

Влияние курения, алкоголя, наркотиков на организм подростка.

Юность – это такой период в жизни, когда мы решаем очень многие и, наверное, самые важные задачи, стоящие перед личностью. Я и мир, Я и моя жизнь, Я и окружающие меня люди. Хочется познать мир. Хочется узнать всё любой ценой и прямо сейчас. Всё – потому что не хочется ничего упустить (вдруг это самое главное в жизни?). Любой ценой – потому что пока всё равно непонятно, что сколько стоит и есть ли ценность человеческой жизни вообще. И часто первыми атрибутами свободной, самостоятельной жизни становятся сигарета, алкоголь и наркотики.

ИНФОРМАЦИЯ О КУРЕНИИ.

Как бы мы скептически не относились к различным исследованиям ученых, но к их выводам о влиянии курения на организм человека стоит отнестись серьезно. Изучив все медицинские аспекты этого явления, они пришли к выводу, что средняя продолжительность жизни у курильщиков ниже, чем у некурящих людей на 6-7 лет. Каждая выкуренная сигарета забирает у любителя покурить 15 минут его жизни. Ранняя смертность у приверженцев табака вдвое выше, чем у некурящих.

Пагубное влияние табака начинается с ротовой полости. В первую очередь страдает зубная эмаль, на ней появляются трещинки – образуется кариес, на зубах оседает деготь, они чернеют, издают специфический запах.

Табачный дым раздражает слюнные железы, выделение слюны усиливается. При проглатывании слюны, содержащейся аммиак и сероводород, попавших туда из табачного дыма, начинает страдать желудок, развиваются такие болезни, как гастрит, язвенная болезнь, а потом и рак.

Под влиянием табачного дыма страдает бронхо-легочная система - уменьшается проходимость бронхов, так появляется кашель, затрудненное шумное дыхание. Жизненная емкость легких уменьшается, а наличие в табачном дыме радиоактивных примесей и смол ведет к образованию злокачественных опухолей.

Курение табака является одним из факторов риска развития гипертонической болезни, ишемической болезни сердца и мозгового инсульта.

Курение снижает половую функцию у мужчин и женщин. У беременных женщин резко нарушается снабжение плода питательными веществами и кислородом. Курение является независимым фактором риска Синдрома Внезапной Смерти Младенца (СВСМ).

Табак вызывает нарушения деятельности головного мозга, что влечет за собой тяжелые нарушения центральной нервной системы. У курильщиков часто бывают головные боли, головокружения, снижается память, ослабляется внимание; происходит изменения в мышлении, слухе, зрении, координации движений. Усиливается бессонница, снижается чувство голода и массы тела, скелетная мускулатура расслабляется, появляется тремор рук.

ИНФОРМАЦИЯ ОБ АЛКОГОЛЕ.

Алкоголь - психоактивное вещество, которое замедляет работу коры головного мозга и нервной системы в целом. Алкоголь влияет на все органы человека. Особенно на головной мозг. Алкоголь всасывается через стенки желудка и кишечника и попадает непосредственно в кровяное русло. Затем с кровью он попадает в мозг, оказывая подавляющее действие на активность коры головного мозга. Чем больше человек употребляет алкоголя, тем больше ему надо, чтобы получить тот же самый эффект. Это является результатом привыкания к алкоголю. Организм постепенно становится толерантным к алкоголю. Важно знать, что возрастание толерантности означает возникновение физической зависимости.

Вследствие употребления алкоголя неизбежны такие заболевания, проявления, состояния как хронический гастрит, цирроз печени, замедление работы головного мозга (замедление процессов запоминания и извлечения информации из памяти, галлюцинации и припадки), снижение остроты зрения и слуха, ослабление вкусовых, обонятельных и осязательных ощущений, нарушение координации движений, ухудшение памяти. сердечно-сосудистые заболевания, сокращение продолжительности жизни, смерть в результате несчастных случаев (автомобильная авария), смерть в результате несчастных случаев, связанных с употреблением спиртных напитков

ИНФОРМАЦИЯ О НАРКОТИКАХ

Наркотики - это химические вещества способные вызывать изменение психического состояния, систематическое применение которых приводит к сильнейшей зависимости.

Лечить наркоманию очень сложно. Наркотики не дают избавления от проблем.

С длительностью заболевания «Наркомания» связано формирование характерного «облика наркомана» и возникновение различных заболеваний проявляющееся бледностью, утратой эластичности кожи, утратой блеска глаз, повреждением ногтей и волос, кариозным разрушением зубов, заболеванием сердечно-сосудистой системы, похуданием, гнойным поражением в местах введения наркотика, пигментацией, снижением иммунитета, нарушением функций желудочно-кишечного тракта (особенно печень – орган-мишень), поражением центральной и периферической нервной системы, снижением памяти, поражением почек, инфарктом мозга, почек, сердца, токсической дисфункцией яичников с нарушением менструального цикла, токсической дисфункцией мужских половых желез (импотенция), неразвитостью вторичных половых признаков в юношеском возрасте и др..

**Наилучшие варианты поднять настроение - это естественные способы:
физкультура, спорт, танцы, объятия, прикосновения, музыка, романтические чувства.
Употребление психоактивных веществ не делает человека сильнее, умнее, взрослее
и не является способом разрешения проблем.**