

Жизнь алкоголика

Алкогольная деградация личности

Большую роль в избирательном повреждении при хроническом алкоголизме тех или иных сторон психики играют конституция, тип высшей нервной деятельности, развитие личности в онтогенезе. Алкоголь обладает свойством заострять индивидуальные ее особенности, а затем до известной меры их нивелировать.

Необходимо отметить, что уложить психическую деградацию больных алкоголизмом в прокрустово ложе того или иного типа деградации — весьма трудная задача, однако мы все же попытаемся выделить некоторые основные варианты алкогольной деградации.

У каждого больного, страдающего хроническим алкоголизмом, имеются индивидуальные особенности его проявления.

Деградация личности по астено:неврозоподобному типу

Повышенная раздражительность и астения выступают на первый план в клинической картине хронической алкогольной интоксикации. Затем у таких больных нарушается сон: он становится поверхностным, больные часто среди ночи просыпаются и долго не могут уснуть или, наоборот, с трудом засыпают вечером. Продолжительность сна от 2 до 5 часов в сутки. Поэтому больные, чтобы хорошо выспаться, принимают

на ночь алкоголь в больших дозах. Они говорят, что не могут заснуть, если не выпьют 300–400 г водки. А. Л. Эпштейн придавал большое значение в клинике хронического алкоголизма агрипническому синдрому, считая, что он знаменует собой переход от латентного периода к открыто развивающемуся психотическому процессу. Больные становятся чрезмерно эмоциональ; но возбудимыми, раздражительными. У них отмечае; ся упадок физических и психических сил. Память и ра; ботоспособность несколько снижаются, наблюдаются вялость с тенденцией к сонливости, повышенная утом; ляемость. Особенно большие затруднения такие лица испытывают при работе, требующей длительного нап; ряжения. Больные рассеянны, им трудно сосредото; читься. У них нередко отмечается тревожно;мнитель; ный характер, склонность к навязчивым мыслям и ипохондрическим состояниям. Настроение у них неус; тойчивое, пониженное или несколько дисфоричное. Нередко снижается половая функция. Такие лица, если они не употребляют алкоголя, являются импотентами. Алкоголь усиливает у них эрекцию и половое влечение. Такие больные приходят к врачу и с горечью заявляют, что, пока они пили, «были мужчинами», а бросили пить — стали бессильными в половом отношении, и просят им помочь преодолеть этот недуг. Они жалу; ются на неприятные ощущения в области сердца, серд; цебиение. При обследовании нередко определяются нечистые тоны, обусловленные вегетативной дисфунк; цией сердечно;сосудистой системы, этим же объясня; ется легкая возбудимость вазомоторов. Могут выяв; ляться неприятные ощущения в желудке, наличие

повышенного газообразования. Нередко возникают головная боль, болезненные ощущения в разных частях тела.

Больные алкоголизмом с изменением личности по астено;неврозоподобному типу, в отличие от других групп больных, страдающих хронической интоксикацией алкоголем, любят лечиться и просят назначать им разнообразные процедуры и лекарственные средства. Они приходят к врачу с запиской, где изложены их жалобы, так как боятся что-нибудь забыть. Такие больные просят направить их в специальные лечебные учреждения, санатории на длительный срок. Находясь в санатории, они высказывают недовольство, если им назначают мало лечебных процедур, и всегда предъявляют много жалоб, требуя, чтобы врачи чаще их осматривали, проводили различные исследования и анализы. Больные всегда присматриваются к выражению лица врача, переспрашивают его, не находит ли он у них серьезных отклонений от нормы.

Астено;неврозоподобный синдром исчезает постепенно, после соответствующего лечения и длительного воздержания от алкоголя.

Деградация личности по алкогольному типу

Характеризуется эмоциональными расстройствами, так как у больного ослабевают регуляция, адекватность, детерминированность эмоций. Таким больным присущи веселая беззаботность, легкомыслие, алкогольный юмор, некоторое брюзжание, недовольство, капризность. Одновременно у них наблюдаются лживость,

эгоизм, эгоцентризм. Эти лица всегда на стороне того, кто с ними говорит, они могут льстить в глаза и в то же время за глаза легко присоединяются к чужой брани. На словах — потоки благодарности, а на деле — пренебрежение и даже дискредитация. Больным, страдающим хроническим алкоголизмом, свойственна повышенная внушаемость, ослабление воли, особенно если это касается употребления алкоголя. Круг интересов у них сужен, главным образом в общекультурном аспекте: они перестают читать книги, посещать театры, кино. У них ослабевает или утрачивается чувство долга перед обществом, коллективом, семьей. Нередко больные полностью игнорируют плохое состояние своего здоровья, свою безопасность. В их поведении появляются развязность, разболтанность, склонность к обнаженному цинизму, снижение этического чувства, стыда, брезгливости. Алкогольное бахвальство доминирует в более поздних стадиях развития алкогольной деградации. Больные без должной критики цинично рассказывают о прошлых интимных связях с женщинами, плоско шутят, цинично называют интимные стороны жизни своими именами. Свое некритичное, неправильное поведение в быту категорически отрицают, в эксцессах обвиняют членов своей семьи. Настроение больных часто беззаботное, с элементами эйфории. Суждения их поверхностные. Планы на будущее несерьезны, легковесны. Находясь в больнице, обстановкой не тяготятся. Неряшливы, фамильярны, надоедливы. Критика у них снижена.

Однако не всегда раскаяние, сожаление, слезы больных, страдающих алкоголизмом, лицемерны: они

могут отдавать отчет в своих поступках, правильно их расценивать, но слабоволие не дает им возможности освободиться от алкогольного недуга. Можно предположить, что аффективно-волевые и другие нарушения, свойственные острой алкогольной интоксикации, при частом повторении во время хронической интоксикации алкоголем закрепляют их. Внимание и память обычно ослаблены. Потеря интереса, стремления к труду зависит от социального их снижения и астении, обусловленных алкогольной хронической интоксикацией.

Деграция личности по алкогольно-органическому типу

Наблюдается в основном у лиц, страдающих алкогольной энцефалопатией, атеросклерозом сосудов головного мозга, остаточными явлениями черепно-мозговой травмы и др. Настроение таких больных большей частью благодушное, слезливое. Наряду с аффективно-волевыми расстройствами, наблюдаются грубые нарушения памяти, сообразительности, осмысливания. Мышление тугоподвижное, вязкое. Они многословны, болтливы, склонны к резонерству. Нарастающее безволие обуславливает у таких лиц рецидивы употребления алкоголя при первом удобном случае: зарплата, встреча со знакомыми, друзьями. Возвращаясь пьяными домой, они то устраивают очередные дебоши, то, падая на колени, просят прощения у жены и детей, дают торжественное обещание прекратить пьянство. Материальное положение семьи ухудшается, так как больной алкоголизмом пропивает не только заработок, но нередко и деньги, вещи членов семьи. Такие больные

теряют чувство человеческого достоинства, погружаются в пассивно-инертное состояние, компенсируя отсутствие интересов воспоминаниями о прошлом, о своих несбывшихся мечтах, желаниях, стремлениях. Они уходят от живых, насущных интересов действительности и становятся на путь лживых измышлений и фантазий. При этом ничуть не смущаясь и теряя должный критерий между ложью и правдой, охотно хвастаются перед своими собеседниками необыкновенными приключениями, необычными подвигами, знакомством с выдающимися людьми. Другие же, наоборот, ясно представляют и понимают свое падение, обусловленное пьянством. Пытаясь сохранить свое достоинство, они иронически, с оттенком юмора высмеивают себя. Они как бы протестуют против своей болезни, что, по видимому, обусловлено сохранившейся тенденцией к самоутверждению, и делают попытки освободиться от пьянства. Такие лица не лишены некоторой сентиментальности и при случае готовы пролить слезы, горюя над своей неудавшейся жизнью. Но слова у них расходятся с делом. Попытки начать новую жизнь (без алкоголя) в большинстве случаев являются лишь блужданиями пожеланиями и обещаниями, которые кончаются очередной выпивкой.

Таким образом, можно говорить как бы о двух сторонах воздействия алкогольной интоксикации на характерологические особенности личности больных, страдающих хроническим алкоголизмом. У одних ярко выражены черты самоутверждения, бахвальства, переоценки своей личности, у других — пассивная инертность с поиском компенсации в иллюзорном мире

фантазий и вымыслов, самоунижение. У некоторых больных одни характерологические черты личности сменяются другими. Необходимо подчеркнуть, что интоксикация алкоголем порождает пассивность, инертность, глушит, вернее тормозит, былую энергию, творческую фантазию. Алкоголь иногда инвентаризует личность: люди, бывшие настойчивыми, энергичными, деятельными, волевыми, становятся слабовольными, пассивными, застенчивыми, робкими, неуверенными в себе, а люди застенчивые, робкие, неуверенные в себе, несколько заторможенные под влиянием алкоголя, наоборот, становятся развязными, требовательными, настойчивыми в определенном направлении, более откровенными, но обычно теряют свою интеллектуальную тонкость, рафинированность, глубину. В дальнейшем они превращаются в пассивных, индифферентных людей, трудовая доминанта которых затормаживается, этические и моральные качества личности снижаются в зависимости от степени деградации.

Деградация личности по психопатоподобному типу

Больные, страдающие хроническим алкоголизмом с психопатоподобным изменением личности, раздражительны, вспыльчивы, склонны к колебаниям настроения: то дисфорическому раздражительно-тоскливому, то тоскливому настроению с болезненным влечением к алкоголю. Болезнь у большинства таких лиц начинается в юношеские годы. Алкоголь делает их неполноценными, не адаптированными к среде, в нем они видят успокаивающее средство, дающее им возможность

забыться, компенсировать свою неполноценность. Недостатки воспитания таких лиц в семье, избалованность, попустительство родителей, дурные компании создают почву для эпизодических алкогольных эксцессов, быстро способствующих возникновению и упрочению болезненной тяги к алкоголю. Эти больные не так быстро деградируют в моральном и интеллектуальном отношении. Они пьют периодически, иногда целые недели и месяцы, пока не удастся теми или иными средствами вывести их из оглушенного, токсического состояния. Многие больные в это время склонны к аморальным поступкам. Некоторые из них замкнуты, пьют в одиночестве. Это обычно люди, равнодушные и суровые по отношению к своей семье. Настроение у них большей частью мрачное. Они всем недовольны, нелюдими, пытаются скрывать свое пьянство: когда пьют, запираются у себя в комнате, прячут алкоголь; новые напитки в разного рода «тайники» в своей квартире. Другие больше под влиянием алкоголя дают бурные реакции, скандалят, оскорбляют близких, плюются, скрежещут зубами, ругаются, бьют себя по лицу и голове кулаками или пытаются биться головой о стену, бросают все, что попадает под руку,— башмаки, часы, посуду, пищевые продукты. Кусают руки, наносят себе легкие повреждения. Так, известен случай, когда один больной отгрыз край стакана, когда мать, пытаясь его успокоить, дала ему в этом стакане воду. Такие лица не терпят противоречий. Они пытаются пугать своих родных, убегают из дома, угрожают всем.

Беспечность, беззаботность, безволие, грубый эгоцентризм, эгоизм, расторможенность высших и низ;

ших эмоций, повышенная аффективная возбудимость свидетельствуют о своего рода истеризации или изменениях психики по типу, сходному с истерическим типом деградации личности. Некоторые больные алкоголизмом делаются застенчивыми, робкими, нерешительными, считают себя «хуже всех» и «ниже всех». Несмотря на имеющиеся у них подчас хорошие задатки, способности и даже талант, они недооценивают себя, стараются держаться в стороне, быть незамеченными, не проявляют должной активности, чувствуют себя приниженными, ущемленными. В пьяном виде их облик изменяется: от свойственной им неуверенности и приниженности не остается и следа, они всячески начинают расхваливать себя, делаются придирчивыми, злобными, вспоминают все обиды, скандалят. О таких людях обычно говорят, что в трезвом виде они мухи не обидят, а в пьяном — придирчивые, скандалисты.

