

Вред курения, алкоголизма и наркотических веществ

О пьянстве и курении, алкоголизме и наркомании - вредных для здоровья факторах – говорилось и говорится очень много. Иногда их очень мягко называют «вредными привычками». Алкоголь и никотин нарекли «культурными» ядами. Но именно они, эти «культурные» яды приносят множество бед и страданий – в семьях, трудовых коллективах, являются социальным злом для общества. В результате вредных привычек сокращается продолжительность жизни, повышается смертность населения, рождается неполноценное потомство.

О вреде курения сказано немало. Однако беспокойство ученых и врачей, вызванное распространением этой пагубной привычки, растёт, так как пока ещё значительное число людей не считает курение вредным для здоровья. Курение - не безобидное занятие, которое можно бросить без усилий. Это настоящая наркомания, и тем более опасная, что многие не принимают это всерьёз.

Проблема употребления алкоголя также очень актуальна. Сейчас потребление спиртных напитков в мире характеризуется огромными цифрами. От этого страдает всё общество, но в первую очередь под угрозу ставится подрастающее поколение: дети, подростки, молодежь, а также здоровье будущих матерей. Ведь алкоголь особенно активно влияет на несформировавшийся организм, постепенно разрушая его.

Злоупотребление наркотическими средствами и незаконная торговля ими в последнее время во многих, особенно развитых странах мира приняли катастрофические размеры. Официальная пресса США, Германии, Франции, Англии, Швеции почти ежедневно сообщает о смерти своих граждан, последовавшей в результате злоупотребления наркотическими и психотропными веществами.

Главное «оружие» в борьбе с «вредными» привычками – это информация. Необходимо, чтобы каждый человек знал о действии, о вреде, приносимом ими организму человека.

Исследованиями доказано, в чем вред курения. В табачном дыме содержится более 30 ядовитых веществ: Никотин, Углекислый газ, Окись углерода, Синильная кислота, Аммиак, Смолистые вещества, Органические кислоты и т.д..

Никотин - один из самых опасных ядов растительного происхождения. Птицы (воробьи, голуби) погибают, если к их клюву всего лишь поднести стеклянную палочку, смоченную никотином. Кролик погибает от 1/4 капли никотина, собака - от 1/2 капли. Для человека смертельная доза никотина составляет от 50 до 100 мг, или 2-3 капли. Именно такая доза поступает ежедневно в кровь после выкуривания 20-25 сигарет (в одной сигарете содержится примерно 6-8 мг никотина, из которых 3-4 мг попадает в кровь). Систематическое поглощение небольших, не смертельных доз никотина вызывает привычку, пристрастие к курению. Никотин включается в процессы обмена, происходящие в организме человека, и становится необходимым.

У детей курящих родителей увеличивается частота бронхитов и пневмоний. Табачный дым задерживает солнечные лучи, которые важны для растущего ребёнка, влияет на обмен веществ, ухудшает усвояемость сахара и разрушает витамин «С», так необходимый ребенку в период роста. Никотин способствует развитию аллергических заболеваний у детей, и чем меньше ребенок, тем больший вред причиняет его организму табачный дым.

У детей, матери которых курили во время беременности, имеется предрасположенность к припадкам. Они значительно чаще заболевают эпилепсией. Дети, родившиеся от курящих матерей, отстают от своих сверстников в умственном развитии.

Курение подростков, в первую очередь, сказывается на нервной и сердечно-сосудистой системах. В 12-15 лет они уже жалуются на одышку при физической нагрузке.

Статистические данные говорят: по сравнению с некурящими людьми длительно курящие в 13 раз чаще заболевают Стенокардией, в 12 раз - Инфарктом миокарда, в 10 раз - Язвой желудка. Каждый седьмой курильщик болен Облитерирующим эндартериитом, поражающим преимущественно мужчин. Это заболевание ведет к нарушению питания, гангрене и, в итоге, к ампутации нижней конечности.

