

## Влияние алкоголя на здоровье в подростковом возрасте

Алкоголь влияет на подростков не так, как на взрослого человека. Характерным для подросткового возраста является то, что молодой мозг в возрасте до 20 лет отличается от мозга взрослого человека реакцией на полученную информацию. Молодой мозг создан для того, чтобы учиться. Он находится в стадии установления настоящих связей между нервными клетками. Алкоголь может нарушить эту функцию.

Мозг обладает свойством изменяться и становится более устойчивым к алкоголю при повторяющемся его употреблении. У подростков же эта устойчивость может быть очень низкой, поэтому и алкогольное воздействие иное, чем у взрослых. Проведенные на животных опыты показывают, что у молодых особей алкоголь разрушает химические соединения в мозге отвечающие за обучение, более резко, чем у взрослых животных. Это происходит при минимальных дозах алкоголя, даже после однократного приема.

Низкие дозы, которые не причиняли вреда взрослым, нарушали возможность обучения у молодых животных.

Проведённые же исследования на молодых людях в возрасте от 20 до 29 лет показали, что при употреблении алкоголя способность обучаться резко снижается. Алкоголь воздействует на мыслительные функции молодежи гораздо сильнее, чем взрослых. Мозг подростков уязвим, высокая концентрация алкоголя не оказывает на него успокаивающего действия, вызывает меньшую сонливость. Это означает, что подростки могут выпить больше, чем взрослые, так как функция мозга излечивающая проявление сонливости, у них не реагирует, отсутствие сонливости не означает, что алкоголь не снижает их физической активности, способности оценивать ситуацию и не нарушает координации движений.

**Действие алкоголя на подростка сильнее, чем на взрослого, непременно сказывается на работе мозга в будущем.**

Подростка влечет к алкоголю не вкус спиртного, а его действие — состояние опьянения. При употреблении алкоголя впервые появляется ощущение прилива сил, возникает чувство довольства, поднимается настроение. При низкой степени опьянения не появляются симптомы алкогольной интоксикации, нет потери самоконтроля. У подростка формируется убеждение, что прием алкоголя является закономерным явлением в жизни, но в неокрепшем организме формируется алкогольная зависимость.

Побудительными мотивами этого являются:

- 1) алкогольное окружение (родители, сверстники и посторонние лица);
- 2) усиленное притязание на взрослость (прием алкоголя представляется признаком самостоятельности, взросления, мужества);
- 3) популяризация алкогольных напитков в кино, на телевидении, в рекламных изданиях;

4) Примеры сверстников, поиски дворовых компаний с обязательным распитием спиртных напитков;

5) Развитие под влиянием опеки родителей безволия, зависимости, безответственности, неподготовленности к жизни внешне благополучных детей, боящихся преодолевать трудности, быстро поддающихся дурным влияниям;

6) Особенности личности подростка, связанные с мозговой недостаточностью из-за неблагоприятно протекавшей беременности, родовыми и черепно-мозговыми травмами с задержкой физического и психического развития.

Похмельный синдром у подростков развивается через 1-3 года после начала систематического пьянства. Различают начальную фазу адаптации к спиртному, фазу усвоения стереотипов алкогольного поведения, формирования психической зависимости и фазу физической зависимости от алкоголя.

У подростков алкоголь достаточно быстро становится не обходимым компонентом обменных процессов. В результат появляется похмельный синдром, который проявляется выраженным желанием принять алкоголь, нарушением деятельности сердечно-сосудистой системы, головными болями, ухудшением сна, понижением настроения.

В подростковом возрасте происходит скачок физического и психического развития.

При неустойчивой нервной системе, несформировавшихся взглядах на жизнь подросток под влиянием алкоголя становится восприимчивым к воздействию негативных примеров. Ранняя алкоголизация создает у подростка иллюзию деятельности, эмоциональности. Употребление спиртного подростками в любой дозе рассматривается как патология и в любом случае приводит к алкогольному отравлению. Факт приема алкоголя должен рассматриваться как злоупотребление. Передозировка алкоголя у подростков приводит к амнезии вследствие повреждения нервных клеток. Если опьянения у подростков неоднократны, а амнезии длительные, это сказывается на уровне интеллекта. У подростков быстро теряется рвотный рефлекс, что повышает переносимость алкоголя, формирует влечение к нему. Изменяются интересы и характер подростка, падает тяга к знаниям, повышается стремление любым способом достать деньги на выпивку.

Он участвует в драках, грабежах, а из-за безнаказанности может формироваться противоправное поведение. Чем раньше подросток начинает злоупотреблять спиртными напитками, тем тяжелее протекает заболевание, может возникнуть злокачественная форма. Она характеризуется стремительным формированием патологического влечения к алкоголю отсутствием количественного контроля потребляемого алкоголя, систематическими передозировками и последующими амнезиями.

Чаще злокачественное течение алкоголизма отмечается у детей с различными психическими заболеваниями. Если не принять меры, эти подростки пополнят ряды попрошаек, воров, бомжей.