Алкогольная депрессия

Алкогольная депрессия под названием «алкогольная меланхолия» была описана Bleuler (1920), который подчеркивал, что у пьяниц не часто наблюдаются депрессивные состояния, которые, по его мнению, не отличаются от меланхолии, маниакально-депрессивного психоза, хотя при них бредовые идеи носят рудиментарный характер. Этот автор полагал, что подобные состояния длятся недолго, в большинстве случаев около 2 недель, подчеркивая, что могут быть и более короткие приступы, которые, вследствие кратковременного течения, остаются вне поля зрения. Алкогольная депрессия

может возникать у больных хроническим алкоголизмом любого возраста, однако чаще всего после 40 лет, т.е. после длительной интоксикации алкоголем. Соматические нарушения, особенно поражения печени и желудочно-кишечного тракта, у этих больных выражены в большей мере, чем у других больных хроническим алкоголизмом, у которых депрессии не наблюдаются. Заболевание проявляется в виде депрессивного состояния, которое бывает выражено в умеренной или, реже, более тяжелой степени. У таких больных наряду с депрессией имеется психическая и моторная заторможенность. У большинства из них отмечается *taedium vitae*, суицидальные мысли и суицидальные попытки. Самоубийство, которым завершает жизнь часть больных хроническим алкоголизмом, чаще совершается именно в состоянии алкогольной депрессии. Бредовые идеи и галлюцинаторные явления, как правило, не наблюдаются, хотя в некоторых случаях отмечается рудимент бреда, имеются идеи самоуничтожения, своей ненужности, никчемности, бесполезности, виновности и т.д. Таким больным кажется, что они совершили тяжелое преступление. Будущее представляется им в мрачном свете. Длительность алкогольной депрессии колеблется от нескольких дней до 2 недель, хотя иногда она может затягиваться до года и дольше. У одного и того же больного могут наблюдаться повторные приступы алкогольной депрессии. Алкогольная депрессия по своей клинической симптоматике сходна с депрессивной фазой маниакально-депрессивного психоза. Больные жалуются, что они воспринимают мир без должной эмоциональной окраски, и это у них может

вызывать некоторую тревогу, ибо все восприятия как бы бесцветны; при этом цветоощущение продолжает оставаться нормальным. Мимика больных печальная. Походка и движения заторможены. Отвечают на вопросы с задержкой, монотонным, тихим голосом. Ответные речевые реакции и мышление замедлены. В ряде случаев, особенно у лиц пожилого возраста, депрессия может сочетаться с тревогой, апатией. Алкогольная природа подобного рода депрессий может быть доказана тем, что при воздержании от алкоголя это состояние ослабевает и проходит даже без всякого лечения. Алкогольную депрессию следует дифференцировать от «пьяного горя», «нравственного похмелья», если оно затягивается, как справедливо отмечал Bleuler. Элементы депрессии могут иметься в тяжелых случаях абстинентного синдрома, однако если больной воздерживается от алкоголя в течение 1–3 дней, депрессивные включения проходят. Следует отличать алкогольную депрессию от реактивной, возникающей у больных хроническим алкоголизмом после тяжелой психической травмы (смерть близких, развод с любимым человеком и другие потрясения), а также от инволюционной депрессии, которая может возникать у больных алкоголизмом в позднем возрасте; в этих случаях депрессия сочетается с тревогой. Следует помнить, что хроническая интоксикация алкоголем может провоцировать приступ депрессии, циркулярного (маниакально-депрессивного) психоза, поэтому необходимо отличать алкогольную депрессию от фазы маниакально-депрессивного психоза. Алкогольная депрессия чаще всего возникает после длительного злоупотребления

алкоголем. Подобного рода больные употребляют большое количество алкогольных напитков — 0,75–1 л водки и больше. Когда они пьют, то мало едят или почти ничего не едят. Обычно у них в значительной мере выражена соматическая патология: алкогольная кардиопатия, заболевания печени, гастриты и др. Трудоспособность нарушается.

Несовместимость труда и алкоголя

Установлено, что каждое третье дорожно-транспортное происшествие совершается людьми, находящимися в состоянии опьянения. Авария, совершенная пьяным шофером, не может не считаться преступлением. Законодательством предусмотрена за это уголовная ответственность. В статье 39 говорится, что совершение преступления в состоянии опьянения является отягчающим обстоятельством.

По данным Всесоюзного научно-исследовательского института безопасности дорожного движения, 75,2% всех дорожно-транспортных происшествий (ДТП) по стране в 2003 году произошло по вине водителей, из которых почти $\frac{1}{3}$ находились за рулем в нетрезвом состоянии. В результате ДТП по этой причине погибли 37,7% от общего числа пострадавших. Характерно, что наиболее тяжелые ДТП совершают водители с остаточными явлениями острой алкогольной интоксикации.

Показательным является рост автомобильных катастроф и дорожно-транспортных происшествий. В странах Западной Европы и США автомобильные аварии стали настоящим бедствием. Американцы горько шу-

тят, что их участие во второй мировой войне стоило им меньше человеческих жертв, чем автомобильные катастрофы. А почему? Потому что в четырех катастрофах из пяти, совершаемых в США, водитель или пешеход, послуживший причиной катастрофы, находились в состоянии выраженного алкогольного опьянения.

Ведь даже малые дозы алкоголя (25–30 г) ослабляют восприятие, снижают внимание, сосредоточенность, замедляют скорость реакций на внешние воздействия водителей транспортных средств (шоферов, машинистов, летчиков). Человек, севший за руль автомашины после принятия 100 г водки, подвергает себя и пассажиров (пешеходов) опасности в 2 раза большей, чем трезвый.

Подсчитано, что средняя скорость реакции на внешнее раздражение у слегка выпившего водителя может замедляться на 0,5 с. Но угроза катастрофы при этом возрастает значительно. Так, если машина будет двигаться со скоростью 60 км/ч, то водитель успеет среагировать и объехать лишь те внезапно возникшие перед ним препятствия, которые он увидит на расстоянии не ближе 10 м (так как машина за 0,5 с успеет продвигнуться вперед на 8,3 м). Комментарии, как говорится, излишни.

Проводились также исследования вызываемых алкоголем нарушений двигательной координации. Испытуемым давали выпить всего лишь 5 г алкоголя и предлагали, закрыв глаза, коснуться пальцами заранее намеченного предмета. Оказалось, что даже такая небольшая доза понижает способность к ориентации в пространстве на 23–25%. Это в особенности отражается на трудовых процессах, требующих точности, глазомера.

Доказано, что алкоголь снижает остроту зрения и слуха. Целым рядом исследований установлено на; ступающее после приема совсем незначительных доз алкоголя нарушение цветоощущения. У многих испы; туемых было отмечено изменение глубинного зрения (способность определять, на каком примерно рассто; нии находится тот или иной предмет), что особенно важно для летчиков и водителей автотранспорта.

Алкоголик и его семья

Алкоголь вызывает беспричинные изменения настроения, взрывы радости и злобы иногда по самым незначительным поводам и в то же время безразличие к действительно волнующим событиям. Особенно труд; но приходится детям, которые никак не могут понять причину буйности поведения своего родителя, нелогич; ность оценки их поступков. Естественно, в связи с этим они испытывают большие трудности в выработке тако; го типа поведения, которое бы наверняка было одобре; но взрослыми. Это вселяет смятение в чувства детей, пугает понятия добра и зла, хорошего и плохого, ока; зывает негативные влияния на их психическое развитие.

У пьющего меняется круг знакомых, круг интересов. Как правило, происходит концентрация внимания на бутылке. И какая бы тема ни затрагивалась в компании пьющих, рано или поздно она будет переведена на тему о вине и водке.

Почему много пьяниц у пивных ларьков? Отнюдь не потому, что они ценители пива и приходят утолить жажду. Нет, сюда их влечет мысль о встрече с собу;

тыльниками, с которыми можно в дальнейшем продол; жить удовольствие, принимая более крепкие напитки. Невозможность избавиться от мыслей о бутылке спирт; ного, внять голосу разума и отличает личность алкого; лика от просто выпивающих людей.

Понятие «личность» включает разнообразные пси; хические качества, черты характера, присущие данному лицу и отличающие его от других людей. Сюда входят некоторые врожденные свойства (подвижность, уравно; вешенность и сила нервных процессов), а также приоб; ретенные в процессе воспитания, труда, общения. Все эти психологические особенности и определяют внут; ренний мир человека, его сознательную деятельность, мотивы поведения, а также отношение к другим людям.

Тип личности может изменяться под влиянием пси; хических заболеваний, действия грубых внешних фак; торов, в том числе нейротоксинов, к которым относится и алкоголь.

Как любому химическому яду, наркотику, алкоголю свойствен собственный тип отравления, специфиче; ское воздействие на личность. При этом у многих лю; дей, страдающих алкоголизмом, появляются сходные черты, подобно тому, как это бывает при психических заболеваниях, имеющих характерные симптомы. Для алкоголиков типично ограничение круга их интересов, концентрация внимания на удовлетворении желания выпить. В этом отношении алкоголики похожи друг на друга, как родные братья и сестры.

Для алкоголика характерно огрубение личности, лживость, падение авторитета в семье и рабочем коллек; тиве, психофизиологические изменения. Вначале про;

падают те тонкие движения души, которые скрашивают отношения в семье. Пьяница уже не скажет жене ласкового слова, не одарит детей интересным рассказом, прогулкой или забавной игрушкой. В последующем очерствение характера сопровождается грубостью и даже жестокостью. Пытаясь скрыть факт покупки вина, пьяница начинает лгать. Это ведет к потере уважения к пьянице как дома, так и на работе. Будучи раздраженными постоянными конфликтами с пьяницей, члены его семьи и коллектива сами становятся невыдержанными. Пьяница же снова ищет утешения от возникающих скандалов в вине. Образуется как бы порочный круг.

Подведем итоги. Всемирная организация здравоохранения определяет хронический алкоголизм как вынужденное употребление спиртных напитков, обусловленное психической и физической зависимостью от алкоголя, повышенной его переносимостью, наступлением психических и физических расстройств при внешнем прекращении поступления спирта в организм (синдром похмелья). При дальнейшем развитии болезни появляются расстройства деятельности основных органов и психики.

Начав свой разговор, мы уже несколько раз употребляли понятия «пьянство» и «алкоголизм». Различия между ними состоят только в количестве выпитого: пьянство является начальной стадией особого болезненного состояния — алкоголизма, развивающегося в результате неумеренного и систематического употребления спиртных напитков.

В нашем разговоре, за редким исключением, мы отождествляем эти понятия.

Алкоголь и секс

Кажется — чего уж проще: это две вещи несовместимые. Спросите у любого врача, и он вам скажет, что алкоголь снижает потенцию. Вообще тема алкоголя и секса довольно сложная. Здесь нет каких-то конкретных рекомендаций и советов. Однако медик скажет, что алкоголь вреден, и будет прав. Но, как говорил Паскаль, все есть яд и все есть лекарство. Вопрос в мере.

В ходе бесед с пациентами многие сексопатологи иногда рекомендуют использовать алкогольные напитки для снятия психологического напряжения в сексе. А таких проблем навалом. Представьте себе первую сексуальную близость — люди зажаты, напряжены. Женщина боится боли, мужчина — возможной неудачи. И эта боязнь лишь провоцирует боль и неудачу. Потом это может развиться в комплекс и доставлять неприятие и разочарование всю оставшуюся жизнь.

Правда, существует и другая опасность. Мужчина и женщина могут утвердиться в глубоко ошибочном мнении, что секс у них получается только в состоянии алкогольного опьянения. А это — тоже неизбежные впоследствии проблемы и болезни.

Существует миф, что алкоголь делает женщину более сексуальной. На самом деле она делается раскрепощеннее и доступнее. У нее исчезает стыдливость, усиливается либидо — желание полового удовлетворения. Поскольку «тормоза отпущены», она становится более активной в сексе. Но получить половое удовлетворение ей с каждым разом становится труднее. Требуется более длительный контакт, чем прежде. Поэтому;

му она ищет более изощренных ласк, требует больше; го внимания от партнера. Для вступления в интимные отношения ей снова и снова нужен алкоголь, чтобы подстегнуть себя. Одним словом, у злоупотребляющей алкоголем женщины полностью ломается механизм половой жизни. К сексуальности это не имеет ни малейшего отношения.

То же самое относится и к мужчине. Привыкнув к дозе перед половым актом, он уже не мыслит себе «удачу в постели» без спиртного. Все, конечно, зависит от меры. Сколько надо выпить, чтобы снять напряжение, но не впасть в алкогольное опьянение? Надо ли вообще использовать алкоголь перед половым актом? На эти вопросы люди должны ответить себе сами. Или посоветоваться с сексологом или психотерапевтом.

Если же вы решили все;таки воспользоваться алко;голем, то нужно четко представлять, что пить и как пить. При первой встрече лучше всего шампанское. Это вино праздника, торжественного события. Шампан;ское уже само настраивает людей на важность события, эмоционально поднимает над обыденностью.

Также подойдет хорошее дорогое вино. Помимо того, что в вине (не крепленом) мало алкоголя, а значит, и состояние опьянения наступит нескоро, этот напиток обладает массой полезных экстрактивных веществ, что положительно скажется во время акта. Кроме того, вино — напиток ритуальный. Оно само уже требует цветов, свечей на столе, красивых бокалов, музыки, полумрака. Торжественного ритуала, предшествующего сексуальной игре и полноценному, приятному сексу.

Однако бывают случаи, когда вино перед сексом противопоказано. Если, например, один из партнеров болен сахарным диабетом, у человека не все в порядке с сердечно-сосудистой системой или есть другие причины. Экстрактивные вещества, содержащиеся в вине, могут вызвать прилив крови, одышку, слабость, иные неприятные и опасные реакции организма. Какой уж там секс.

В принципе, вино можно заменить вермутом. Но этот напиток опасен тем, что его можно пить как водичку, пока не «накроет», а накрыть может в самый неподходящий момент.

Многие предпочитают водку. Но к этому серьезно и чистому напитку надо относиться с еще большей осторожностью. Надо помнить, что у водки, которая является практически чистым раствором алкоголя в воде, очень короткий период между эйфорическим, приподнятым состоянием человека и алкогольным опьянением. Женщинам, непривычным к этому напитку, очень сложно поймать этот период. А в состоянии опьянения о хорошем сексе и говорить не приходится.

Вообще водка — напиток жесткий, а потому и подруга понимает отношения жесткие, менее романтические. Обычно водку для секса предпочитают люди, которые уже давно знают друг друга. Они доверяют партнеру, романтика им не так уж и нужна, оба заняты своими делами... Или, что называется, «на природе» — в туристическом походе, где изначально нет возможности накрыть стол белой скатертью, а за стенкой палатки идет дождь.

Алкоголь для секса не должен быть правилом. Если без алкогольных напитков секс становится невозможным, то человеку — мужчине или женщине — срочно надо обращаться к врачу. Потому что это говорит о серьезных психологических проблемах, в которых разобратся может только специалист. Алкогольные напитки должны помогать нести радость, освобождать от зажатости, напряжения, предшествующих акту. Алкоголь не может заменить влюбленность, хорошее расположение к партнеру — вы столько не выпьете.

