

Увлечение пивом - нездоровый выбор

Новое поколение предпочитает пиво

Вопреки мнению многих людей о том, что пиво – безвредный слабоалкогольный напиток, ученые утверждают, что это совсем не так. Специалисты, изучающие проблему алкоголизма, говорят о том, что среди спиртных напитков нет безвредных и разделять их по степени вредности безосновательно.

Что же на самом деле скрывается за эпитетами, которыми, награждают этот пенный напиток его любители?

Пиво - вовсе не безвредный напиток.

Пиво - это алкогольный напиток, изготовленный из воды, ячменного солода, дрожжей и хмеля путем ферментативного брожения.

Содержание этилового спирта в нем колеблется в зависимости от сорта - от **3,7%** до **12%**.

В процессе брожения в пиве образуются побочные продукты, обладающие токсическими свойствами. Это альдегиды, сивушные масла, метанол, эфиры. Их содержание в пиве в сотни раз превышает уровень их допустимой концентрации в водке.

Алкоголь усиливает токсическое действие компонентов пива, даже если они содержатся в нем в очень малых количествах.

Как и всякий алкогольный напиток, пиво вызывает опьянение и формирует зависимость.

Чем выше крепость пива, тем агрессивнее ведут себя ядовитые вещества. По вредному воздействию на организм пиво может сравниться, разве что, с самогоном.

Пивной алкоголизм формируется более чем в 3 раза быстрее, чем обычно.

Опасность представляет также «безалкогольное» пиво, поскольку алкоголь в нем, пусть даже в небольшом количестве, но, все же, присутствует.

Не думай, что выпить 2-3 раза в неделю, это нормально. Такое отношение к пиву крайне опасно! Одна бутылка 5%-ного пива содержит 50 гр. водки, а 9%-ного - 100гр водки.

Человек, выпивающий в течение дня литр-полтора пива, принимает 100-300 гр. алкоголя. **Если подросток выпивает 3-4 раза в месяц, в том числе и пива - это уже злоупотребление алкоголем!**

К группе риска относятся, прежде всего, подростки и молодые люди до 21 года, зависимость у которых формируется в 3-4 раза быстрее, чем у взрослого человека.

Неумеренное потребление пива серьезно влияет на жизненно важные органы и системы:

- пиво быстро всасывается и переполняет кровеносное русло, вызывая расширение вен и увеличение размеров сердца («синдром пивного сердца»)
- пиво содержит кобальт, который замещает кальций в сердечной мышце, что способствует снижению ее сократительной способности и развитию сердечной недостаточности (содержание кобальта в сердечной мышце у любителей пива в 10 раз превышает допустимую норму.)
- содержит вещества, которые провоцируют повышение артериального давления, вызывая головную боль, могут привести к поражению почек
- вымывание из организма калия и магния приводит к нарушениям сердечного ритма, сухости кожи, болям в икроножных мышцах, слабости в ногах, раздражительности, плаксивости, плохому сну.

Происходят эндокринные нарушения, которые влекут за собой серьезные изменения в репродуктивной сфере:

- у мужчин становится шире таз, увеличиваются грудные железы, у женщин становится грубее голос, появляются усы; из-за токсического поражения яичек у мужчин развивается бесплодие.
- **Клетки печени постепенно гибнут:** она сморщивается, утрачивает свою защитную функцию (от цирроза печени чаще всего умирают именно любители пива!)

Страдает нервная система:

- ухудшается память, ослабевает внимание, нарушаются мыслительные процессы.
-

ЗАПОМНИТЕ

1. Если хотя бы один из родителей или кровных родственников пьет (или пил), шансов получить алкогольную зависимость (с помощью пива в том числе) у тебя в 4 раза больше чем, у твоего сверстника из непьющей семьи.

2. Если для решения своих проблем ты прибегаешь к помощи спиртного (пива в том числе), к старым проблемам ты добавляешь новую - высокий риск развития алкоголизма, вылечить который невозможно.

ЧТО ДЕЛАТЬ?

- **Прояви силу воли**
- **Слушай голос разума**
- **Не поддавайся никаким соблазнам одурманить себя**
- **Думай о своем будущем**