Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад п. Южный»

Подготовила: воспитатель

Резанова Алёна Викторовна 2022год

Памятка. Пивной алкоголизм

О существовании **пивного алкоголизма** известно давно, но в представлении обычного человека он кажется менее опасным, чем винный или водочный. Многие полагают, что пиво - это не спиртной напиток. По оценке Министерства здравоохранения и социального развития, в среднем гражданин России (включая грудных младенцев) за год выпивает более 40 л пива.

По вредности для человеческого организма **пиво по воздействию может сравняться только с самогоном** (в процессе спиртового брожения, как в пиве, так и в самогоне в огромном количестве образуются побочные ядовитые продукты - метанол, альдегиды, эфиры, сивушные масла).

Главный аргумент пропагандистов пива - его древние корни. Но много лет назад пиво было совершенно не таким, как современное. К примеру, в ежедневный рацион строителей древних египетских пирамид, действительно, входили три жбана пива, но это был не хмельной напиток, а пищевой продукт, имевший высокую пищевую и энергетическую ценность. При его изготовлении применялись только натуральные продукты, и крепость пива была незначительной.

В состав современного пивного напитка входят:

Биогенные амины - вызывают головную боль, способствуют развитию гипертонии, могут привести к поражению почек.

Витамины - например, группы В, но для того, чтобы человек получил суточную норму витамина В1, ему необходимо выпивать более 10 л пива каждый день.

Горькие вещества - относятся к разряду психоактивных соединений, оказывают снотворное, седативное, а в больших дозах - галлюциногенное воздействие.

Фенольные соединения - повышают риск развития злокачественных образований в нижних отделах мочевыводящих путей.

Фитоэстрогены - растительные аналоги женских половых гормонов. У мужчин подавляется выработка мужского полового гормона тестостерона, разрастаются грудные железы, из которых начинает выделяться молозиво, становится шире таз; иногда развивается злокачественная опухоль грудной железы.

Пивной алкоголизм формируется медленнее водочного, более незаметно и обманчиво. Для него очень характернаанозогнозия, т.е. отрицание заболевания и отсутствие критики к своему состоянию. Еще одна особенность - быстрое развитие выраженной психической зависимости. Если человек выпивает кружку пива в день, если он чувствует психологический дискомфорт оттого, что не выпил - это уже пивная зависимость. Из-за вкуса, наличия седативных компонентов и небольших градусов бороться с влечением к пиву сложнее, чем с влечением к водке. **С точки зрения наркологии, пивной алкоголизм - это тяжелый, трудно поддающийся лечению вариант алкоголизма.** При пивной алкоголизации клетки мозга страдают гораздо сильнее, чем при водочной. В пиве в микродозах содержится кадаверин - аналог трупного яда. Постоянное потребление пива влияет на интеллект человека, снижает его способность к обучению.

Употребление пива приводит:

· К избыточному поступлению калия и воды, что резко увеличивает выработку мочи, усиливается выделение почками натрия и хлора, приводящее к деминерализации организма.

· К безжалостному вымыванию из организма белков, микроэлементов, витаминов. В результате, дефицит магния приводит к изменению фона настроения, человек плохо спит, становится раздражительным. От вымывания витамина С страдает интеллект, снижается иммунитет, чаще возникают простудные заболевания.

· К циррозу печени, стойкому поражению поджелудочной железы, воспалительным процессам в пищеводе и желудке.

· К формированию так называемого бычьего или баварского «пивного сердца» - происходит расширение полостей сердца, утолщаются его стенки, возникают некрозы в сердечной мышце, при этом учащается частота сердечных сокращений, возникают аритмии, повышается давление.

· К увеличению смертности от инсульта в 2 раза, чем у непьющих.

· К варикозному расширению вен.

· К появлению избыточного веса, ведь в зависимости от сорта пиво содержит от 4 до 10% углеводов.

Берегите себя и своих близких!