Алкоголь негативно влияет на потенцию. Хронический алкоголизм или частое употребление больших доз алкоголя могут привести к нарушению половой функции. Степень расстройства зависит от количества употребляемого алкоголя и от того, как долго существует эта пагубная привычка. Если вы страдаете бесплодием (вследствие уменьшения количества или подвижности сперматозоидов), вам следует избегать употребления алкоголя. Отказ от спиртного будет способствовать восстановлению половой функции.

Подростковый алкоголизм

Иногда уже первое знакомство с алкоголем подростки оценивают как «новый стиль жизни», отсюда и «культивирование» состояния опьянения. Первоначальная устойчивость подростков к действию алкоголя невелика (50–100 мл водки), и чем моложе возраст, в котором произошло первое опьянение, тем она меньше. При регулярном употреблении алкоголя (до 2–3 раз в месяц) устойчивость подростка к действию алкоголя

начинает возрастать. Это воспринимается в компании сверстников как признак особой «силы и крепости», отличающий лидера. Стил ь жизни, принятый в «алко; гольной» компании, ошибочно воспринимается как ес; тественный и нормальный. Нормой поведения счита; ется употребление спиртных напитков перед танцами, в выходные дни, при встрече с друзьями и т.д. Круг ак; тивной социальной жизни ограничивается проблемами и интересами «алкогольной» компании, в которой ино; гда можно встретить лиц, ранее судимых, состоящих на учете в инспекции по делам несовершеннолетних. Новый член такого микроколлектива почти обречен на прохождение «обязательной программы», начина; ющейся с хулиганских действий в состоянии опьяне; ния, а заканчивающейся нередко серьезным правона; рушением.

Употребление спиртного становится патологически необходимым атрибутом времяпрепровождения, рас; ширяется спектр поводов и мотивов пьянства: «пью для повышения настроения», чтобы «развеселиться», «приятно пить» и т.д. Употребление алкоголя становит; ся чуть ли не основным смыслом жизни. Складывается такой стереотип поведения, когда все жизненные проб; лемы решаются и порождаются употреблением спирт; ного. Пьют для того, «чтобы отключиться», «забыть неприятности» и т.д.

Самостоятельно или по совету старших подростки открывают для себя возможность приемом небольших доз спиртного снять на время неприятные явления ал; когольной интоксикации (состояния похмелья). Неко; торые из юношей, опять;таки усваивая алкогольные

обычаи, принятые в компании, рано знакомятся с раз; личными суррогатами алкоголя.

Иллюстрацией этого может служить история подростка, описанная врачами.

Первое значительное опьянение больного произошло в 14 лет. Знакомство со спиртными напитками представлялось подростку логичным и естественным этапом в жизни, отражающим возросшую самостоятельность и взрослость.

Ритуал приема спиртного в компании начинался задолго до процедуры непосредственного потребления. Уже в ожидании застолья (когда кто-то пошел в магазин за вином) подросток возбуждался, отмечалось повышение настроения, болтливость. На следующий день после этого обменивался с собутыльниками воспоминаниями о «пьянке» со смакованием деталей и эпизодов.

В компании было принято пить помногу, напиваясь до состояния оглушения. Редко кто имел деньги на водку, поэтому пили дешевые вина.

Уйдя из школы, поступил в ПТУ по специальности слесаря. К занятиям совершенно не готовился, «выезжал вначале на наглости и сообразительности». Через 8 месяцев был отчислен за неуспеваемость. Комиссией по делам несовершеннолетних был направлен на работу в дорожно-строительное управление. Работа была «грязной и на улице», не понравилась. Но появились свои деньги и возросли затраты на алкоголь. Трудовая деятельность воспринималась только как источник средств на спиртное. Появились опоздания, прогулы, выход на работу в нетрезвом состоянии. Отношения в коллективе стали остро конфликтными. В 15 лет уво;

лился с этой работы. Как видим, алкоголь очень быстро повлиял на его характер. Следующие три месяца ни где не работал. Свое шестнадцатилетие отметил со спиртным в кругу «друзей и родителей». В состоянии опьянения «просто так» компанией избили четырех сверстников. Не без гордости вспоминает, что был «на зоне», будучи осужденным на два года.

После освобождения из колонии первую неделю пил ежедневно. Потом устроился работать слесарем в морском порту. За лето трижды доставлялся в медицинский вытрезвитель. Вынужден был уйти с работы, «Отдохнув» месяц, устроился подсобным рабочим в «Горгаз» — помогал развозить газовые баллоны по городу.

Пил регулярно — обычно с пятницы до понедельника. Изменился характер опьянения: снизилось веселье; действие спиртного, алкоголь способствовал ухудшению настроения, возникновению, агрессивности.

По словам матери, стал совершенно нетерпимым дома: крайне вспыльчив и раздражителен, если не давала денег на спиртное, бил стекла в окнах, разбил телевизор. Приступы ярости сменялись истерическими рыданиями и сценами раскаяния.

По повестке явился на прием в подростковый наркологический кабинет, согласился с врачом, что «нервы нужно подлечить». Клятвенно заверил, что по выданному направлению утром сам явится в стационар, но только через три дня удалось санитарной бригадой вывести больного из дома в состоянии тяжелого опьянения.

Выйдя из лечебно-трудового профилактория, умер от острой сердечной недостаточности после очередного запоя.

Привычка выпивать

Приведенная история болезни наглядно показывает правоту старой мудрости: «Посеешь привычку — пожнешь характер, посеешь характер — пожнешь судьбу».

У молодежи, злоупотребляющих алкоголем, наблюдаются разнообразные расстройства, преимущественно в эмоциональной и волевой сфере. Так, у них падает общественная активность, угасают трудовые навыки, страдают здоровое честолюбие и нравственные качества. На первый план выступают такие эмоциональные нарушения, как огрубение, взрывчатость, беспечность, безынициативность, внушаемость. Подростки становятся невнимательными к близким, а порой и жестокими, в отношениях с прежними друзьями — неискренними, холодными, замкнутыми и недоверчивыми. Непринужденно они чувствуют себя только в «своем кругу». Не редко они «трогательно» заботливы к себе подобным, целыми «делегациями» навещают товарищей, находясь на стационарном лечении от алкоголизма. Они легко находят общий язык со злоупотребляющими алкоголем и быстро сближаются друг с другом.

Для несовершеннолетних пьющих характерны наигранность, бесцеремонность, развязность, бахвальство, которые легко сменяются подавленностью, беспомощностью и пассивной подчиняемостью. Они затрудняются прогнозировать события, теряют способность реагировать на стимулы прошлого и будущего, не могут вырваться из плена сиюминутных переживаний и побуждений, живут одним днем. У них наблюдаются легковесность и поверхностность суждений, излишняя словоохотливость, повышенная самооценка.

Пивной алкоголизм

В 70–80 годы пиво пользовались большим спросом в связи с тем, что в переводе на 1 г алкоголя это было самое дешевое спиртное: за 1 копейку можно было приобрести 1,2–1,4 г «пивного» алкоголя и только около 0,5 г водочного. Чрезвычайно характерной болезнью того времени был алкогольный цирроз печени. Как правило, он развивался у потребителей пива и «бормотухи».

Вспоминается история одного больного, который лечился в гематологическом отделении больницы им. Мечникова. Он работал администратором одного из ленинградских пивбаров. Пиво он пил в больших количествах, и после работы, и до, и во время. Перед глазами стоит его лицо, землисто-желтого цвета, изможденное, желтые глаза, тонкие истощенные руки, и огромный, наполненный жидкостью живот; на животе; те — особым узором вздувшиеся вены: «голова медузы», печать смерти. Диагноз у него был — алкогольный цирроз печени. Похоже, он понимал, что умирает. Но пива ему хотелось неотступно, постоянно. В стационаре он еще удерживался от алкоголя. Но, выйдя из больницы, удержаться не смог.

В начале 90-х ситуация изменилась. Пиво стало дорогим напитком. По стоимости 1 г алкоголя пиво стало невыгодным для того, чтобы напиваться. На какое-то время потребление пива упало. Но прошло несколько лет, и оказалось, что пиво опять пьют, но пьют уже «все и везде». Молодые и немолодые, мужчины и женщины, юноши и девочки, в метро, на вокзале, на улице на ходу, удивляя иностранцев таким неприличием, попивая;

ют из бутылок, банок пиво и джин;тоник. Пивной бум вынуждает ожидать через некоторое время вспышки пивного алкоголизма. Пока еще очень незначительно увеличивается число «пиво;зависимых» в практике нарколога. Но, видимо, настоящая проблема на под;ходе. И сегодняшний пивной алкоголик — это отнюдь не люмпен, не «комбед», не неработающий «синяк». Почему возникает алкоголизм? В чем его сущность?

Существует резонный вопрос, который легко зада;вать, глядя на зависимого от алкоголя человека со сто;роны: «Если у тебя с алкоголем проблемы, то почему тебе просто не перестать пить? Прекратить — и все». Первый напрашивающийся ответ: «Силы воли нет» — неверен. Уверяю вас, болеют алкоголизмом и не могут остановиться отнюдь не только безвольные, слабосиль;ные люди, но и те, кто достигает успехов, умеет справ;ляться с проблемами, умеет побеждать. Дело не в том, что воля слаба, а в том, что враг силен.

Алкоголизм — частный случай наркомании, и воз;никновение его подчиняется общим для наркомании законам. Невозможно, конечно, сравнивать героино;вую, например, наркоманию и тот же алкоголизм по скорости развития и последствиям, но есть нечто об;щее: нарушение обмена веществ в центральной нерв;ной системе. Тот или иной наркотик становится необ;ходимым для функционирования головного мозга.

В самом общем виде можно объяснить механизм становления алкоголизма так. В головном мозгу работа;ет множество функциональных систем, обеспечиваю;щих ту или иную сторону деятельности мозга, в частнос;ти, системы, формирующие эмоциональное состояние

(«центр удовольствия», «центр отрицательных эмоций»), системы, обеспечивающие состояния покоя или мобилизации сна или бодрствования и великое множество других. Нормальная работа каждой из функциональных систем обеспечивается характерным для этой системы веществом — медиатором. Естественно, что все эти системы постоянно взаимосвязаны, взаимозависимы, и нарушения в любой из них отражаются на работе всех функциональных систем.

Когда человек сделал нечто, предусмотренное природой как полезное для него: решил трудную задачу, победил противника, вкусно поел, встретил друга или приятеля (или приятельницу) — медиатор системы положительных эмоций (так называемые эндогенные опиаты) выделяется в увеличенном количестве. Человек испытывает удовольствие, радость, блаженство — в зависимости от количества медиатора. Но для того, чтобы получить его порцию, нужно решать, побеждать, готовить, встречаться, разбираться в музыке.

Всех этих хлопот можно избежать. Можно взять что-нибудь, какое-нибудь вещество, которое в мозгу превратится в нечто, заменяющее собственные опиаты. И пусть эта химия возбуждает систему положительных эмоций — человеку хорошо. Один из древнейших замечателей радости — алкоголь. После введения в организм небольшая часть алкоголя превращается в ложные медиаторы головного мозга, которые взаимодействуют с несколькими медиаторными системами. При этом активируется система положительных эмоций и система покоя, подавляется возбуждающая система. Благодаря такому сложному механизму, действие

алкоголя субъективно благоприятно, если он упо; требляется в малых дозах. «Кому чего не хватает, тому того добавляется»: раскрепоститься, «развязать язык и галстук», «для храбрости».

При достаточно массивном воздействии обмен перестраивается. Те медиаторы, которые заменялись этанолом, вырабатываются в количестве все меньшем. Система, подавляемая этанолом, выходит из;под кон; троля. Чтобы вернуть работу этих систем к норме, че; ловек вынужден употреблять алкоголь. Если выпивает здоровый человек, то, если он только не перебрал, на; утро он забывает о выпивке. Хотя здоровый культур; ный человек будет избегать «перебора», на страже стоят психологические «тормоза» — хочется сохранить досто; инство, ясность мысли — и физические — при передо; зировке возникает рвота.

У человека, зависимого от алкоголя, ситуация другая. Вот он «после вчерашнего» просыпается — не работает в достаточной степени «система положительных эмо; ций», недорабатывает «система покоя», излишне акти; вирована «возбуждающая система». Поначалу эти нару; шения чуть заметны, но, естественно, если продолжать употребление алкоголя, то нарушения утяжеляются. Когда;то они, наконец, становятся столь интенсивны, что это ощущается не просто как недомогание «до обе; да», а как весьма плохое самочувствие. «Лекарство», ко; торое приведет все в норму, под рукой. Человек, начав; ший опохмеляться, обречен на то, что похмелье начнет превращаться во вторую пьянку. Так формируется запой. Чем больше человек лечится от спиртного спирт; ным, тем больше он нуждается в спиртном.

После многодневного запоя в одних медиаторных системах, которые должны формировать ощущение удовольствия, покоя — медиаторная недостаточность, их функция близка к нулю, другие — формирующие возбуждения — «сорвались с цепи». К тому же организм наводнен продуктами недоокисленного спирта, из-за плохо работающей печени накапливается масса токсинов.

Результат неизбежен: тревога, мучительная депрессия, бессонница, льет пот, слабость жестокая, тошнота и так далее. И так приходится мучиться, пока не заработают нормально все системы в головном мозгу, на это уходят дни и дни.

Предположим теперь, человек с уже сформированными нарушениями какое-то время не пьет. Но все «битые» алкоголем системы работают на пределе компенсации. С течением времени эти системы «устают», выходят за пределы нормы и начинают требовать «подпитки». И тогда, осознанно или нет, человек ищет повода выпить и обязательно находит его.

