Злоупотребление алкоголем

По мнению экспертов ВОЗ, основной причиной демографического кризиса в России, наряду с "крушением системы здравоохранения и психосоциальным стрессом", является чрезмерное потребление алкоголя: На протяжении последних нескольких лет Россия становится мировым лидером по уровню потребления алкоголя на душу населения – 13 литров на человека в год, при среднеевропейском показателе – 9,8 литра.

По масштабам ущерба, к которым приводит потребление алкоголя, на первое место следует поставить хронический алкоголизм, один из видов заболеваний, связанных с зависимостью. Распространенность алкоголизма по данным разных источников составляет 2-20% от численности населения. И хотя разница показателей во многом зависит от разницы критериев оценки, тем не менее, всеми признается большая величина негативных последствий, к которым приводит алкоголь. Помимо прямого вреда, причиняемого алкоголем непосредственным потребителям, его негативное влияние проявляется в виде вторичной проблемы - "созависимое" окружение из числа его близких, у которых развиваются невротические состояния, депрессии, патология личности, психосоматические страдания. Это отрицательно сказывается на качестве жизни всего населения, создает дополнительные нагрузки медицинского и социального характера.

Достоверно известно, что хроническая алкоголизация существенно повышает смертность в связи с другими причинами, в частности, с заболеваниями сердечно-сосудистой системы, печени, желудочно-кишечного тракта, бытовым и производственным травматизмом. Общая смертность больных алкоголизмом в 2 раза выше, чем в аналогичной ситуации без алкогольной зависимости, а среди общего числа внезапных смертей 18 % сопряжено с пьянством. В последние годы появляются сообщения о патогенной роли этанола в развитии онкологических заболеваний. В опытах на животных было доказано, что этанол препятствует естественному разрушению попадающих в организм канцерогенных веществ.

Замедляя распад некоторых канцерогенных веществ, содержащихся в табачном дыме, алкоголик значительно усугубляет онкологическую опасность табакокурения. Злокачественные новообразования полости рта и верхних дыхательных путей у курильщиков, злоупотребляющих алкоголем, встречаются в 6 раз чаще, чем среди населения в целом; чаще наблюдается у них рак пищевода, желудка, поджелудочной железы. Особую роль играет хроническая алкогольная интоксикация, опосредованная нервно-психическими расстройствами, в качестве причины самоубийства. Развитие суицидальных тенденций и риск самоубийства у больных алкоголизмом в 200 раз выше, чем среди населения в целом.

Особую тревогу вызывает рост распространенности употребления алкогольных напитков в подростковой среде, в большей степени среди городских подростков – школьников. По данным мониторинговых исследований, проведенных Центром мониторинга вредных привычек среди детей и подростков ЦНИИ организации и информатизации здравоохранения МЗ РФ, уровень распространенности употребления алкогольных напитков среди городских подростков-школьников 15-17 лет в среднем по России составил 81,4% у мальчиков и 87,4% у девочек.

Зависимость между употреблением алкоголя и риском развития хронических неинфекционных заболеваний имеет своеобразный характер: У непьющих и, особенно, у много пьющих риск выше, чем у пьющих умеренно (до 30 г в день в пересчете на "чистый" этанол). Еще следует учитывать и высокую калорийность алкоголя, особенно людям с избыточной массой тела. При "сгорании" 1 г этанола образуется 7 ккал, т.е. почти вдвое больше, чем при "сгорании" белков и углеводов.

Опасным является тот уровень потребления алкоголя, который может нанести вред, если человек этим злоупотребляет. Например, мужчина в неделю потребляет 350 г. и более в пересчёте на чистый спирт ( 35 и более единиц или стандартных доз), а женщина -210 г и более (21 и более единиц или доз).

Верхний предел самого низкого уровня риска для мужчин составляет 140-280 г алкоголя в неделю в пересчёте на чистый спирт, предел для женщин, которые более подвержены токсическому воздействию алкоголя, меньше - 140 г в неделю, тот же уровень для молодых и пожилых.

Стандартная доза 8-12 г алкоголя в пересчёте на чистый спирт - это примерно 250 мл пива или 125 мл вина, или 25 мл крепких напитков (водка и др.).

Злоупотребление алкоголем вызывает психические и соматические нарушения, очень сильно страдает сердечно - сосудистая система. Развивается алкогольная кардиомиопатия (аритмии, расширение всех камер сердца, снижение сердечного выброса), артериальная гипертония, не исключено развитие мозгового инсульта и др. Достоверно доказано, что алкоголь повышает частоту рака верхней части пищеварительного и дыхательного трактов и гепатоклеточной карциномы (которая развивается на фоне цирроза печени).

Употребление наркотиков

Проблема употребления наркотиков определяется комплексом негативных взаимосвязанных факторов и событий, среди которых выделяются:

- глубокие разрушительные психические и физические последствия от их употребления, влекущие за собой невозможность нормального функционирования человека как личности и как члена общества;

- нарастающая во всем мире распространенность наркомании, принимающая во многих обществах характер эпидемий и поражающая преимущественно людей трудоспособного возраста, молодежь и подростков;

- связанные с двумя вышеназванными факторами значительные социальные и экономические потери, нарастание криминогенных событий, разрушение национального генофонда;

- возрастание влияния наркомафии, ее проникновение в административно-управленческие и экономические структуры, правоохранительные органы, что влечет за собой обстановку аномии (дезорганизации) общества;

- разрушение атрибутов традиционной культуры, в том числе и санитарной.

По утверждению специалистов Российского государственного медицинского университета, наркотическая зависимость у подростков, в том числе психическая, формируется с первым уколом героина в 55% случаев у юношей и в 82% - у девушек. Только за последние 10 лет количество летальных исходов среди молодежи вследствие употребления наркотиков в России увеличилось в 42 раза.