Среди больных Раком легких курильщики составляют 96 - 100%. У курящих часто встречаются раковые опухоли и других органов - пищевода, желудка, гортани, почек, нередко возникает рак нижней губы.

Курение может вызвать никотиновую амблиопию. Это очень грозное заболевание, при котором наступает частичная или полная слепота, и даже энергичное и своевременное лечение не всегда бывает успешным.

Курящие подвергают опасности не только себя, но и окружающих людей. В медицине появился даже термин "Пассивное курение". В организме некурящих людей после пребывания в накуренном и не проветренном помещении определяется значительная концентрация никотина. А никотин – это яд!

2. Влияние алкоголя на организм человека.

Ещё более пагубная привычка - потребление алкоголя. К сожалению, в жизни обе вредные привычки - курение табака и злоупотребление алкоголем - часто сочетаются друг с другом. Так, среди непьющего населения курильщиков 40%, а среди злоупотребляющих алкоголем уже 98%.

Вред алкоголя очевиден. При систематическом употреблении развивается опасная болезнь - алкоголизм. Чрезмерное употребление спиртного провоцирует развитие сердечно-сосудистых, онкологических и инфекционных заболеваний. Алкоголь поражает печень, сердце, поджелудочную железу и другие органы. Негативно влияет на нервную систему, психику и организм в целом

Пьянство 'зажигает зеленый свет" злокачественным новообразованиям, так как в алкогольных напитках не исключается наличие канцерогенных веществ. Являясь хорошим растворителем, алкоголь помогает их проникновению в организм. У злоупотребляющих алкоголем, особенно в молодом возрасте, риск развития рака полости рта в 10 раз выше, а если они еще и курят, то в 15 раз выше по сравнению с непьющими.

Алкоголь губительно действует на клетки головного мозга, в том числе и на клетки, регулирующие деятельность половой системы, и на половые центры, расположенные в спинном мозге. Под действием алкоголя нарушаются чуть ли не все физиологические процессы в организме, а это может привести к тяжелым заболеваниям. Перерождается ткань печени, почек, сердца, сосудов, желудочно-кишечного тракта и др. При значительном и частом попадании алкоголя в организм клетки разных органов в конце концов погибают.

Алкоголь влияет также на кровеносные сосуды, несущие кровь к мозгу. Сначала они расширяются, и насыщенная алкоголем кровь бурно приливает к мозгу, вызывая резкое возбуждение нервных центров. Вот откуда чрезмерно весёлое настроение и развязность пьянеющего человека. Вслед за усиливающимся возбуждением в коре головного мозга наступает резкое ослабление процессов торможения. Каждая новая порция спиртного все больше парализует высшие нервные центры, словно связывая их и не позволяя вмешиваться в хаотичную деятельность резко возбужденных отделов мозга.

То, что мы в быту называем опьянением, есть не что иное, как острое отравление алкоголем со всеми вытекающими отсюда последствиями. Под влиянием алкоголя получают простор инстинкты, ослабевает воля и самоконтроль, и нередко люди совершают проступки и ошибки, в которых раскаиваются потом всю жизнь.

3. Наркотические вещества

Что же такое «наркотик»? - Наркотиком считается любое вещество (имеющее или не имеющее законного применения в медицине), которое является предметом злоупотребления с другими целями, кроме медицинских.

Физиологические свойства наркотиков, вовлеченных в сложный химический процесс в организме человека, принуждают жертву обращаться к ним повторно, формируя привычку или зависимость. При этом следует иметь в виду, что каждый из наркотиков обладает большим разнообразием скрытых свойств, по-разному влияющих на нервную систему наркомана. Есть наркотики, которые успокаивают и обезболивают (их называют депрессивными), а есть другие - возбуждающие, стимулирующие, вызывающие экстаз и буйство, галлюцинации, кошмары или чувство мучительного беспокойства.