Кроме биохимического механизма, срабатывает не менее важный психологический, ритуальный, культурный механизм. Правильно употребленный, алкоголь снимает напряженность, тревожность, позволяет забыть о неприятностях, проблемах. Естественно, что он уже на заре цивилизации был включен в ритуал праздника, отдыха, встреч. А уж в русской глубинке отношение к водке прямо-таки какое-то культовое. Если не пьешь — ты подозрительный, ты не наш, и вообще — «какой ты русский, если выпить не умеешь?». Алкоголь — это общая тема для малознакомых людей.

Собралась компания, все несколько скованы. Выпили — глядишь, уже смеются, танцуют, знакомятся, веселятся. Постепенно алкоголь становится неременным атрибутом общения. «Если не выпьешь, то и не поговоришь нормально». «Я с друзьями встретился, так что, чай я, что ли, пить с ним буду?».

Алкоголь быстро и легко создает иллюзию психологической защищенности, беспроблемности бытия. Человек привыкает, часто употребляя алкоголь, к такому способу иллюзорного решения проблем «здесь и сейчас», все более переключается с реальных действий на уход в алкогольный туман. Такое отношение начинается обычно с психологических проблем, проблем отношений и распространяется, в конце концов, на производственные и деловые вопросы.

Итак, привычка, потребность, биохимические нарушения начинают поддерживать друг друга. Возникает прочная, различными механизмами подкрепляемая, система потребления алкоголя. Алкоголь становится самоцелью. Он уже не средство, не слуга, он — хозяин. Алкоголь — плохой хозяин. Зависимый человек реально нуждается в алкоголе, без него не работают нормально важнейшие системы головного мозга, нет комфорта, нет общения.

Закономерности течения алкоголизма

Как и всякая болезнь, алкоголизм имеет внутренние закономерности развития. Крайне неприятная черта этой болезни в том, что, начавшись, она прогрессирует неуклонно. Единственный способ остановить процесс — полностью отказаться от алкоголя.

Один из наиболее очевидных признаков — увеличение переносимости алкоголя. Больной алкоголизмом может выпить в несколько раз больше водки, чем здоровый человек. Растет частота выпивки. Формируются запои или ежедневная выпивка, или какие-либо промежуточные варианты. Запои удлиняются, похмельный синдром все тяжелее — до судорог и белой горячки.

Возникает и нарастает органическое поражение головного мозга, так называемая энцефалопатия. Из этого неизбежно вытекает снижение интеллекта: угасает ясность и подвижность мысли, юмор становится более плоским, сдвигается на алкогольную и сексуальную тему. Эмоции огрубляются, постепенно исчезает их нюансировка. Происходит этическое снижение. Этические категории высокого порядка все в меньшей степени руководят поведением больного человека, он становится необязательным, развивается лживость, из отношений к близким все в большей мере исчезают любовь, тепло. Все это приводит к социальным потерям: сначала теряются деньги (необязательно в делах, сорванные контракты, невыполненные обязательства, угощение собутыльников и различных паразитов, моментально появляющихся там, где рекой льется спиртное). Потом теряется способность зарабатывать большие деньги, потом — зарабатывать вообще. В исходе заболевания — слабоумие: думать и чувствовать становится нечем. Тупой взгляд, мутные глаза, пошатывающаяся походка, смазанная речь. И мерзкий запах давно не мытого тела.

Мы относимся к этим существам с презрением и отвращением. Но ведь многие из них когда-то были

нормальными людьми, работали, любили детей, строили планы. Они были чистыми и симпатичными. Но они не остановились вовремя.

Особенности «пивного» алкоголизма

В различных видах алкоголя есть дополнительные, питательные, балластные вещества, вредные примеси. И это обуславливает разницу и в непосредственном эффекте, и в отдаленных результатах. Как хорошо, как вкусно после напряженного трудового дня, возвращаясь домой, выпить кружечку прохладного ароматного пива. Ощутить, как отпускает напряжение, как растекается расслабление и покой по телу.

Фармакологическое действие пива таково, что оно действительно очень способствует отдыху, успокоению. В 20-е годы прошлого века его рекомендовали как седативное (т.е. успокоительное) средство. Таким образом, с пивом человек приучает себя не только к обычному опьяняющему действию алкоголя, но и к седативному средству. Проходит какое-то время, и оно становится уже необходимым элементом отдыха, успокоения. Нарастают дозы пива, появляются алкогольные эксцессы, возникают провалы в памяти. Первая за день выпивка переносится на все более ранний срок — на ранний вечер, на поздний день, на полдень, и, наконец, на утро. Формируется алкоголизм, пиво входит в привычку и в биохимию.

Пивная алкоголизация создает ложное впечатление благополучия. Пиво в общественном мнении — почти не алкоголь. Пивной алкоголизации долгое время не характерны алкогольные эксцессы с драками и вытрезви;

телем. Потребность выпить пива не вызывает такую тревогу у человека, как потребность в водке. Пивной алкоголизм развивается более вкрадчиво, коварно, чем водочный. Но уж когда развивается, то это очень тяжелый алкоголизм.

В больших количествах пиво оказывается клеточным ядом, поэтому при злоупотреблении им тяжело выражены соматические последствия: миокардиодистрофия, цирроз печени, гепатит. При пивной алкоголизации тяжелее, чем при водочной, поражаются клетки головного мозга, поэтому быстрее нарушается интеллект, обнуляются тяжелые психопатоподобные изменения. Бывает, что такой больной приходит к терапевту с синдромом безгипербилирубинемической желтухи или недостаточностью кровообращения, «пивным сердцем», и грамотный терапевт сообщает пациенту, что у него проблемы с алкоголем.

Бороться с влечением к пиву сложнее, чем с влечением к водке. Это влечение бывает очень назойливым и с трудом отпускает. Очень долго хочется больному еще разок ощутить это глубокое седативно-релаксирующее действие, этот покой, вдохнуть этот аромат, почувствовать этот вкус. В итоге пивной алкоголизм — это тяжелый, трудно поддающийся лечению вариант алкоголизма.

Когда нужно обратиться к наркологу

Вот, разумеется, далеко не полный перечень признаков алкоголизма, но если вы обнаружили у себя хоть что-то из них — это очень серьезно:

1. «Сорваны тормоза» — вы не можете или редко можете остановиться на небольшой дозе.

2. Вы можете выпить много больше, чем раньше, с тем же или меньшим эффектом.

3. Начали возникать провалы в памяти на время опьянения.

4. Формируются запои.

5. Вы пытаетесь уменьшить частоту и дозу выпива; емого, но безуспешно.

Излечим ли пивной алкоголизм

И да, и нет.

Нет — в том аспекте, что возобновить «культурную выпивку» невозможно будет никогда. Обмен головного мозга нарушен и нормальная реакция на алкоголь и на пиво не восстановится никогда. Любое потребление спиртного неминуемо приведет к срыву, сразу или не; которое время спустя возникнут обменные нарушения, считайте, что ваша бочка или цистерна выпита. Даже многолетнее воздержание не позволяет рассчитывать на то, что «организм очистился» и вы сможете культурно выпивать.

Да — в том смысле, что даже при тяжелом алкоголизме возможно полное и сколь угодно длительное воздержание от алкоголя. Но речь, само собой разумеется, может идти только об абсолютной трезвости. Пить или не пить — третьего варианта алкоголизм не оставляет. При собственной непреклонной решимости с врачебной помощью даже очень тяжелые больные могут добиться удивительных результатов.

Пиво, при всех своих достоинствах, очень опасная вещь. Оно грозит превратиться из слуги в господина. Достоверных количественных критериев безопасной

по развитию алкоголизма выпивки на сегодняшний день нет. Порог и скорость возникновения и прогрессирования болезни у разных людей различается в разы, что зависит, в основном, от устойчивости обмена веществ. Очевидно, что риск многократно увеличивается при раннем (младше 18 лет) начале алкоголизации, при систематическом употреблении, при привычке к разовому употреблению более литра пива. Будьте внимательны к себе и осторожны. Получайте от жизни радость, в том числе и от пива — но не попадите в капкан. И уж если возникли проблемы, остановитесь немедленно, самостоятельно или с помощью врача.

Пивная статистика

Россия никогда не относилась к числу так называемых «пивных держав». Наши граждане потребляют гораздо меньше пива, чем, например, немцы или чехи. Зато заболевания алкоголизмом, алкогольных психозов и смертности от алкогольных отравлений у нас значительно больше. В последнее время активно развивается так называемый пивной алкоголизм. Медики полагают, что это происходит во многом благодаря рекламе.

Сегодня в России на человека приходится около 14 литров чистого алкоголя в год, что, по данным Минздрава, считается признаком тяжелой алкогольной обстановки. Из них только 14% составляет потребление пива, а доля крепкоалкогольных напитков в этой статистике — более 70% от общего объема. Но потребление пива постепенно растет. Сейчас один человек в России выпивает около 43 литров пива в год.

Если сравнивать этот показатель со средним западноевропейским, то легко убедиться, как сильно мы отстаем от Европы. В Чехии — это 161 литр, в Германии — 146 литров на человека в год. Безусловно, в городах, где уровень покупательной способности населения выше, чем в среднем по России (Москва, Санкт-Петербург), пива пьют больше, чем в других регионах страны. В Москве и Санкт-Петербурге эта доля составляет порядка 53–55 литров на человека. По прогнозам, к 2007 году россиянин будет выпивать в среднем 61 литр пива ежегодно.

В 2002 году в России было реализовано в розничной торговле 634,6 млн. л пива — на 66,3% больше, чем в 1999 году. Вместе с продажами растет и заболеваемость. По данным Минздрава РФ, под диспансерным наблюдением в специализированных учреждениях сейчас состоят 2192,3 тыс. больных алкоголизмом и алкогольными психозами. Под профилактическим наблюдением находятся еще 403,2 тыс. россиян.

При этом самый большой рост распространенности зависимости от пагубной привычки наблюдается сейчас среди подростков. Показатель «пагубного употребления алкоголя» здесь в три раза выше общего уровня. За последние три года количество больных алкоголизмом среди тинейджеров выросло на 15,3%, алкогольными психозами — на 76,9%.

Специалисты Санэпиднадзора считают, что виновато в этом именно пиво. По их данным, пивная зависимость занимает до 75–80% в общем количестве подростков-алкоголиков. Чтобы оградить школьников от пагубной зависимости от «жидкого хлеба», законодатели

предлагают в первую очередь ограничить рекламу на; питка — снимать ролики таким образом, чтобы они не создавали впечатления, что «употребление пива имеет важное значение для достижения общественного, спор; тивного или личного успеха либо для улучшения физи; ческого или психического состояния».

Кроме того, в рекламе пива запрещается дискреди; тировать воздержание от его употребления, утверждать, что оно утоляет жажду, использовать прямые утверж; дения о безвредности пива, а также любую информа; цию о его пользе для организма.

Пивной алкоголизм — беда молодых

В последнее время наркологи все чаще говорят о новой проблеме — повальном подростковом алкого; лизме. В пылу борьбы с наркоманией все как-то забыли о «зеленом змие». Между тем в алкогольную зависи; мость, по словам врачей, попадает все больше предста; вителей молодого поколения.

Рекламные кампании алкогольных напитков можно поздравить. Продажи чрезвычайно растут и, как выяс; няется, во многом благодаря молодежи. Средний возраст приобщения к алкоголю — десять;двенадцать лет. На благо ликероводочным производителям, число поводов выпить в России не уменьшается, а только растет вмес; те с количеством праздников. Прибавляется и работы у наркологов, которые в антиалкогольной пропаганде остались одни.

Все занялись разоблачением наркомании, забыв, что алкоголизм, а тем более детский, — явление не менее страшное.

Сегодня перед россиянами стоит жизненный выбор: либо пить, либо не пить вообще. Как у классика — «Быть или не быть!» Это надо четко осознать всем, особенно родным и близким больного, а главное ему самому.

Пиво готовится из очень полезного продукта — ячменя, который содержит белки, жиры, углеводы и витамины. Но вот в пивном сусле микробы брожения поедают этот прекрасный продукт, используя его для своего роста и размножения.

Медицинские факторы

Пиво быстро всасывается в организм, переполняя кровеносное русло. При большом количестве выпитого возникает варикозное расширение вен и расширение границ сердца. Рентгенологи называют это явление синдромом «пивного сердца» или синдромом «капро; нового чулка». Если злоупотреблять пивом, то сердце «провисает», становится дряблым, а его функции «живого мотора» теряются безвозвратно.

В ответ на прием пива в мужском организме начинает выделяться (в частности, в печени) патологическое вещество, которое подавляет выработку основного мужского полового гормона метилтестостерона. В результате начинают продуцироваться женские половые гормоны: становится шире таз, разрастаются грудные железы.

У женщин через пару лет после начала питья пропорционально выпитому пиву растет вероятность заболевания раком грудной железы. Опасно пить пиво матери, вскармливающей грудного ребенка. У малыша

вероятно возникновение эпилептических судорог, а со временем может возникнуть и эпилепсия.

Пивной алкоголизм формируется быстрее водочного! В прошлом двадцатом веке Европу охватила настоящая эпидемия алкоголизма. Руководители государств того периода собрались на форум, чтобы обсудить эту проблему. Они решили, что лучше сократить выпуск крепких напитков и наладить выпуск более слабых. И что же? Пивной алкоголизм оказался еще хуже водочного. В Германии, где традиционно употребляют пиво, большинство пьющего населения страдает именно от пивного алкоголизма.

В больших количествах пиво оказывается ядом для клеток, поэтому злоупотребление им имеет тяжелые соматические последствия: миокардит, дистрофия, цирроз печени, гепатит и другие. При пивном алкоголизме тяжелее, чем при водочной, поражаются клетки головного мозга, поэтому быстрее нарушается интеллект, обнаруживаются тяжелые психопатоподобные изменения.

