

## **Памятка о смертельной опасности внутреннего употребления спиртосодержащих жидкостей: косметического, бытового, пищевого назначения**



К сожалению, люди часто употребляют некачественные спиртосодержащие жидкости. При употреблении суррогатов повышается смертность, появляются массовые отравления. Отравление вызывают спиртосодержащие жидкости: косметического, бытового, пищевого назначения.

В спиртосодержащие вещества входят разнообразные ядовитые продукты, вследствие чего после употребления алкоголя развивается состояние отравления, требующее медицинской помощи. Метиловый спирт – рекордсмен по количеству токсических влияний на организм человека, заканчивающихся смертельным исходом.

Вещество принадлежит к ядам нервно-паралитического действия.

При отравлении суррогатами алкоголя симптомы интоксикации появляются через 15-20 минут после принятия 5 мл метилового спирта. Летальный исход обеспечивают около 30 мл ядовитого соединения.



Одновременное употребление алкоголя с метиловым спиртом нейтрализует токсическое воздействие последнего на организм человека.

Ежегодно применение суррогатов алкоголя в виде аптечных настоек уносит **до 20000 жизней**.

Лекарственные препараты из растений оказывают токсическое действие на организм пьющего человека. Использование спиртовых препаратов на основе растительного сырья губительно для органов и маскирует течение серьезных недугов. Клинические симптомы острой интоксикации проявляются тоническими судорогами, остановкой сердечной деятельности и смертью больного от лекарственного отравления.

### **Отдаленные последствия суррогатного алкоголизма**

Клиника зависимости от некачественного алкоголя развивается постепенно, нарастает тяжесть симптомов. Человек, пьющий суррогаты алкоголя, теряет чувство меры и контроль над собственным поведением.

После часто употребляемых спиртных напитков у человека нарушается вегетативная функция нервной системы. Появляется дрожание пальцев рук, повышенная потливость, ускорение сокращения сердца. Меняется настроение: человек агрессивен, испытывает немотивированный страх, часто придирается к кому-либо по пустякам.

Он становится:

1. Слабовольным.
2. Безразличным.
3. Лживым.
4. Бестактным.
5. Невнимательным.

У лиц, употребляющих спиртосодержащие жидкости косметического назначения быстро наступает отключение сознания, период веселья и приподнятого настроения укорачивается, резко снижается температура тела, очень сильно болят глаза (в которых появляется белая слизь). Абстинентный синдром сопровождается безразличием, головной болью. После распития суррогатов человек быстро деградирует, не может сосредоточиться, эмоционально оглушен.



Необходимо развивать комплекс мер, направленных на пропаганду здорового образа жизни, борьбу с непомерным употреблением суррогатных спиртных напитков.

### **Рекомендации по конструктивному общению родителей с подростком:**

- Обращайтесь к ребенку с помощью речевого сообщения – «Я-высказывания» («Я узнала», «Мне сообщили из школы, что ты был наказан...»). Дайте понять, что такое поведение не прошло незамеченным, опишите его.
- Выразите свои чувства по этому поводу («Я чувствую, что...», «Я огорчена, обеспокоена» и т.д.). Укажите на возможные последствия такого поведения, как вы их видите («Это, на мой взгляд, может привести...»).
- Выскажите свои мысли по данному поводу («Я думаю, считаю...»; «Мне кажется...»; «По-моему...»; «На мой взгляд...»).
- Дождитесь обратной связи, дайте опровергнуть или подтвердить ваши мысли. Будьте готовы к различным реакциям подростка: кричит, молчит, опровергает, обвиняет. Работайте с ним!
- Выставьте требования домашней или классной «конституции»: «Я собираюсь предпринять меры» (указать, какие).
- Выразите желание, что следовало бы сделать («Я хочу, чтобы ты бросил нарушать дисциплину, но решение за тебя принимать не могу»). Таким образом, вы передаете ответственность за его поведение ему самому.
- Напомните, что вы готовы помочь, если он захочет этого («Чем я могу помочь тебе?»). Предоставьте инициативу ему. Помогайте, а не овладевайте всей ситуацией.
- Выразите свою уверенность в том, что он примет верное решение, непосредственно относящееся к его жизни, сохраняющее ее («Я верю, что в следующий раз ты поступишь по-другому»).
- Учись видеть мир глазами ребенка. Для этого полезно вспомнить себя в таком же возрасте, свой первый контакт с алкоголем. Умейте слушать. Поймите, чем живет Ваш ребенок, каковы его мысли, чувства.
- Научите ребенка говорить людям **«нет»**. Большинство родителей учат своих детей быть вежливыми, уважать других и быть послушными. Однако этого не достаточно для того, чтобы ребенок мог постоять за себя.

Детям нужна поддержка родителей, чтобы сказать «нет» давлению посторонних взрослых или сверстников. Объясните ребенку, что в некоторых ситуациях абсолютно необходимо настаивать на уважении к себе.

**Способы сказать: «Нет».**

- «Нет, я не употребляю алкоголь».
- «Спасибо, я не пью спиртные напитки».
- «Спасибо, нет. Мне это не нужно».
- «Спасибо. Я не хочу».
- «Алкоголь меня не интересует».
- «Почему ты продолжаешь давить на меня, если я уже сказал(а) «НЕТ».
- «Нет, спасибо. Мне надо идти на тренировку».
- «Нет, спасибо. У меня на это аллергическая реакция».