Состояние наркомании характеризуется тремя свойствами:

- 1) непреодолимое желание или потребность продолжать принимать наркотики и доставать их любыми способами;
- 2) стремление увеличивать дозы;
- 3) зависимость психического, а иногда и физического характера от воздействий наркотика.

Так называемый синдром наркомании возникает лишь в результате принятия наркотического средства. Этапы этого процесса, протекающего более медленно или более быстро, в основном следующие:

- 1) Начальная эйфория, часто весьма кратковременная.
- 2) Толерантность (то есть адаптация, привыкание организма к определенной дозе, и она уже не вызывает прежнего эффекта), толерантность носит временный характер.
- 3) Зависимость, большинство исследователей пришли к выводу, что зависимость – это явление как физическое, так и психическое, выражается оно классическими симптомами абстиненции, которые наркоман переносит очень тяжело и с риском тяжелых органических или функциональных приступов.
- 4) Абстиненция (синдром отнятия) происходит обычно через 12-48 часов после прекращения принятия наркотика, при этом появляется навязчивое желание найти токсическое вещество - наркотик - любой ценой! Резкое «отнятие» наркомана от дозы приводит к неистовым и крайне опасным проявлениям, которые могут в некоторых случаях вызвать настоящий коллапс.

Заключение.

Курение, алкоголизм и наркомания являются проблемой не только самого «больного» (так как любая из этих трёх привычек является болезнью, от которой необходимо лечить и лечиться), но и проблемой всего общества в целом.

Курение является социальной проблемой общества, как для курящей, так и для его некурящей части. Для одних проблемой является бросить курить, для других - избежать влияния курящего общества, чтобы не «заразиться» их привычкой, а также сохранить своё здоровье от вредного воздействия табачного дыма.

И алкоголь «бьет» не только самого пьющего, но и людей, окружающих его. Часто мужчины или женщины, склонные к алкоголизму, пренебрегают своими обязанностями, друзьями, семьей и детьми, для того, чтобы удовлетворить свою потребность. Пристрастие к алкоголю - причина различных преступлений. Известно, что 50 процентов всех преступлений связано с употреблением алкоголя. За алкоголизм родителей часто расплачиваются дети. Борьба с алкоголизмом - крупнейшая социальная и медицинская проблема любого государства. Вред алкоголя доказан. Даже малые дозы его могут стать причиной больших неприятностей и несчастий: травм, автокатастроф, лишения работоспособности, распада семьи, утраты духовных потребностей и волевых черт человеком.

Злоупотребление наркотиками, известное с древнейших времен, сейчас распространилось в размерах, тревожащих всю мировую общественность. Даже при сужении, с точки зрения наркологов, границ наркомании до юридически приемлемых, во многих странах наркомании признаны социальным бедствием. Наркотические мафии управляют государствами (Латинская Америка), имеют свои армии (Юго-Восточная Азия). Доходы подпольных корпораций по торговле наркотиками превышают известные доходы от торговли нефтью и приближаются к мировым доходам от торговли оружием. Особенно губительно злоупотребление наркотиками в молодежной среде - поражается и настоящее, и будущее общества. Полная, с точки зрения наркологов, картина распространения злоупотребления, включающая формы токсикоманий, еще более трагична. Вещества и препараты, не включенные в список наркотиков, как правило, еще более злокачественны, приводят к еще большему ущербу для человека. В международном антинаркотическом центре в Нью-Йорке существует документ, указывающий на число наркоманов на земном шаре - 1 миллиард человек. Наркомания, как подчеркивают эксперты Всемирной организации здравоохранения, является большой угрозой для здравоохранения в мировом масштабе.

Если человечество не остановится, не начнет задумываться о себе, о своем будущем, если не будут предприниматься меры по предотвращению распространения алкогольных и табачных изделий, наркотиков среди молодежи, если не будет проводиться пропаганда здорового образа жизни, то человечество останется без будущего, оно обречет само себя на вымирание...