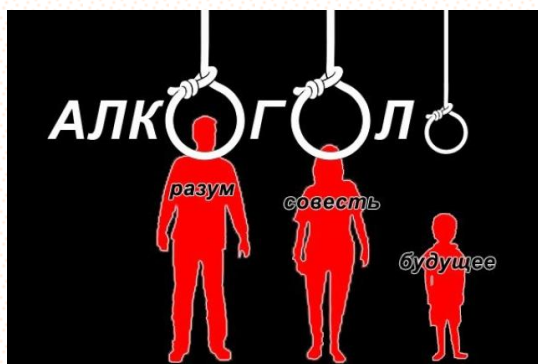


Вред алкоголя для организма человека



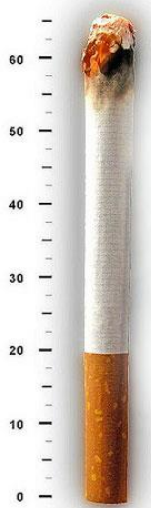
Многие люди сделали алкоголь частью своей жизни, искренне полагая, что только таким способом можно максимально расслабиться, поднять настроение и хорошо провести время. Но лишь немногие сознательные люди знают, что алкоголь — это своего рода наркотик, который, проникая в организм, пагубно отражается на работе всех жизненно важных органов и систем, именно поэтому необходимо осознавать всю серьезность положения и вовремя исключить систематическое потребление спиртного.

Каждый человек должен до конца понимать, чем чревато употребление алкоголя, тогда, возможно, и желание пить сразу же пропадет. Если рассмотреть морально-этическую сторону, то в состоянии опьянения человек теряет способность контролировать собственные действия, движения и речи, тем самым, совершая безумные поступки, становится жертвой несчастных случаев. Кроме того потребление алкоголя нарушает процесс личностного роста, но при этом стихийно протекает процесс полной деградации. Употребление этилового спирта в неограниченных количествах также вредит и здоровью человека, нередко вызывая угрозу жизни. Особенно опасно такое химическое соединение для сердца, легких, печени, пищеварительной и нервной систем. К тому же оно усугубляет течение уже существующих в организме заболеваний и способствует распространению психических и умственных расстройств. Действительно, активность этанола способна привести к полному дисбалансу, однако в первую очередь все же «страдают» нервная и сердечно-сосудистая системы. Ослабленные мышцы, диабет, тромбы в сосудах, усохший головной мозг, увеличенная печень, больные почки, депрессия, импотенция, язва желудка — все это постоянные диагнозы вечных алкоголиков, причем большая часть указанных патологических явлений окончательно излечить уже невозможно. От приема спиртного сильно страдает печень, поскольку повреждение тканей влечет за собой серьезные патологии в ее работе. Развивается цирроз печени, присутствует алкогольный гепатит, а также возможны и такие диагнозы, как перитонит бактериальный (воспаление брюшной полости с возможным кровотечением) и асцит (скопление излишков жидкости в полости живота). Также возможны и нарушения гормонального фона, в результате чего печальные последствия для организма становятся уже необратимыми.



сильно страдает печень, поскольку повреждение тканей влечет за собой серьезные патологии в ее работе. Развивается цирроз печени, присутствует алкогольный гепатит, а также возможны и такие диагнозы, как перитонит бактериальный (воспаление брюшной полости с возможным кровотечением) и асцит (скопление излишков жидкости в полости живота). Также возможны и нарушения гормонального фона, в результате чего печальные последствия для организма становятся уже необратимыми.

Вред курения для организма человека



**Как
долго
ты
будешь
жить?**

Любой человек знает, что курение вредно. Даже тот, который курит. И, тем не менее, продолжает курить, полагаясь на авось. А зря. Курение и вправду наносит огромный вред организму, но делает это постепенно и незаметно. Годами человек может выкуривать по пачке сигарет в день, особо не замечая какого-то кардинального влияния табака на здоровье, а потом в один момент сильно, а иногда и неизлечимо, заболеть. Пристрастие к сигарете может не только стоить курильщику здоровья, но и жизни.

