

## Трезвость выбирает сильных!



**Алкоголь** - вещество, которое содержится в спиртных напитках. По химическому составу относится к наркотическим веществам и оказывает токсическое действие на организм, особенно на клетки головного мозга.

*Почему алкоголь опасен для тебя:* Организм подростка примерно в **10** раз чувствительнее к алкоголю, чем для взрослого.

Алкогольная зависимость у взрослого человека формируется в течении **3-5** лет, у подростков в течении **1,5- 2** лет.

Разрушение личности у взрослого, употребляющего алкоголь, происходит в среднем через **10** лет, у подростков- через **3-4** года.

У подростков чаще, чем у взрослых встречаются атипичные формы опьянения. Вместо эйфории (кайфа)- злоба, тоска, депрессия, агрессия.

**Алкоголизм** - это хроническое заболевание, которое оказывает негативное влияние не только на здоровье человека, разрушая его органы и системы организма, но и на общество в целом. Избавиться от алкоголизма достаточно трудно, а на определенных стадиях и вовсе не возможно. Это подтверждает, что алкоголизм не просто вредная привычка, а очень опасное для человека и общества заболевание.

### **Алкоголизм опасен**

Он опасен не только для здоровья человека страдающего им, но и для общества в целом:

- сокращается продолжительность жизни,
- понижается интеллектуальный уровень,
- семьи распадаются,
- преступность увеличивается,
- деградирует молодое поколение.

Все это тормозит и запускает обратный процесс развития общества.

Каждый подросток имеет свою мотивацию для того, чтобы не употреблять. Самая распространенная - люди хотят вести здоровый образ жизни.

Если ты не будешь употреблять алкоголь, то:

- Сохранишь свое здоровье,
- Будешь выглядеть молодо и привлекательно,
- Всегда будешь в хорошей физической форме,
- Родишь и вырастишь здоровых детей,
- Состоишься в жизни как личность.