Бороться с влечением к пиву сложнее, чем с влечением к водке. Это влечение очень назойливо и с трудом отпускает. Очень долго больному хочется еще разок ощутить это глубокое седативно-релаксирующее действие, этот покой, вдохнуть этот аромат, почувствовать этот вкус. В итоге пивной алкоголизм — очень тяжелая болезнь, трудно поддающаяся лечению. Это подчеркивают все врачи-наркологи.

Пиво можно назвать «входными воротами» алкоголизма. Пивной алкоголизм дольше формируется (от 1 года до нескольких лет), но тяжело протекает.

И выход из такого запоя очень длительный. Последствия его более разрушительные.

В организме повышается объем циркулирующей жидкости, следовательно, увеличивается нагрузка на сердце и почки, а это приводит к развитию серьезных патологий, не говоря уже о мозге и печени — эти органы страдают в первую очередь.

Пиво — это отсроченное пьянство, отправная точка алкоголизма. Это мостик к употреблению более сильных наркотиков. Сейчас участились случаи поступления именно пивных алкоголиков. В прошлые годы такое случалось эпизодически. Большую роль в этом играет реклама. Посмотрите, к чему нас приучают: любая жизненная ситуация не обходится без выпивки. Люди думают, что это безвредно, что пиво — не водка, иначе его не стали бы рекламировать. Но в нашей стране у большинства населения уже врожденная предрасположенность к алкоголизму, поэтому пиво играет ту же роль, что и водка. Дума, разрешившая рекламу пива, позволяет спиваться своим детям...

Больные, приходя в себя, кроме похмельных страданий, испытывают непереносимые муки совести. Алкоголизм, будь он пивной или водочный — неважно, страшным образом действует на организм женщины. Мало того, что прекрасная половина человечества гораздо быстрее спивается, она полностью теряет человеческий облик. Женщины, бредущие по коридору наркодиспансеров, стыдливо опускают глаза: у них опухшие спитые лица, всклокоченные волосы, трясущиеся руки. В потерянных глазах одновременно — стыд и желание выпить.

Особенности женского алкоголизма

В последние годы во всем мире отмечается заметный рост числа больных алкоголизмом. Особенно пугает, что среди пациентов наркодиспансеров все чаще встречаются женщины.

Значительная часть пациенток — работники сферы обслуживания, общественного питания и торговли. Особенно много пьющих среди тех, кто торгует на рынках города. Ведь ни для кого не секрет, что зимой многие продавцы, чтобы согреться, пьют спиртное. Постепенно происходит привыкание и возникает алкогольная зависимость. Женщина хочет бросить пить, но без медицинской помощи не в состоянии это сделать.

Алкоголизм женский страшнее мужского

Женский организм значительно отличается от мужского, поэтому путь от пьянства к алкоголизму у женщин гораздо короче — от полугода до двух лет, а у мужчин — до десяти лет.

У каждой женщины процесс протекает по-своему. Возникает алкоголизм в основном из-за регулярного пьянства. Чем чаще пьет женщина, тем у нее больше шансов попасть в разряд алкоголиков.

Алкоголизм возникает независимо от того, что пьет человек. Водка, вино, пиво оказывают одинаковое воздействие на организм. Люди не знают, что от пива тоже случаются запои. Одна женщина пила до двадцати бутылок в день и в результате у нее развился психоз (белая горячка). Пиво оказывает сильное воздействие на сердце. У медиков даже есть свой термин — «бычье

сердце», то есть ожирение сердца. Это очень опасное явление, которое может привести к инфаркту, к сердечной недостаточности и даже к остановке сердца.

С точки зрения науки, существуют нормы умеренного употребления алкоголя — 150 граммов вина и 60 граммов водки в месяц по праздникам. Но если у женщины существует алкогольная зависимость, то спиртное ей вообще запрещено — 100 граммов приведет к запою. Стоит только начать, а остановиться уже не сможешь.

80 процентов успеха в лечении зависит от силы воли больного. Если человек сам поймет, что он страдает алкогольной зависимостью, что ему нельзя пить и нужно остановиться, то успех обеспечен.

Мужики — на троих, женщины — в одиночку

Женщины, как правило, обращаются за медицинской помощью поздно. С давних времен в народе сохранилось мнение: если женщина пьет — это позор. Признаться кому-то ей стыдно, и порой она очень умело это скрывает. Пьет в одиночку, но при этом довольна; долгое время сохраняет свой социальный статус, ходит на работу. Родственники, заметившие, что женщина пьет, тоже стараются все скрыть: им стыдно, они стесняются. Поэтому женщины поступают в больницу, когда им уже скрывать нечего. А мужчины более откровенны, они раньше обращаются за помощью.

В последнее время возраст больных алкоголизмом очень омолодился. В этом году в стационаре проходила лечение тринадцатилетняя девочка из вполне благо-

получной семьи (познакомилась с двадцатипятилетними женщинами, а они ее научили пить). Трех пациенткам наркодиспансера по 17 лет, но встречаются и «патри; архи» — одной бабуле, которая стоит здесь на учете, исполнилось уже 82 года.

Влияние алкоголя на женский организм

У женщин, в отличие от мужчин, под влиянием алкоголя быстрее наступает изменение личности, про; исходят психические отклонения. Пьющие женщины чаще заканчивают свою жизнь в психоневрологическом отделении.

В первую очередь у женщин реагирует центральная нервная система, страдает печень (возникают гепатиты), развивается алкогольный кардиосклероз. Алкоголь оказывает губительное воздействие на плод беременной женщины, особенно в первые три месяца, когда идет закладка всех органов. У акушеров существует термин «алкогольный синдром плода». А о кормящих матерях и говорить не стоит. Раньше бытовало мнение, что алкоголь увеличивает количество молока, но о влиянии его на грудного ребенка забывали. Малыш отстает в росте, в весе, становится раздражительным. А в дальнейшем эти дети тоже становятся алкоголиками.

Бытует мнение, что женский алкоголизм неизлечим. Это не так, хотя в процессе лечения у женщин есть свои особенности. Мужчины больше следят за своим здоровьем, интересуются результатами анализов, состоянием своих органов, испытывают чувство страха. Женщины, видимо, более выносливы. Им чуть отлегло — они то; ропаются покинуть стены больницы. Но если женщина

серьезно отнеслась к лечению, ремиссия будет долгой и эффект чаще лучше, чем у мужчин.

Сейчас отменили принудительное лечение из-за того, что оно якобы не принесло должной эффективности. Это не совсем так. Положительные примеры были. Вот один из них: несколько раз наряд милиции доставлял в больницу одну женщину, которую привлекали за бро; дяжничество и пьянство. Ее вылечили, сняли с учета. Позже она вышла замуж, взяла из детдома ребенка, и сейчас у нее все нормально.

Что толкает женщину в «объятия» «зеленого змия»

Если попытаться сформулировать ответ в одной фразе, то главной причиной однозначно является не; реализованность женского начала, хотя проявляться это может по;разному. Одна из схем формирования ал; когольной зависимости у женщин стара как мир. Жен; щина посвящает себя воспитанию детей, часто жертвуя при этом своими карьерными интересами. И когда су; пруги подходят к сорокалетнему рубежу, происходят вполне закономерные, хотя и довольно грустные изме; нения в отношениях. Мужу жена перестает быть инте; ресной. И, повинаясь чисто мужским инстинктам, он отправляется на поиски более интересной и часто бо; лее молодой партнерши. Брак распадается. Но к этому моменту подрастают дети и начинают жить собствен; ной жизнью. Женщина остается одна — ничем не за; нятая и никем не востребованная. Угнетающие мысли возникают каждый день и почти никогда не исчезают. Хотя психотерапевт подсказал бы, что подавляющее

большинство мужчин в возрасте 40 лет так и не находят того, ради чего они уходят из семьи. А вернуться домой мешает гордость. Тут нужна помощь бывшей жены, чтобы семейная жизнь наладилась вновь. Тоска и безысходность изматывают душевно и физически, поэтому очень хочется отвлечься. И женщина сама (редко в компании подруги) выпивает немного спиртного: настроение резко улучшается. Это запоминается, и опыт хочется повторить. А дальше — больше, при этом одна, дома на кухне, вдали от посторонних глаз.

Другая «дорожка» стала протаптываться не так давно. В группу риска стали попадать жены тех, кого еще недавно было принято называть «новыми русскими». Есть все — муж, дети, дом — полная чаша. Но муж занят практически только работой, дети в школе или в садике. А хозяйке дома абсолютно некому «подарить» себя, как и некому позаботиться о ней, проследить за тем, что она делает, оставаясь дома одна. А ведь в этом случае, в отличие от предыдущего варианта, существует недостаток, который позволяет пить не дешевое пиво, оставляющее дурной запах, а дорогие напитки и даже наркотики, также поначалу дарящие душевный комфорт.

Как ни странно, к бутылке нередко приходят и весьма уверенные в себе по молодости и успешные в бизнесе дамы, если профессиональная деятельность отвлекла их от создания семьи. Хотя у некоторых из них есть дети, но в силу того, что растить их некогда, отношения с потомками, когда они подрастают, не складываются. В итоге получается, что все было: отличная работа, интересные мужчины, машина, квартира и про;

чие блага. Но бизнес однажды прогорает или перестает занимать все мысли, в пустом и роскошном доме ник; то не ждет, замуж после 35 лет сложно и еще сложнее родить первого ребенка. Что остается?

Кроме перечисленных причин, есть и другие. Например, к алкоголю женщину может подтолкнуть депрессия. Все есть: семья, работа, а душевного ком; форта нет. Дурные мысли мешают заснуть, так и гло; жут. Чтобы заглушить их, нужно выпить. Нет, не сно; творного, а немного спиртного. И пошло; поехало. Кстати, очень часто такой сюжет развивается на фоне климакса, который у некоторых женщин сопровож; дается и физическим, и моральным дискомфортом.

И, пожалуй, самое страшное — это тот механизм развития алкоголизма, который мы сейчас наблюдаем на фоне активной рекламы пива. Страшно, что пиво открыто пропагандируется, легко доступно и дешево. Его могут позволить себе даже школьники и студенты. Молодые люди 14–18 лет (в том числе и девушки) по; ходя — на переменках, в течение дня — выпивают не; сколько бутылок пива, совершенно не думая о послед; ствиях. А ведь бутылка пива, даже слабоалкогольного (содержащего порядка 5% алкоголя), отражается на ор; ганизме так же, как 60 мл водки. Не говоря уж о попу; лярной сейчас марке «Балтика № 9», которая эквива; лентна 100 мл водки. Ничуть не лучше и газированные коктейли, в которых нет фактически ничего из тех ком; понентов, которые указаны на банках: ни рома, ни на; стоящего джина, ни натуральных соков. Это просто подслащенный разбавленный алкоголь неизвестного происхождения.

Чаще всего эти напитки не особенно мешают сообщать, позволяют вполне сносно управлять своим телом, поэтому и не вызывают к себе серьезного отношения. Просто меняют настроение к лучшему. Хотя уже через год;полтора после регулярного употребления этих слабеньких и сладеньких «транквилизаторов» выясняется, что без спиртного жить невозможно.

Лечение женского алкоголизма

Разумеется, алкоголизм, как и любое другое заболевание, необходимо лечить — лечить долго, серьезно и обязательно с помощью специалистов;наркологов.

Один из мифов утверждает, что женский алкоголизм поддается излечению намного труднее, чем мужской. Это так и не так одновременно. Да, женщины быстрее попадают в зависимость от алкоголя. Часто, хотя далеко не всегда, дамский организм быстрее разрушается под воздействием больших доз спиртного. Однако в целом механизм развития недуга одинаков для обоих полов, как и одинаков механизм излечения.

Главная сложность заключается в том, что женщина сама редко обращается за помощью к специалисту. Во;первых, потому что у нас в стране, в отличие от Запада, не принято приносить свои переживания в медицинский кабинет. А во;вторых, потому что женщина до последнего момента пытается скрыть свое пристрастие от окружающих. Ведь общественное мнение сформировано на протяжении многих веков и очень несправедливо по отношению к женщине. Если пьет мужчина, считается, что его надо пожалеть и ему надо помочь, поэтому проблемы пьющего представителя сильного пола

почти сразу превращаются в проблемы его жены (подруги), матери, сестры и т.д. И женщина, как существо более социально организованное, ведет своего пьяницу к врачу, служит ему «костылем» весь период лечения, да еще и выворачивается наизнанку, когда он начинает привыкать к новой, трезвой жизни. Но если пьет жена, ее все осуждают и от нее все отворачиваются.

Понимая это часто на подсознательном уровне, все представительницы слабого пола скрывают свою «связь» с бутылкой до тех пор, пока результат не отражается на внешности пьющей (появляются отеки, одышка, нездоровый цвет лица, резко портится характер). А это уже тот этап развития заболевания, который и у мужчин, и у женщин лечится значительно сложнее, чем начальная стадия. Беда в том, что женщины чаще пьют в одиночку. Опомнись взрослые дети или муж (которые обычно и приводят пьющую женщину к психиатру; наркологу) чуть раньше, проблема решалась бы намного проще! Причем женщина, даже более чем мужчина, нуждается в поддержке, понимании, заботе, как в процессе лечения, так и по его окончании, но именно этого она и получает меньше всего, опять же, «благодаря» сложившемуся общественному мнению. Этот фактор тоже очень усложняет задачу лечащего врача. Словом, женский алкоголизм вполне победим, но только в одном случае: если за женщину есть кому бороться, если у нее есть семья. Ответственность перед близкими, чувство, что кто-то в тебе нуждается, — один из мощнейших стимулов, который помогает женщине выздороветь. А без стимула положительного результата в такой ситуации не добиться.

