

УГОЛОК ЗДОРОВЬЯ



ДУМАЙТЕ О БУДУЩЕМ!

Вред курения для подростков

Согласно статистике в России курение среди подростков достигло катастрофического размаха: в возрасте 15-17 лет курит каждая четвертая девочка и каждый второй мальчик.



Причины курения подростков

Проблема курения среди подростков распространяется со скоростью эпидемии. По мнению подростков, курение – это вредная привычка, которая не несет сильной угрозы. Подростки находят множество причин, чтобы начать курить:

- *подражание старшим друзьям, своим «кумирам», родителям;*
- *чувство интереса, новизны;*
- *давление со стороны сверстников;*
- *желание казаться взрослее;*
- *влияние рекламы и фильмов;*



Влияние курения на организм подростка

Курение:

- провоцирует возникновение рака легких и других заболеваний дыхательной системы;
- вызывает патологию зрительной коры, изменяя цветоощущение и зрительное восприятие в целом;
- истощает нервные клетки (подростки становятся рассеянными, медленнее соображают и быстро утомляются);
- отрицательно влияет на деятельность щитовидной железы, как следствие нарушение сна, общего состояния здоровья;
- преждевременно изнашивается сердечная мышца и как следствие возникновение риска раннего инсульта.

Вред алкоголя для подростков

1. Подростковый организм в 7 раз быстрее привыкает к спиртным напиткам, чем устоявшийся взрослый. Употребление подростком менее серьезных спиртных напитков не говорит о меньшей предрасположенности к алкоголизму.

2. Колоссальный вред наносится мозгу. В возрасте до 20 лет вся его работа направлена на обучение, и мозг поддерживает стадию установления подобных связей между нервными клетками. С помощью алкоголя нарушается столь необходимая взаимосвязь, что влечет к плохой восприимчивости информации.

3. У подростков намного быстрее происходит разрушение печени, чем у взрослого человека. Это связано с тем, что у подростков повышена проницаемость стенок сосудов, и печень не так развита, как у взрослого человека. Под воздействием спиртных напитков осуществляется жировое перерождение клеток печени. Весь организм претерпевает изменения: нарушается синтез белков, углеводов, ферментов и витаминов. К сожалению, многие юноши и девушки, начав употреблять спиртные напитки в раннем возрасте, потом уже не могут остановиться, что влечет за собой смертельное заболевание – цирроз печени.



4. Страдает работа желудочно-кишечного тракта. Алкоголь провоцирует изменение свойств и количества желудочного сока, осуществляется нарушение функционирования желудочной железы, что влечет за собой такие серьезные заболевания, как панкреатит и сахарный диабет. Если отдельно рассматривать такой напиток, как пиво, то оно представляет собой мочегонное средство. При его частом употреблении организм теряет все полезные вещества, что очень опасно и практически невозполнимо для молодого человека. Сладкие коктейли, особенно любимые в молодежной среде, производят в желудке абсолютный хаос, так как они содержат этиловый спирт, краситель и сахар. Помимо того, что таким образом органам наносится непоправимый вред, при данном употреблении в молодой организм поступает большое количество калорий.

5. Под воздействием алкоголя наносится вред иммунной системе, в связи с чем пьющий подросток чаще других приобретает простудные заболевания инфекционного характера.

6. У молодежи, употребляющей большое количество спиртного, отмечены частые инфекции мочевыводящих путей, почек, а также частые воспалительные процессы в дыхательных путях, которые обостряются еще и такой проблемой подростков, как курение.



7. Также серьезный вред оказывается на сердечно сосудистую систему. При употреблении спиртных напитков подросток становится агрессивным, что влечет за собой психические нарушения. При этом начинает свое развитие тахикардия, появляются проблемы с артериальным давлением.

Вред наркомании

- Употребление наркотиков в любом случае окажет негативное влияние на состояние здоровья. Данное заболевание более распространено среди подростков и людей до 30. Вред наркомании отразится на детях в большей степени, поскольку организм в этом возрасте еще не до конца развит.
- Любой человек должен знать, что даже небольшая доза может привести к непоправимым и страшным последствиям. Уже после первого раза человек почувствует изменения в организме, которые наверняка он оправдает определенными жизненными обстоятельствами. Привыкание происходит в кратчайшие сроки — от недели до месяца.



- Заболевание приводит к психическим и физическим изменениям. Вред наркомании заключается в ухудшении состояния здоровья. В организме наблюдаются следующие явления:
 - сбои сердечно-сосудистой системы (повышенное артериальное давление);
 - нарушение пищеварения (диарея, боли в животе, тошнота, рвота);
 - заболевания печени и почек;
 - ослабление мышц и суставов; болезни легких (бронхит);
 - запах изо рта, кариес.
- Также происходят психические расстройства, нарушается память, мышление, теряется ориентация в пространстве, возникают галлюцинации. Человек начинает деградировать, он беспомощно остается наедине с собой и своей проблемой.



- Эта вредная привычка побуждает наркомана предпринимать незаконные действия ради того чтобы достать деньги на очередную дозу. Около 90% преступников совершали ограбления, убийства, кражи под действием наркотиков.



- Кроме этих проблем существует большой риск заражения различными инфекционными болезнями, в том числе СПИДом. Передача этого заболевания происходит и половым путем, и через многократно использованный шприц.

Говоря о вреде наркомании, следует отметить, что эта проблема касается не отдельной личности, а всего общества. С ней может столкнуться каждый человек, поэтому очень важно знать и понимать какие последствия может иметь эта привычка.