:

создание эффективной системы социальной и индивидуальной профилактики пьянства и алкоголизма и их негативных социальных последствий, в том числе хронического алкоголизма;

пропаганда и внедрение традиций здорового образа жизни, исключающего потребление алкоголя, особенно среди детей, молодежи и женщин;

распространение научных знаний о негативных физических, социальных и других последствиях потребления алкоголя;

развитие культуры досуга, физической культуры, спорта и туризма.

Принципиально новым в Государственной программе является смещение акцентов на выявление, предупреждение и уменьшение влияния комплекса причин и условий, способствующих потреблению алкоголя и развитию негативных последствий от его потребления, в том числе пьянства и алкоголизма. Для достижения этого необходимо проведение мероприятий по предупреждению приобщения населения к потреблению алкоголя, прежде всего профилактике пьянства среди

детей и молодежи, и прекращению потребления алкоголя лицами, страдающими пьянством и алкоголизмом.