Хочется отметить, что женщины, которые все;таки так или иначе обратились за помощью, могут не только избавиться от алкогольной зависимости, но и начать получать удовольствие от жизни. Многих из них специалисты после основательного лечения учат дозированному употреблению спиртного, чтобы была возможность участвовать в каких;то торжествах, а не отсиживаться стыдливо в углу, бормоча себе под нос: «Извините, мне нельзя пить».

Все возможно при желании решить проблему. Поэтому женщинам стоит прислушаться к трем важным советам:

1. Учитесь обсуждать свои душевные переживания со специалистами, а не с приятельницами, которые зачастую в душе могут радоваться тому, что проблемы не только у них одних.

2. Тем, у кого в роду есть (или были) пьющие родственники, особенно мужского пола, следует быть крайне осмотрительными в отношениях с алкоголем и на любом этапе стараться контролировать себя.

3. Старайтесь, так или иначе, организовать свою личную жизнь, даже если поначалу деятельность гораздо важнее, чем грязные носки мужа, пеленки и кастрюльки. Обязательно в жизни наступит этап, когда семья покажется благом.

Народная медицина и женский алкоголизм

В наркодиспансер попадают пациенты, прошедшие лечение у знахарей. Кстати, сами знахари тоже нередко гости этого медицинского учреждения. Недавно ле;

жала одна женщина, которая лечила больных, глядя на водку. Посетитель — за дверь, а она — за бутылку. В результате оказалась пациенткой наркодиспансера. Провели медикаментозное лечение, подшили препарат «Эспераль», с тех пор не пьет уже два года.

Кроме медикаментозного лечения, существуют и народные средства. Для вытрезвления, например, используют 8 капель нашатырного спирта на стакан воды. Богородская трава и барынец снимают тягу к алкоголю.

Особо стоит сказать о таблетированных препаратах, которые работники аптек предлагают всем желающим. «Тетурам», «Эспераль» и другие таблетки нужно принимать под строгим наблюдением врача. И ни в коем случае их нельзя давать без ведома больного — возможны тяжелые последствия, вплоть до паралича. Иногда, желая прервать запой близкого человека, родственники добавляют эти таблетки в чай или в кашу, а в результате больной дает сильную реакцию в виде различных неврологических расстройств. «Скорая» привозит таких пациентов в наркодиспансер практически каждый день. Лечиться самостоятельно не стоит!

Алкоголь и материнство

Состояние здоровья ребенка, подростка в значительной степени определяет будущие возможности взрослого человека.

Алкоголь, отрицательно сказываясь на здоровье женщины, нарушает и нормальное функционирование ее половых органов. Вот несколько цифр. Известный русский исследователь С. З. Пашенков наблюдал в те;

чение 5 лет 3300 пациенток, лечившихся от хронического алкоголизма. У 85,3 процента из них имелись хронические заболевания, причем 40,6 процента женщин страдали заболеваниями половой сферы.

В целом, у женщин, злоупотребляющих спиртным, в 2,5 раза чаще, чем у непьющих, отмечаются различные гинекологические заболевания. Злоупотребление алкоголем, разрушая организм женщины, истощает ее нервную и эндокринную системы и в конце концов приводит к бесплодию. Кроме того, женщины, злоупотребляющие алкоголем, нередко ведут беспорядочную половую жизнь, что неизбежно сопровождается воспалительными заболеваниями половых органов и оканчивается бесплодием.

Состояние опьянения в момент зачатия может крайне отрицательно сказаться на здоровье будущего ребенка, так как алкоголь опасен не только для созревающих половых клеток, но может сыграть свою роковую роль и в момент оплодотворения вполне полноценных (нормальных) половых клеток.

Причем сила повреждающего воздействия алкоголя в момент зачатия непредсказуема: могут быть как легкие нарушения, так и тяжелые органические поражения различных органов и тканей будущего ребенка.

Период от момента зачатия до 3 месяцев беременности врачи называют критическим в развитии плода, так как в это время происходит интенсивная закладка органов и формирование тканей. Употребление алкоголя приводит к уродующему воздействию на плод, причем повреждение будет тем сильнее, чем на более раннем этапе критического периода воздействовал алкоголь.

В медицинской литературе появился специальный термин, обозначающий комплекс пороков у детей, вызванных повреждающим воздействием алкоголя в период внутриутробного развития — алкогольный синдром плода (АСП), или синдром алкогольной фетопатии.

Для АСП характерны врожденные аномалии развития сердца, наружных половых органов, нарушение функции центральной нервной системы, низкая масса тела при рождении, отставание ребенка в росте и развитии. У детей с синдромом алкогольной фетопатии характерные черты лица: маленькая голова, в особенности лицо, узкие глаза, специфическая складка век, тонкая верхняя губа.

Употребление спиртных напитков опасно на всем протяжении беременности, так как алкоголь легко проникает от матери через плаценту по кровеносным сосудам, питающим плод. Воздействие алкоголя на плод в последующие месяцы беременности приводит к недоношенности, снижению массы тела, рожденных детей, мертворождению.

Кормящая мать должна помнить, что алкоголь оказывает крайне вредное воздействие на организм грудного младенца и в первую очередь на его нервную систему. Даже ничтожные дозы алкоголя, попадающие с молоком матери в организм младенца, могут вызвать серьезные нарушения в деятельности центральной нервной системы, а в отдельных случаях даже иметь необратимые последствия.

Ребенок под воздействием алкоголя становится беспокойным, плохо спит, у него могут наблюдаться судороги, а в последующем и отставание в психическом развитии.

ком развитии. Если же кормящая мать страдает хроническим алкоголизмом и в организм младенца регулярно попадает алкоголь, то, помимо вышеупомянутых осложнений, у ребенка может возникнуть «синдром алкогольной зависимости грудного возраста».

Рюмочка в руках девушки. Красивая хрупкая рюмка на тонкой ножке, а вино в ней переливается и играет на свету теплыми янтарными бликами. Взглянув на нее, человек, любящий стихи, мог бы вспомнить блоковские строчки о бокале «золотого, как небо». Гурман предвкушал бы чуть терпкий, холодящий вкус и тонкий аромат...

«А я, врач, ловлю себя на ассоциациях совсем иного рода, отнюдь не приятных и не поэтических! Я вижу перед собой галерею обрюзгших лиц, распростертых в тяжелом дурмане тел, слышу звон разбитого стекла, хриплую брань. Что поделаешь!.. Профессия психиатра много лет сталкивала меня с крушениями человеческих судеб, с болезнями и несчастьями, в истоке которых стояло именно оно — золотое, как небо...». Эти горькие слова принадлежат заслуженному врачу РСФСР И. К. Янушевскому, на много лет посвятившему борьбе с последствиями злоупотребления алкоголем.

Есть данные, что продолжительность жизни женщин;алкоголиков на 10%, а мужчин;алкоголиков на 15% меньше, чем непьющих. Но не только в этом вред алкоголя.

Немецкий врач Крепелин в начале века писал, что последствия алкоголизма не столь страшны, пока половина человечества — женщины почти не причастны к алкоголю. Но когда пьянство получит распростра;

нение и среди женщин, то «нашим потомкам будет грозить полная гибель».

К сожалению, злоупотребление вином перестало быть печальной привилегией мужчин.

У женщин одним из характерных последствий алкоголизма является неспособность вскармливать детей грудью. По наблюдениям специалистов, этот недостаток встречается у 30–40% женщин, регулярно потреблявших алкоголь. Значительное влияние оказывают спиртные напитки и на детородную функцию. Во-первых, алкоголизм приводит к раннему старению. Пьющая женщина 30 лет, как правило, выглядит старше, а алкоголичка к 40 годам превращается в старуху.

Об отрицательном влиянии вина на потомство известно с древности. Задолго до наших дней было отмечено, что у пьющих людей чаще бывают мертворожденные дети и выкидыши. Если же ребенок родился живым, то нередко он отстает в развитии и растет умственно неполноценным.

Не случайно законы Древней Греции и Рима запрещали молодым людям пить спиртное. Запрещалось пьяному мужу приближаться к жене. Был издан закон о недопустимости употребления вина новобрачными.

На Руси также с давних пор считалось плохим признаком пить вино на собственной свадьбе. Связь здоровья детей с состоянием родителей подмечена и в других странах.

Каков механизм влияния вина на развитие плода?

Здоровье новорожденных зависит от условий формирования половых клеток родителей, внутриутробного развития, течения родов и, наконец, условий послеродового

дового периода. На всех этих этапах контакт плода и новорожденного с алкоголем опасен своими физическими и психическими последствиями, причем риск уродства и заболевания тем выше, чем больше степень воздействия алкоголя на живой организм. Конкретные формы поражения определяются также тем, на каком этапе развития происходит алкогольная интоксикация.

Выяснено, что действие алкоголя на этапе внутриутробного развития приводит к недоразвитию плода или отдельных его органов (уродства), повышенной смертности новорожденных.

Алкоголь, попадающий в детский организм с молоком матери, вызывает нервные расстройства (в том числе нарушения психики, умственную отсталость), заболевания органов пищеварения (главным образом печени), сердечно-сосудистой системы и т.д.

Описано много случаев алкогольного отравления грудных детей из-за того, что их матери пили вино и пиво. Для чего это они делают? На этот вопрос матери пострадавших детей в большинстве случаев отвечали: чтобы было больше молока. Такая «стимуляция» продукции молока кончалась весьма плачевно! У детей возникали судорожные припадки, а иногда даже развивались настоящие приступы эпилепсии.

Еще в конце прошлого века французский врач Демме, изучая потомство семей алкоголиков, установил, что почти 50% их детей погибли в раннем детстве, а из оставшихся 10% страдали эпилепсией и водянкой головы, 12% росли идиотами и только 10% были здоровы.

Женщина, злоупотребляющая спиртным... Это уже само по себе бедствие. Недаром в народе говорится:

«Муж пьет — полдома горит, жена пьет — весь дом горит». Но как себя чувствует мать, зная, что ее ребенок родился неполноценным по ее вине? У одной женщины (вовсе не безнадежной алкоголички) родился ребенок с тяжелым психическим расстройством. Врачи выяснили причину: на протяжении всей беременности будущая мать пила коктейли, в которых содержался алкоголь. Всего несколько граммов алкоголя, растворенного в тонизирующем напитке, и тяжелые психические расстройства у малыша, который будет обречен до конца своей жизни!

Женщине нельзя пить ни грамма спиртного вплоть до того дня, когда ребенок отлучится от материнской груди. Исключений быть не должно. Это как закон.

Женщина, готовящаяся стать матерью, не может не знать, что в начале своего развития плод еще не имеет самостоятельного кровообращения и что при приеме любых доз алкоголя концентрация его в крови матери и плода одинакова.

Наследование психической неполноценности от родителей; алкоголиков не вызывает сомнений. Более сложен вопрос, передается ли по наследству предрасположение к алкоголизму. Древнегреческий писатель Плутарх (46–126) писал, что «пьяницы рожают пьяниц». Однако только с успехами современной генетики появилась возможность проверить это предположение. Медицинская генетика для доказательства наследственности в происхождении того или иного признака пользуется различными приемами. Но в любых случаях собираются сведения о родословных семей, включая далеких предков и дальних родственников. Эти сведения

ния систематизируются и анализируются, на основании чего делаются те или иные выводы. Если какое-то заболевание обусловлено наследственными причинами, то среди родственников больного патологических изменений будет во много раз больше, чем среди всего населения (статистически достоверные отличия).

Наиболее «чистые» условия опыта создаются при изучении наследственности близнецов. Если одному из близнецов пришлось жить в обстановке трезвости, а другой попал в пьяную компанию, то первый обыватель, но не становится алкоголиком, тогда как риск алкоголизма у второго резко возрастает.

Статистико-генетическими исследованиями доказано, что сам алкоголизм генетически не передается, передается только склонность к нему, вытекающая из особенностей характера, полученного от родителей. А быть человеку алкоголиком или не быть — этот вопрос решается конкретной жизненной ситуацией, т.е. условиями внешней среды.

В развитии пьянства у детей алкоголиков решающую роль играют дурные примеры родителей, обстановка пьянства дома, в семье. Стоит авторитетному члену семьи, скажем дедушке, убедительно осудить сына; алкоголика, как сразу же поднимаются шансы, что внук будет трезвенником.

Итак, алкоголизм не наследуется, и борьба с ним зависит от воли и поведения пьющего человека. Роль наследственности в возникновении алкоголизма может быть только косвенной: генетически передается какая-то черта характера или заболевания, способствующая пониженной устойчивости к «пьяному быту».

Хмельное отравление у детей

У здорового ребенка не может быть влечения к спиртному. Напротив, вкус и запах алкоголя вызывают у него отвращение. К употреблению хмельных напитков детей толкает любопытство. Психологически точно пишет об этом Джек Лондон в повести «Джон; Ячменное Зерно»:

«В первый раз я напился, когда мне было пять лет. День был жаркий, мой отец пахал в поле за полмили от дома. Меня послали отнести ему пива. «Да смотри, не расплескай по дороге!» — наказали мне на прощание. Пиво было, помнится, в деревянном ведерке, с широким верхом и без крышки. Я нес его и плескал себе на ноги. Я шел и размышлял: почему это пиво счи; тается такой драгоценностью? Небось вкусно! А то по; чему мне не велят его пить? Ведь все, что родители за; прещают, всегда очень вкусно. Значит, и пиво тоже. Я сунул нос в ведро и принялся лакать густую жид; кость. Ну и дрянь же! Все;таки я пил. Не может быть, чтобы взрослые так ошибались! Трудно сказать, сколь; ко я выпил тогда: я был карапуз, а ведро казалось ог; ромным, а я все хлебал, не отрываясь, погрузив лицо по самые уши в пену. Но глотал я, признаться, как ле; карство: меня тошнило и хотелось скорее покончить с этим мучением.