**Выделяются различные уровни употребления подростками старших классов спиртных напитков.**

**Первый (начальный) уровень.**

Алкоголь употребляется редко, чаще случайно. В этот период и приеме алкоголя возникают неприятные ощущения от запаха, вкуса, а также от опьянения. Эйфории в этот период имеет место низкая переносимость алкоголя. На этом уровне прием алкоголя подростком происходит только тогда, когда отказаться невозможно. В окружении подростка близкие редко употребляют алкоголь.

**Второй уровень (эпизодическое употребление алкоголя).**

В этот период происходит знакомство с алкоголем. В небольших дозах он хорошо переносится, вызывает эйфорию, которая делает его прием привлекательным. Подросток хочет быть более коммуникабельным, самостоятельным, взрослым, стремится поступать так, как все. На этом уровне меры воспитательного характера могут приостановить процесс алкоголизации.

**Третий уровень (высокий риск развития алкоголизма).**

В этих случаях проявляется усиление эйфоризирующего, активизирующего и релаксирующего действия спиртного. При приеме алкоголя у подростка отмечаются приятные ощущения и в очень незначительной степени — неприятные. Алкоголь употребляется более двух раз в месяц. Появляется утренняя астения, отмечается положительное отношение к алкоголю. Алкоголь принимается с целью улучшить настроение, достичь расслабления, весело провести время в компании. Необходимо принимать меры социального контроля, которые предупредят развитие пьянства.

**Четвертый уровень (выраженная зависимость от алкоголя).**

Подросток становится инициатором употребления алкоголя. Это происходит систематически, несколько раз в неделю, причем не только в вечерние часы, но и днем. Эйфория от алкоголя очень яркая, он используется как регулятор поведения и настроения.

Теряются взаимоотношения с внешней средой, появляется пренебрежение интересами семьи, пропадают связи со старыми знакомыми, но возникают новые — с теми, кто употребляет алкоголь в таких же количествах. На этом уровне подросток уже фактически болен, оказывает активное сопротивление попыткам ограничить прием алкогольных напитков.

**Пятый уровень (физическая зависимость от алкоголя).**

В этот период формируется повышенная переносимость спиртного на фоне психической зависимости от алкоголя, пропадает рвотная реакция на передозировку. В периоды опьянения нарушается память, появляются

симптомы похмелья или абстинентного синдрома. Он сопровождается обидчивостью, тревожностью, ощущением разбитости. Развивается соматовегетативная недостаточность в виде головных болей, потливости, снижения аппетита, утренней тошноты, рвоты, озноба, дрожания конечностей. У подростков похмелье короче — от 24 до 36 ч, а у взрослых — до 8 суток. Признаком пятого уровня является и потеря количественного контроля в процессе приема алкоголя. У подростков в этой стадии первая доза спиртного не вызывает состояния эйфории, а создает ощущение дискомфорта, для ликвидации которого больной принимает все большие дозы алкоголя. Основные мотивы приема алкоголя в этой стадии — устранение плохого самочувствия, уход от реальности, ликвидация неприятностей. Подростки на этой стадии нередко ищут помощи, осознавая свое состояние.

### **Шестой уровень (конечный уровень распада личности).**

Признаки предыдущего этапа алкоголизма усиливаются, а также появляются новые симптомы. Психическая зависимость от алкоголя заменяется физической зависимостью. Форма опьянения меняется, появляются озлобленность, страхи, галлюцинации, снижается настроение, постепенно развивается алкогольное слабоумие. В настоящее время пристрастие подростков к алкоголю по окончании средней школы приближается к средним показателям взрослых.

В последнее время алкоголизации подвержены не только юноши, но и девушки.

### **Типы приобщения девочек-подростков к алкоголю**

**Первый тип.** Употребление алкоголя в группе лиц мужского пола (со сверстниками-мальчиками, пьющими мужчинами) В этих случаях развивается алкоголизм по мужскому типу, который протекает злокачественно.

**Второй тип.** Алкоголизация по женскому типу происходит во время женского общения. В одних случаях алкоголь периодически употребляется в кругу сверстниц, чаще всего перед какими-нибудь событиями. Происходит легкое опьянение во время дней рождения, девичников. Симптомы в этих случаях не выражены. Больные хорошо оценивают свое состояние. В других случаях алкоголь принимается девушкой под влиянием пьющих женщин. Алкоголь принимается в больших дозах, отмечается выраженная интоксикация. Заболевание приобретает злокачественный характер, если появляются запои и отмечается нравственное падение.

**Третий тип.** Отмечается у девочек-подростков с психопатическим развитием. Обычно пьют в одиночку, алкоголь потребляется в больших дозах. Причина — специфические черты характера, такие как нерешительность, застенчивость. Такой прием алкоголя приобретает постоянный, запойный характер. В настоящее время во всем мире отмечается рост алкоголизации подрастающего поколения. Это показатель социального неблагополучия общества. Взрослый алкоголизм, таким образом, формируется уже в подростковом возрасте.