



## ПРОФИЛАКТИКА АЛКОГОЛЯ У ПОДРОСТКОВ

*Проблеме подросткового алкоголизма нужно уделять особое внимание, не пускать все на самотек. Дети – наше будущее, и если не обратить на это внимание сегодня, завтра, возможно, будет уже поздно!*



Сегодня ни для кого не секрет, что в нашей стране распространено употребление алкоголя в молодёжной среде. Буря эмоций захватывает взрослого при виде веселящихся подростков, распивающих спиртные напитки на лестничной площадке! Интерес подростка к алкоголю, тем не менее, не случаен. У кого раньше, у кого позже, но потребность попробовать эту «непонятную жидкость» рождается практически у каждого, кто вступил в переходный возраст.

Переходный возраст – непростое время, когда подростки более всего подвержены постороннему влиянию, а значит, и легче всего попадают в разного рода зависимости. Организм подростка постоянно развивается, набирает мышечную массу, развивает иммунитет. Проблема в том, что даже в малых количествах спиртное наносит несформировавшемуся организму непоправимый вред. Подростки и алкоголь несовместимы: несовершеннолетний из-за употребления спиртных напитков может начать отставать не только в физическом, но и в психическом развитии. Меняется привычное мировоззрение, родители перестают быть авторитетами и кажутся кем-то вроде врагов, от которых добра ждать не стоит. Также успеваемость в учёбе резко снижается, и появляется апатия к происходящему вокруг. Кроме того, доказано, что алкоголизм у подростков формируется в 3-4 раза быстрее, чем у взрослых. А подростковая зависимость от алкоголя, довольно трудно решаемая проблема и требует приложения немалых трудов и сил.

Глядя на звёзд шоу-бизнеса, на взрослых, регулярно устраивающих застолья, на сверстников, в компании которых пить и курить «круто», подросток невольно оказывается в плену стереотипов. И основная задача профилактики алкоголизма у подростков – развенчать их.

Причины употребления алкоголя подростками могут быть различными. Необходимо помнить, что есть обстоятельства, способствующие употреблению алкоголя – **факторы риска**. Обстоятельства, снижающие риск употребления алкоголя – **факторы защиты**.



## ФАКТОРЫ РИСКА:

- Проблемы с психическим или физическим здоровьем подростка.
- Дети, рождённые и воспитанные родителями алкоголиками.
- Общение с людьми, регулярно употребляющими алкоголь и отсутствие устойчивости к давлению сверстников.
- Личностные качества (низкий интеллект, низкая самооценка, переменчивость настроения, неуверенность в себе, нежелание придерживаться социальных норм, ценностей и т.д.).
- Раннее начало половой жизни.
- Частые конфликты с родителями в семье, низкий уровень доходов в семье.
- Плохая успеваемость в школе, нежелание учиться.
- Проблемы при общении с родственниками, сверстниками.

## ФАКТОРЫ ЗАЩИТЫ:

- Благополучие в семье, сплочённость членов семьи, хорошее воспитание, отсутствие конфликтов в семье.
- Высокий уровень интеллекта, физическое и психическое здоровье, устойчивость к стрессам.
- Хороший уровень дохода, обеспеченность жильём.
- Регулярное медицинское наблюдение.
- Высокая самооценка личности, способность эффективно решать возникшие проблемы, устойчивость к давлению, умение контролировать эмоции и своё поведение.

Важную роль в профилактике подросткового алкоголизма играют воспитательные и организационные меры, а также усиление факторов защиты и по возможности устранение факторов риска.

*Дети - наше будущее, и если не обратить внимание на подростковый алкоголизм сегодня, завтра, возможно, будет уже поздно!*

**ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ – ЮНЫМ!**



Министерство здравоохранения Астраханской области  
ГБУЗ АО «Центр медицинской профилактики»  
414024, г. Астрахань, пл. Свободы/ул. Котовского д. 2/6  
Тел. (факс) 8(851) 51-24-77, e-mail: [kcvlimp\\_77@mail.ru](mailto:kcvlimp_77@mail.ru)  
САЙТ: [gbuz-ao-cmp.rf](http://gbuz-ao-cmp.rf)