Я проспал под деревьями до вечера. На закате меня разбудил отец, и, с трудом поднявшись, я побрел за ним. Я был еле жив: ноги казались свинцовыми, реза; ло в животе, к горлу подступала тошнота. Я чувствовал себя отравленным. Собственно говоря, это и было самое настоящее отравление».

И в современной нашей жизни бывают подобные же, иногда трагические случаи отравления детей спиртным.

История из жизни

На праздник в гостях собралась компания с детьми от 4 до 8 лет. Им устроили стол в отдельной комнате и для шутки дали рюмки, в которые предложили налить лимонад. Однако старший мальчик ухитрился незаметно от взрослых налить в рюмки для детей портвейн. Ребятишки не разобрались и залпом выпили первую рюмку. Кто-то поперхнулся, но спустя некоторое время вино оживило детскую компанию, и они выпили еще по 2 рюмки. Взрослые обнаружили это только тогда, когда младшая девочка с криком забилась в судорогах и у нее началась рвота. Детей срочно пришлось отправить в больницу...

Алкоголь, попадая в организм ребенка, быстро разносится кровью и концентрируется в мозгу. Вследствие повышенной рефлекторной возбудимости даже небольшие дозы спиртного вызывают у детей бурную реакцию, тяжелые симптомы отравления. При систематическом поступлении алкоголя в детский организм страдает не только нервная система, но и пищеварительный тракт, зрение, сердце. Печень не справляется с алкогольной нагрузкой, и происходит ее перерождение. Страдают и органы внутренней секреции, прежде всего щитовидная железа, гипофиз, надпочечники. В результате на фоне алкогольной интоксикации у подростков могут развиваться сахарный диабет, нарушение половой функции и т.д.

Особо следует сказать об остром алкогольном отравлении. Такое отравление представляет большую опасность для детей, организм которых высоко чувствителен к токсическим веществам. Особенно ранима нервная система, головной мозг. Опыянение у детей дошкольного и раннего школьного возраста развивается настолько бурно, что бывает трудно спасти ребенка.

Нужно сказать, что случаи смерти детей от спиртных напитков не столь уж редки...

Полугодовалой девочке, болевшей воспалением легких, делали винные компрессы на грудь 3 раза в день в течение 3–5 ч. На третий день «лечения» ребенок потерял сознание, у него выступил холодный пот, поднялась температура. Долгое время девочка находилась в состоянии беспамятства и только на третий день пришла в сознание.

Другой случай закончился трагично. Мальчик 9 лет был со взрослыми на рыбалке. Во время обеда ему дали $\frac{1}{3}$ стакана водки, которую он выпил в два приема под одобрителные возгласы взрослых. После того, как уха была съедена, а водка выпита, взрослые снова отправились к реке, а мальчик остался у костра. Вскоре он потерял сознание и в таком состоянии был доставлен в ближайшую больницу. У него наблюдалось угнетение жизненно важных функций: сердечной деятельности, дыхания, обмена веществ. Не приходя в сознание, ребенок через 2 часа умер!

Вот так иногда кончаются попытки взрослых приобщить детей к вину. В большинстве случаев это делается исключительно с «добрыми намерениями» или с «лечебной целью».

Может быть, кому-то покажется, что этими фразами мы принижаем авторитет взрослых, в том числе родителей. Нет. Мы ведем такой откровенный разговор только потому, что доверяем сегодняшнему школьнику, который уже через несколько лет сам станет отцом или матерью. И именно тогда он должен вспомнить наши предупреждения.

Белая горячка

Белая горячка — наиболее часто встречающийся алкогольный психоз. Она возникает обычно в состоянии похмелья, когда у пьяницы появляются безотчетный страх, бессонница, дрожание рук, кошмары (погоды, нападения и т.п.), слуховые и зрительные обманы в виде шумов, звонков, движения теней. Это предвестники белой горячки. Ее симптомы особенно выражены ночью.

У больного появляются яркие переживания устрашающего характера. Он видит ползающих вокруг насекомых, крыс, нападающих на него чудовищ, бандитов, ощущает боль от укусов, ударов, слышит угрозы. Он бурно реагирует на свои галлюцинации, обороняется или бежит, спасаясь от преследования.

Днем галлюцинация несколько затухает, хотя больно остается возбужденным, у него трясутся руки, он суетлив и не может спокойно сидеть на одном месте. В медицинской литературе описан случай, когда такого больного, ориентирующегося в реальной обстановке, отправили в больницу для лечения на общественном транспорте в сопровождении жены.

На станции метро ему внезапно представилось, что на него движется группа вражеских солдат с автоматами. Он перепрыгнул через перила мостика над линией и упал на крышу вагона, а с нее — на платформу, где его подхватили пассажиры.

Другой больной поступил в больницу с множеством ножевых ранений. На вопрос врача, как это произошло, алкоголик ответил, что к коже у него прицепились чертики и он срезал их бритвой.

Другой формой психоза является алкогольный бред. Он возникает и после кратковременного пьянства, но, в отличие от белой горячки, не сопровождается галлюцинациями! Однако таких больных преследуют навязчивые мысли. Чаще всего это бред подозрительности, преследования, ревности. Пьянице, например, кажется, что против него устроен «заговор». Не видя выхода из создавшегося положения, он пытается кончить жизнь самоубийством.

Еще один вид алкогольного психоза описан выдающимся русским врачом С. С. Корсаковым в 1887 году. При корсаковском психозе больной утрачивает память на текущие события и не может восстановить факты последних лет жизни. Начало психоза напоминает белую горячку, но затем возникают своеобразные провалы памяти, хотя у большинства больных сохранены знания и профессиональные навыки периода, предшествовавшего алкоголизму.

Больной может подробно рассказать сюжет кинокартины, виденной 30 лет назад, перечислить фамилии школьных товарищей, но рассказать содержание телевизионной передачи, которую он недавно просмотрел,

или назвать имена его соседей по дому он не может. Он даже не помнит, что ел сегодня на завтрак, как зовут его лечащего врача.

Запойное пьянство

Запойное пьянство представляет собой наиболее тяжелую форму алкогольных эксцессов и определяет злокачественное течение алкоголизма. У большинства больных алкоголизмом II стадии, находящихся на стационарном лечении, пьянство запойное.

В отечественной литературе употребляется термин «псевдозапой» применительно ко II стадии алкоголизма. «Псевдозапой» противопоставляется «истинным», или циклическим, запоям, возникающим в III стадии заболевания. Однако Н. Н. Иванец, А. Л. Игонин отмечают, что крайние (полярные) варианты истинных запоев и «псевдозапоев» встречаются редко, обычно преобладают смешанные формы и альтернативная квалификация этих синдромов затруднена. Следует полагать, что термин «псевдозапой», или «ложный» запой, совершенно неправомерен, так как любая форма запойного пьянства есть запой. Все формы запойного пьянства обусловлены единым патогенетическим механизмом — повышенным выбросом в кровь катехоламинов с необходимостью их нейтрализации приемом алкоголя.

Типы запоев — кратковременные или длительные во II стадии алкоголизма объясняются сохранением защитно-компенсаторных механизмов, а периодичность (цикличность) запоев в III стадии объясняется сниже-

нием устойчивости к алкоголю и прорывом этих защитно;охранительных механизмов.

Клинически запой проявляется неодолимой потреб;ностью в приеме нового, опьяняющего (именно опья;няющего) количества алкоголя, как только наступает протрезвление. Влечение к алкоголю при этом насиль;ственное, безудержное. Во время запоя периоды про;трезвления очень кратковременные, их достаточно только для того, чтобы раздобыть очередную порцию алкоголя. В связи с этим абстинентный синдром не ус;певает полностью развернуться — больной практиче;ски все время находится в состоянии более или менее выраженного опьянения либо неполного протрезвления.

В начале II стадии алкоголизма, когда толерант;ность еще не достигает максимума, запои бывают крат;ковременными (2–3 дня, преимущественно в выход;ные, реже до 5–7 дней). Они возникают лишь после приема больших количеств спиртных напитков, чере;дуются с однодневными эксцессами и непостоянным пьянством с опохмелением. Кратковременные запои могут прерываться в связи с необходимостью идти на работу, при отсутствии денег на спиртное и по другим причинам. Абстинентный синдром по окончании крат;ковременного запоя выражен не столь сильно, после опохмеления небольшим количеством алкоголя запой прекращается на несколько дней — до следующей вы;пивки. Такую форму пьянства называют «ложными запоями», хотя, как говорилось выше, оснований к та;кому названию нет и правильное их называть кратков;ременными запоями. Как разовые, так и суточные ко;личества алкоголя при кратковременных запоях могут

варьировать, длительность промежутков между запоями также может быть различной у одного и того же больного и зависит от внешних обстоятельств.

При дальнейшем нарастании толерантности, достижении ее максимума и переходе на «плато» (максимальную устойчивость к алкоголю) длительность запоев возрастает до 1–3 нед. и более, а перерывы сокращаются, т.е. намечается периодичность запоев. Запоями возникают практически после каждого употребления спиртных напитков, однодневные эксцессы и непостоянное пьянство прекращаются. Во время запоя спиртные напитки употребляются в более или менее равномерных количествах, с разной частотой, нередко и ночью, в сутки 0,8–1,5 л водки, а в ряде случаев и больше (до 2–3 л). Влечение к алкоголю столь безудержное, что больные пропивают все свои деньги, продают за бесценок вещи, употребляют суррогаты (одеколон, политура и др.). К концу запоя намечается тенденция к снижению толерантности — количество алкоголя несколько снижается. В то же время усиливаются абстинентные явления, они не полностью купируются очередным приемом алкоголя. Больной пьет уже не для того, чтобы достичь эйфории, а лишь для облегчения тяжелых соматоневрологических и психических расстройств.

Абстинентный синдром после длительных запоев включает нарушение сна, сначала в форме относительной бессонницы, т.е. засыпание возможно только после приема относительно большого количества алкоголя, в состоянии опьянения. В конце запоя может наступить абсолютная бессонница, когда и после при-

ема большого количества алкоголя наступает лишь по; верхностный кратковременный сон с элементарными гипнагогическими и гипнопомпическими галлюцина; циями в виде шумов, звонков, окликов, с устрашающи; ми сновидениями, вестибулярными расстройствами (ощущение падения, проваливания). Часто возникают выраженные депрессивные состояния, чувство тревоги, беспокойство, страх, больной испытывает раскаяние, виновность. При этом усиливаются соматовегетатив; ные и двигательные расстройства, нарушения деятель; ности сердечно;сосудистой системы, диспепсические явления.

Если в конце запоя снижается переносимость алко; голя, то больной опохмеляется несколько раз в течение дня, но небольшими количествами спиртных напит; ков — «выхаживается». Несколько дней, реже 1–2 нед. после выхода из запоя держится астеническое со; стояние, больной воздерживается от спиртного, даже испытывает отвращение к алкоголю. Воздержанию способствует и то, что больной знает об опасности пер; вой рюмки, которая неизбежно приведет к запою, и стремится оттянуть время. Однако в ряде случаев пер; вичное влечение к алкоголю становится компульсив; ным и возникает «цепная реакция»: первая рюмка, уг; рата контроля, большое количество алкоголя, глубокое опьянение, опохмеление опьяняющим количеством спиртного, новый запой.

Межзапойные периоды могут быть различной продолжительности (от нескольких дней до нескольких недель и даже месяцев) не только у разных больных, но и у одного и того же больного.

В ряде случаев в период запоя долго сохраняется относительно устойчивая толерантность к алкоголю, абстинентные явления при этом не нарастают, больные могут пить спиртное 3 раза в день, утром опохмеляться относительно небольшим количеством, после чего сохраняется работоспособность. Это форма, промежуточная между запойным и постоянным пьянством. Однако, в отличие от постоянного пьянства, через 1–3 мес. у больного возникают астенодепрессивные состояния, одышка, боль в области сердца и другие соматовегетативные нарушения, заставляющие прекратить пьянство, как правило, на несколько недель, реже — месяцев, до следующего запоя.

Как правильно себя вести в вытрезвителе

С точки зрения классификации лиц, попадающих в вытрезвитель, можно отметить следующие две категории: доставленные в вытрезвитель в сознательном состоянии и доставленные в вытрезвитель в бессознательном состоянии. Рекомендуется прочесть оба этих раздела, ибо никогда не знаешь, что день грядущий нам готовит.

В любом случае, важно помнить, что: «...По просьбе лица, задержанного за совершение административного правонарушения, о месте его нахождения уведомляются его родственники, администрация по месту работы или учебы. О задержании несовершеннолетнего уведомление его родителей или лиц, их заменяющих, обязательно».

Доставленные в вытрезвитель в сознательном состоянии

Итак, вы выпили любое количество алкогольного напитка (например, пару бутылок пива) и одновременно; но чем;то не понравились сотруднику милиции. Этого достаточно, чтобы доставить вас в вытрезвитель.

Совет № 1

Не выпендривайтесь. Если уж вы не смогли откупиться и попали сюда (тем более в сознательном состоянии) — сделайте свое пребывание здесь максимально коротким и комфортным. Можно, конечно, начать требовать адвоката, ссылаться на конституцию и законы, но, как правило, все это бесполезно. Вы — в шестеренках отлаженного «вытрезвительного» механизма.

Если у ментов (их даже ментами;то назвать трудно) «запарка», вас поместят в «отстойник». Хорошая возможность подумать о бренности бытия, но самое главное — настало время спрятать деньги (если они у вас есть и если вы не сделали этого раньше, например, пока вас везли в лимузине).

