**О вреде алкоголя.**



**Важно знать.**

**1.** Алкоголь - наркотик, при его частом употреблении наступает привыкание и развивается алкоголизм, с которым связано много заболеваний внутренних органов, нервной системы, психических расстройств.

**2.** По мнению ученых, запойное пьянство сокращает продолжительность жизни человека на 20 лет.

**3.** Пьянство и алкоголизм разрушают семьи, коверкают судьбы взрослых и детей, приводят к несчастным случаям на производстве и в быту, наносят огромный вред производству.

**4.** Случаи алкоголизма стали регистрироваться и среди молодежи. Среди причин раннего употребления алкоголя оказались: неправильное понимание принципа самоутверждения и независимости, обилие свободного времени, отсутствие интересов, скука.

**5.** От пьянства до преступления - один шаг.

**6.** Некоторые юноши и девушки, вступая в мир взрослых, считают выпивки чем-то естественным, не задумываются о том, что именно в юном возрасте вред от алкоголя наиболее значителен. Если взрослый человек при частом употреблении больших доз спиртного становится алкоголиком через 3-10 лет, то у 13-15 -летних подростков при регулярном употреблении даже небольших доз алкоголизм развивается через год и даже раньше.

**7.** Слабоволие, лживость, черствость, безнравственность, потеря чувства такта и стыда, пренебрежение своими обязанностями, понижение творческой энергии, злобность, раздражительность, агрессивность, постоянное недовольство, пассивность, понижение интереса к учебе, бесцельное времяпрепровождение, бродяжничество, нарушение общественных норм поведения - таков психический облик вступивших на путь пьянства и алкоголизма.

**8.** Выпивки ослабляют растущий организм, приостанавливая его физическое и психическое развитие: нередко по этой причине выпивающие подростки уступают своим непьющим сверстникам в росте, силе, успеваемости.

**9.** При каждом сильном опьянении происходит гибель нервных клеток головного мозга. Поэтому у алкоголиков отмечают ухудшение памяти, сообразительности, резко падает работоспособность, знания не пополняются, утрачивается их прежний запас, происходит интеллектуальная деградация личности, а вместе с ней социальная.

**10.** Человек, вступивший на путь пьянства, никогда и ни в какой области не достигнет успехов, так как везде требуется трезвая голова и уверенные руки: и в труде, и в спорте, и в личной жизни!