Алкоголь – это психоактивное вещество, вызывающее зависимость. При регулярном чрезмерном употреблении алкоголя формируется алкоголизм.

Алкогольная зависимость увеличивает смертность от целого ряда причин: травм, несчастных случаев, отравлений, осложнений хронических заболеваний, насилия, убийств и самоубийств.

**Алкоголь поражает:**

**Мозг -** замедление циркуляции крови, кислородное голодание клеток, как следствие – ослабление памяти, снижение умственных способностей и деградация личности;

**Сердце** - повышение уровня холестерина, гипертония, дистрофия миокарда;

**Желудок -** ослабление защитной функции слизистой, как следствие – язвенная болезнь, риск развития онкопатологии;

**Печень -** воспалительный процесс, рубцовое перерождение, как следствие – гепатит и цирроз;

**Кишечник -** изменение структуры клеток тонкого кишечника, как следствие – потеря способности всасывать полезные питательные вещества и минеральные компоненты;

**Поджелудочная железа -** нарушение обмена веществ, диабет, панкреатит;

**Кожа -** потеря эластичности, преждевременное старение;

**Половые органы** - ослабление функций половых органов мужчин, вплоть до развития импотенции. А у женщин алкоголь приводит к нарушению менструального цикла, осложнениям беременности и родового процесса, нередко вызывает выкидыши и преждевременные роды, патологии плода, влечёт за собой бесплодие.

**Признаки развития алкогольной зависимости:**

* Вы стали выпивать чаще, находить новые поводы выпить;
* Стало улучшаться настроение при мысли о предстоящей «выпивке»;
* Стало появляться желание «догоняться», то есть выпивать вовремя и после мероприятия вне связи с тостами или выпивкой других участников компании;
* Появилось желание выпивать в одиночку и без повода;
* Изменился характер опьянения, в первую очередь, в части поведения в нетрезвом состоянии;
* Появились провалы в памяти после употребления алкоголя;
* Изменилась эмоциональная реакция на алкоголь: если раньше «от этого хорошо», то теперь «без этого плохо»;
* Появились или участились травмы, эпизоды утери документов, вещей, дезориентация во времени и пространстве в нетрезвом состоянии.