Совет № 2

Деньги надо прятать либо в носки (их часто не снимают), либо в специально подготовленные укромные места в одежде. Помните, что если вдруг вас попросят снять носки и там находятся деньги, то обязательно обратите внимание всех присутствующих (к слову сказать, теоретически должно быть двое понятых, хоть это и фантастика на третьей полке) на то, что у вас в носках находятся деньги и попросите занести сей факт

в протокол. Если у вас с собой доллары (как вам не повезло), обязательно попросите переписать номера купюр в протокол. По идее, после досмотра вас должны попросить расписаться. Если этого не произойдет, напомните «товарищам» об этом.

Как правило, протокол составляют позже, во время вашего отдыха. Так что забудьте про свои баксы.

Совет № 3

В любом случае оставьте в кошельке (или в кармане) для отвода глаз сумму, эквивалентную 1 минимальной оплате труда (83 р. 49 коп.) — именно столько составляет штраф за ваши прегрешения. Лучше оставить больше — это поможет ублюдкам в серой форме подтвердить свою неполноценность. К сожалению, честные граждане в вытрезвителе работают очень редко.

Далее вам предложат раздеться (как правило, до трусов и носков), и вас начнет медицински освидетельствовать фельдшер. Собственно, от его решения и зависит, где вы проведете сегодняшний вечер. Стоит ли говорить, что установленные правила проведения медицинского освидетельствования будут полностью игнорированы? В лучшем случае проверят расширение ваших зрачков, или попросят поднять монетку с пола, или пройтись с закрытыми глазами по прямой (возможны варианты). Обычно фельдшер считает, что уровень его квалификации настолько высок, что позволяет «на глазок» определить ваше состояние. Между тем, советуем изучить, как должен выглядеть протокол медицинского освидетельствования для установления факта употребления алкоголя и состояния опьяне;

ния — это во;первых, интересно, во;вторых, не дай Бог, может пригодиться.

Совет № 4

Если вы уверены, что трезвы (практически трезвы), обязательно обратитесь после того, как вас отпустят в медицинское учреждение для проведения полноценной экспертизы. Если результаты ее будут благоприятными для вас — не упустите возможности подать в суд на воз;мещение морального и иного ущерба. Никого не бой;тесь — это не с ОМОНОм судиться, а с неудачниками в серой форме, которые порой пистолет;то в руках дер;жать по настоящему не могут. Их призвание — обирать нетрезвых, и это у них, к сожалению, получается.

Далее, как правило, вас помещают в камеру. Она представляет собой помещение, в котором расположе;но несколько коек. Максимально зафиксированное число коек в одной камере (из непроверенных источ;ников) равно двадцати. На каждой из них должны находиться матрас, подушка, одеяло, комплект белья (без полотенца). Выберите себе койку исходя из своих представлений о комфорте. Рекомендуется не ложиться у входной двери, у окна (если из него дует или если хо;лодно), рядом с буйным соседом. Оптимальное мес;то — у стены или в дальнем углу, подальше от форточ;ки, которая всегда открыта (хотя если летом стоит жара 40 градусов, у окна может быть веселее).

Совет № 5 (для брезгливых)

Убедитесь, что белье чистое, если оно вообще есть. Оно может быть влажным, но не мятым. Если белье мя;

тое (даже если оно аккуратно сложено) — вероятно, оно уже было кем-то использовано. Попробуйте найти другую кровать. Если везде белье мятое — решайте сами, что делать. Наше дело — предупредить. Белья может и совсем не быть, тогда готовьтесь к кожным заболеваниям. Вместо белья может быть клеенка медцинского коричневого цвета с разводами, появившимися на ней вероятно вследствие того, что на нее проливали жидкости, а может даже мочились.

Если вам захотелось в туалет, постучите во входную дверь. Дождитесь появления мента. Попроситесь в туалет. Помните, что, если вам приспичило десятый раз за «сеанс» в 4 часа утра, можно спрогнозировать, что конвоир будет недоволен. Как вариант — объясните ему, что у вас больны почки и вам может часто хотеться в туалет.

Старайтесь не вступать в разговоры с соседями по камере. Они могут устраивать дебоши, петь песни, стучать в дверь камеры, испражняться на пол, совок; ляться, драться, пытаться завязать разговор, а также осуществлять любые другие разумные с их точки зрения действия. Если вы не уверены в себе, не пытайтесь помешать им и тем более присоединиться. Итак...

Совет № 6

Ни с кем не контактируйте, ведите себя смирно.

В противном случае — если ваше поведение не понравилось ментам — вас могут просто (или не просто) избить. Есть и более изощренные способы (распространенные в последнее время) — например, вас могут «зафиксировать». Положение лежа на топчане, лицом

вниз, руки вытянуты вперед и очень крепко связаны, ноги связаны тоже. Напоминаем, что вы лежите в трусах в помещении с температурой воздуха 15–18 градуса (зимой). Минут через 10–15 руки начинают сильно отекать. В таком состоянии вас могут продержат для; тельное время. Этот метод воздействия не оставляет последствий.

Прошло 3 часа

Как правило, обычно через это время вас попыта; ются отпустить. Итак, вы в трусах и (в лучшем случае) в носках подходите к стойке дежурного (или как там у них это называется). Вам предлагают подписать протокол. В протоколе, как правило, написано, что вы по; сягали на общественный порядок или на порядок самоуправления. Именно так на скупом юридическом языке называется распитие спиртных напитков в общественных местах. Вас попросят расписаться в паре мест. Если вы хотите уйти немедленно — сделайте это (даже если вы не пьяны, в любом случае потом сможете восстановить справедливость — сдав анализы и подав в суд). В случае отказа подписать протокол, теоретически, в соответствии с законодательством, в нем должна быть оставлена запись о том, что вы протокол подписать отказались. Однако вместо этого вас поместят назад в камеру.

Совет № 7

Подпишите протокол. В графе «объяснения» напишите то, что вас попросят (в пределах разумного, конечно).

Часто просят написать: «пил водку». Если просят просто подписать — помните, что это значит, что гра;фу «объяснения» менты за вас заполняют потом самосто;ательно. Так что лучше напишите сами, что были за;держаны сотрудниками милиции для мед. освидетельствования. Хотя мы не уверены, что данная формулировка их устроит. В общем, напишите что;ни;будь, исходя из собственного мироощущения, не гневя людей в сером.

В случае, если вы полны решимости восстановить справедливость (ха;ха) и не подписали протокол, вам предложат продолжить вытрезвление в камере. По на;блюдениям, это длится еще 6 часов. Иными словами, вас отпускают либо на 3;й час, либо на 9;й, если вы подписываете протокол. Если вы снова оказались на базе, рекомендуем обидеться на себя и лечь спать, а проснувшись, подписать протокол и идти домой.

Если и на этот раз вы не будете этого делать (crazy!!!), вам предложат подождать «начальника». Сколько это будет длиться — спрогнозировать сложно, однако если вы просидели более трех суток — имеет смысл заподо;зрить что;то неладное (это была шутка — скорее всего в течение суток с вами разберутся, т.к. без еды вас да;же в беспределном российском вытрезвителе держать не смогут, иначе — ой;ой как плохо им будет, если хва;тит у вас настойчивости на свободе). В общем, даль;нейшее развитие событий не исследовано. Автор будет признателен за информацию по данной теме.

Итак, вас отпустили. Идите домой, примите ванну, прижмитесь к любимой женщине, найдите поддержку друзей и подумайте о допущенных ошибках.

Возможные последствия

- Сообщат по месту работы.
- Сообщат по месту проживания.
- Занесут в базу данных.
- Легкое временное душевное расстройство.

Алкоголизм у животных

Кроликам, прямо скажем, не повезло: поэты их сравнивают с пьяницами, а врачи испытывают на них действие алкоголя.

Помните у Александра Блока: «И пьяницы с глазами кроликов: «In vino veritas!» (истина в вине) кричат...» А у Сергея Михалкова есть басня «Заяц во хмелю». Это, конечно, бывает только в басне, скажет иной читатель. Но, оказывается, прирученные людьми ближние родичи зайцев — кролики могут стать настоящими алкоголиками, конечно, с помощью человека.

Болезненное пристрастие к алкоголю может возникнуть у любого вида животных, если их приучать пить вино. Типичными объектами наблюдений за действием алкоголя на живой организм служат лабораторные крысы и мыши.

Что надо для того, чтобы из крысы; трезвенника сделать крысу; алкоголика? Способ спаивания животных очень прост: в воду для питья ежедневно добавляют все возрастающие дозы спирта. Через месяц; другой в клетку рядом с поилкой, откуда исходит запах спирта, ставят поилку со свежей водой.

И что вы думаете? Крыса пробует воду и презрительно крутит мордочкой. Зато хмельную воду пьет

с удовольствием. При отсутствии алкогольного напитка животные ведут себя подобно настоящим алкоголикам: мечутся по клетке, злобно кусают друг друга, жадно выгладывают в ячейки сетки, поводя ноздрями в предвкушении спиртного запаха. Некоторые крысы после периода возбуждения безвольно растягиваются на полу клетки — точно, как пьяница в состоянии похмельного синдрома.

Алкоголизм животных сопровождается глубокими изменениями в их половой сфере. Под влиянием алкоголя у них уменьшается продукция спермы, в которой постепенно начинают преобладать недееспособные сперматозоиды. При введении белым крысам в течение полугода;года небольших доз спирта обнаруживается недоразвитие половых клеток у самцов и самок.

Опыты показали, что клетки половых органов очень чувствительны к токсическому действию спирта: если у молодых «непьющих» животных за время эксперимента семенные каналцы увеличивались на 70%, то у крыс;алкоголиков— только на 6%!

Если крольчихам ежедневно в течение беременности вводить в желудок спирт, то у них треть плодов окажется мертвыми, а масса тела выживших крольчат будет значительно меньше, чем в контроле — у крольчих, не принимавших спирт.

Аналогичные процессы могут происходить и в организме людей.

Попадая в организм человека, этиловый спирт диффундирует через стенки желудка и кишечника, быстро достигает печени и появляется в крови. Состояние опьянения зависит от концентрации спирта в крови.

Содержание спирта в крови до 0,5 г/л обычно не вызывает заметных изменений. При концентрации спирта в 0,5—1 г/л крови опьянения не наблюдается, но иногда нервные центры перестают нормально функционировать. Это очень опасное состояние, особенно для водителей автомашин. По результатам многочисленных медицинских обследований, вероятность аварий в этом случае увеличивается в 14 раз. При накоплении в крови 2 г/л спирта человек перестает себя контролировать. При концентрации спирта 2–3 г/л степень опьянения возрастает: походка становится нетвердой, речь несвязной.

Победить вредные пристрастия мешает... сам организм.

Понять проблему помогло наблюдение за работой мозга с помощью вживленных электродов и анализ роли биологических ритмов.

С помощью микроэлектродов ученые обнаружили участки мозга с противоположными свойствами. Когда ток подавали на одни из них, животные испытывали боль, страдания. При подаче тока на другие участки животные тотчас успокаивались, получали огромное удовольствие. Такие участки соответственно называли зонами «ада» и «рая». Подобные зоны обнаружили и в мозгу человека.

Скажем, человек испытывает голод, физическое страдание, тогда усиливает свои сигналы «ад». Если же он получает от чего-то удовольствие, сигналы уже усиливает зона «рая». Зоны связаны отрицательной обратной связью. Когда, например, удовольствие начинает превышать допустимые пределы, в зону «ада» поступа-

ет сигнал опасности, и удовольствие становится неудовольствием, процесс прекращается (скажем, ребенок наигрался, устал).

При курении и употреблении алкоголя ритмы и связи нарушаются. Никотин и алкоголь, проявляя свои наркотические свойства, насыщают «рай» и гасят не; удовольствие. Наступает временное облегчение. Но «рай» начинает требовать постоянного подкармливания.

Привыкнув курить или пить вино, мы отводим маятник в сторону «рая». Чем больше человек курит, тем больше отклоняется маятник «рая». При попытке бросить курить начинает сигнализировать «ад»... То же самое с алкоголем.

Но с организмом шутить нельзя, всякая попытка подхлестнуть его в силу ритмической природы биологических процессов может привести к необратимым последствиям. Так, желание временно облегчить само; чувство (состояние дискомфорта) оборачивается нарушением жизненно важных процессов в организме.

Некоторые люди иногда сомневаются в том, что алкоголь — нервный токсин. Чтобы убедиться в этом, можно обратиться к опытам академика Ивана Петровича Павлова.

Применяя метод условных рефлексов, И. П. Павлов и его последователи доказали, что даже малые дозы спиртного искажают деятельность нервной системы, под влиянием алкоголя меняются соотношения между процессами торможения и возбуждения. После приема спиртного вначале преобладает возбуждение, которое затем сменяется резким торможением нервных процессов. Искажается объективное восприятие окружающей

обстановки, суждения становятся поверхностными, снижается память, затрудняется речь, резко падает внимание, замедляются все реакции и вообще страдает чувство времени. Движения утрачивают быстроту, ловкость, точность. В этом;то и кроется причина многих аварий на транспорте и травм в быту и на производстве среди пьяных. Из-за нарушения координации движений алкоголик не может совершать даже привычных движений, не говоря уже о трудовых операциях.

Степень и развитие нервного отравления находятся в прямой связи с дозой принятого алкоголя. Все пьяные похожи друг на друга: они развязны, несдержанны в выражениях и поступках, несамокритичны, так как, по выражению И. П. Павлова, расстаются с выработанным социальным тормозом. Мораль и нравственность перестают существовать для человека в состоянии опьянения. Алкоголь как бы снимает те человеческие качества, которые прививаются системой воспитания, и наряду выступают грубые и зачастую низменные свойства личности.