



**Служба
здоровья**



**ТЕРРИТОРИЯ
ЗДОРОВЬЯ**

УДАР ПО ВСЕМ СИСТЕМАМ ОРГАНОВ

Согласно клиническим данным, алкоголь провоцирует развитие более чем 200 различных заболеваний и патологических состояний.

Безопасных доз не существует!

Любое количество этанола повышает риски для здоровья и нарушает обменные процессы





ОНКОЛОГИЧЕСКАЯ НАСТОРОЖЕННОСТЬ

Этанол – доказанный канцероген.
Его регулярное употребление
многократно увеличивает риск развития
онкологических заболеваний, в том числе:



Рак печени и пищевода



Рак толстой кишки



Рак молочной
железы





**Служба
здоровья**



**ТЕРРИТОРИЯ
ЗДОРОВЬЯ**

ГЛАВНЫЙ МИФ ОБ АЛКОГОЛЬНЫХ ОТРАВЛЕНИЯХ

Миф: «Отравиться можно только суррогатами или некачественным алкоголем».

Реальность: Токсикологические исследования показывают, что в подавляющем большинстве случаев тяжелых и смертельных отравлений виноват обычный этиловый спирт.

Этанол токсичен
вне зависимости
от его первоначального
качества



СОЦИАЛЬНЫЙ И МЕДИЦИНСКИЙ МАСШТАБ

Помимо тяжелых соматических заболеваний,
злоупотребление алкоголем напрямую
связано с ростом:



ВЫСОКОЙ
СМЕРТНОСТИ



ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ



ПРЕСТУПНОСТИ



ТРАВМАТИЗМА



ДОРОЖНО-ТРАНСПОРТНЫХ
ПРОИСШЕСТВИЙ



БЫТОВОГО
НАСИЛИЯ



ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ТРИГГЕРЫ

Частой причиной формирования пагубного употребления становятся:



Нестабильное психоэмоциональное состояние



Повышенная тревожность и депрессивные настроения



Хронический стресс

КАК ПОМОЧЬ ОРГАНИЗМУ:

Стабилизировать нервную систему помогают умеренные физические нагрузки, хобби, здоровый режим сна и минимизация потока негативной информации.





**Служба
здоровья**



ДОСТУПНАЯ ПОМОЩЬ

Справиться с тревожностью, стрессом или потерей контроля над употреблением помогут профессионалы.

В России существуют региональные и муниципальные службы, фонды оказания психологической помощи взрослым и детям, оказавшимся в затруднительных ситуациях, в том числе бесплатно, анонимно, онлайн



Ответьте на вопросы и получите мини-рекомендации по вопросам отказа от алкоголя



Есть вопросы? Нужна консультация? Специалисты ГБУЗ ТО «Областной наркологический диспансер» помогут разобраться

Не оставайтесь с проблемой наедине, сделайте первый шаг к сохранению здоровья и долголетия позвонив по телефону доверия или обратившись к врачу.

8-800-220-8000
8 (3452) 50-66-43