Курение вредно для всех жизнеобеспечивающих систем человеческого организма, и в первую очередь — для дыхательной. Химические вещества, которые содержатся в сигарете (более 400 из них опасны для здоровья), оседая на слизистой оболочке, вызывают ее раздражение. Таким образом, она становится в 4-5 раз толще, тем самым мешает поступлению воздуха в легкие и затрудняет дыхание. Часто курение способствует развитию у курильщика хронического бронхита, который сопровождается постоянным кашлем. Сигаретный дым также повреждает большинство альвеол в легких, что, в свою очередь, провоцирует возникновение эмфиземы. Существенный вред наносит курение сердечно-сосудистой системе — «благодаря» никотину и угарному газу, которые содержатся в сигарете. Так, никотин обладает свойством сужать сосуды, а при постоянном употреблении табака сосуды находятся в спазмированном состоянии. Это приводит к постоянному повышенному артериальному давлению. Угарный газ, в свою очередь, приводит к кислородному голоданию. Связано это с тем, что окись углерода намного быстрее соединяется с гемоглобином, чем кислород, тем самым вытесняя его. Таким образом, к тканям и органам поступает кислорода в разы меньше, чем необходимо.

Вредно курение еще и тем, что обладает негативным воздействием на содержание витаминов в организме, особенно витамина С. Выкуривание всего лишь одной сигареты уменьшает содержание витамина С в организме, равноценное содержащемуся в 1 апельсине. Также недостаток витамина С приводит к отложению холестерина в артериях. Потому курильщикам постоянно нужно дополнительное потребление этого витамина, чтоб восполнить его недостаток.

Некурящий человек, подвергающийся пассивному курению, может серьезно заболеть или столкнуться с аллергической реакцией. Необыкновенно вредно курение для детей и подростков: неокрепшая нервная и кровеносная системы болезненно реагируют на табак. Больше того, зафиксированы случаи снижения умственных способностей у подростков, пристрастившихся к сигарете.

Врачи называют курение одной из наркотических зависимостей. Как любой другой наркотик, сигарета исключительно негативно влияет на организм. Курить вредно — это факт. Табак медленно, но уверенно, выводит из лада организм, постепенно отравляя его. Единственный способ избежать весьма неприятных последствий курения — это наискорейшее избавление от этой пагубной привычки.



Вред наркотиков



эмоционального и физического тонуса, получили распространение по всему миру. По статистическим данным разных стран, общее количество людей, употребляющих запрещенные наркотики, составляет более 20% всего населения планеты. Резкое повышение популярности наркотиков произошло в середине XX века, среди сторонников очень популярного в то время движения хиппи, которое зародилось в США в 60-х годах прошлого века, тогда миллионы человек по всей Америке начали употреблять марихуану, в последствии подобная мода распространилась и по всей Европе и Азии, а за марихуаной ошибочно закрепилась репутация легкого наркотика, который почти безвреден.

Конопля, кокаин, ЛСД, героин, экстази, метадон - самые известные и ходовые, хотя на самом деле существует очень много видов наркотиков, они разрушают практически все органы и системы организма, больше всего страдают мозг, печень, почки, сердце, репродуктивные органы. Средняя продолжительность жизни наркомана, при постоянном употреблении наркотиков внутривенно, примерно 6-8 лет, потом чаще всего не выдерживает печень (цирроз печени



очень часто встречается у героиновых наркоманов) либо сердце. Многое зависит от того в каком возрасте, в каких дозах, с какой периодичностью и какой вид наркотиков употребляется. Нередко люди погибают от несчастных случаев в состоянии наркотического опьянения, кончают жизнь самоубийством, или умирают от передозировки, и чаще всего цель в жизни наркомана одна - достать дозу. Самая распространённая причина, по которой люди начинают употреблять наркотики, это жажда новых ощущений, стремление убежать от скучной серой жизни, забыть о проблемах, снять стресс, но когда "кайф" проходит нередко появляется состояние депрессии, апатии, безысходности. Желание снова употреблять наркотики, с каждой новой дозой становится все сильнее, у зависимых от наркотиков людей появляются ломки (Абстинентный синдром), и чем чаще употребляет человек наркотики, тем быстрее и острее она проявляется.

