Ежегодно в Российской федерации **11 сентября** в целях борьбы с алкогольной зависимостью и популяризацией трезвого образа жизни проводится **Всероссийский день трезвости.**

День Трезвости - это добрая традиция, начало которой было положено еще в прошлом веке. В марте 1914 года Святейший Правительствующий Синод принял решение ежегодно проводить Всероссийский праздник трезвости в день Усекновения главы Иоанна Предтечи - 11 сентября (по новому стилю) с целью показать преимущества трезвого образа жизни и объединить общество в противостоянии зависимостям.

В Курской области с 11 по 20 сентября 2018 года будет проводиться декадник, приуроченный к Всероссийскому дню трезвости. В рамках декадника в учреждениях здравоохранения, образования, молодёжных организациях будет организовано проведение конференций, семинаров, совещаний, круглых столов, встреч с населением, очных консультаций и вэбинаров, уличных массовых мероприятий, фестивалей, флешмобов, на которых можно получить сведения о вреде и необратимом действии спиртных напитков на организм человека. 11 сентября 2018 года на Театральной площади г. Курска, в период с 14.00 до 16.00 пройдёт акция «Всероссийский День трезвости». В месте проведения будет размещен мобильный центр здоровья, организована работа специалистов областной клинической наркологической больницы, анкетирование населения и информирование о способах профилактики пагубного употребления алкоголя. Гости акции смогут принять участие в разнообразных конкурсах и викторинах, сделать фото на «Скамейке трезвости». Приходите сами и приводите друзей!

Для нашего времени проведение Дня трезвости не менее актуально, чем в дореволюционные годы. Согласно данным Всемирной организации здравоохранения, деградация и утрата интеллектуального потенциала общества начинается, когда потребление чистого спирта на человека в год достигает 8 литров. В 1913 году, когда Россия праздновала 300-летие дома Романовых, потребление алкоголя на душу населения составляло 4,7 литра спирта в год. Сегодня в России потребляется абсолютного алкоголя на душу населения 6,6 литров. Каждый год 700 тысяч россиян умирает от причин, так или иначе связанных с алкоголем. Смерть 30% мужчин и 15% женщин в России прямо или косвенно связана с употреблением алкоголя. Отравления занимают здесь сравнительно небольшую долю, большая часть умирает от болезней, вызванных алкоголем. Чрезмерное употребление алкоголя обуславливает 68% смертей от циррозов печени и 60% смертей от панкреатитов, 23% смертей от сердечнососудистых заболеваний. По официальным данным, в среднем Россия теряет на лечение болезней связанных с употреблением алкоголя 5% внутреннего валового продукта (ВВП) в год.

Множество убийств и самоубийств, дорожно-транспортных аварий и смертей на производстве происходит именно из-за алкоголя. 90% тяжких преступлений совершается в состоянии алкогольного опьянения, 60% ДТП совершается в нетрезвом виде. Этиловый спирт оказывает повреждающее влияние на будущее потомство. При алкоголизме матери алкогольный синдром плода формируется у 43,5% детей, при алкоголизме обоих родителей доля детей с алкогольным синдромом плода возрастает до 62 %. Значительный ущерб наносится детям, воспитывающимся в семьях пьяниц и алкоголиков, многие из таких детей становятся социальными сиротами при живых родителях. Алкогольная зависимость - одна из самых распространенных напастей современного мира. Она становится причиной разрушения семей и деградации личности со всеми вытекающими последствиями. Пьянство калечит жизни людей, лишает из здоровья, семьи и рассудка. Разрушается мотивационная сфера психики, укореняется зависимый образ жизни.

О том, что существует пивной алкоголизм известно давно. И хотя в глазах обывателя он менее опасен, чем винный и водочный, последствия его разрушительны. Немногие знают, что бутылка пива эквивалентна 50-60 граммам водки. Четыре бутылки пива в течение дня это 200-240 г. водки. От пива делаются тучными, ленивыми, глупыми и импотентными. Развивается «пивное» или "бычье" сердце. Оно выражается в расширении полостей сердца, утолщении его стенок, некрозах в сердечной мышце. У пьющих пиво мужчин начинает откладываться жир по женскому типу - на бедрах и боках, разрастаются грудные железы, становится шире таз, они становятся женоподобными внешне и внутренне. Пиво ослабляет интерес к другому полу. Пятнадцать-двадцать лет пивного стажа - и импотенция гарантирована. У женщин, употребляющих пиво, возрастает вероятность заболеть раком, бесплодием, а если это кормящая мать, то у ребенка возможны эпилептические судороги. Пиво - это первый легальный наркотик, прокладывающий путь другим, более сильным нелегальным наркотическим средствам. Именно потребление пива является первопричиной искалеченных судеб миллионов наших соотечественников. Наркологи утверждают, что алкоголь является самым агрессивным из наркотиков, а пивной алкоголизм характеризуется особой жестокостью. Этим и объясняется завершение пивных вакханалий драками, убийствами, изнасилованиями и грабежами.

Алкоголь не может быть проблемой одного человека, он разрушает всё вокруг: взаимоотношения в семье, в коллективе, в обществе в целом. Принимать алкоголь или нет - по-прежнему остаётся свободным выбором каждого, выбором между счастливой жизнью и пьяной болезненной смертью. Злоупотребление алкоголем является болезнью, крайне тяжело поддающейся лечению. Успех в её преодолении возможен только при условии проведения комплекса мероприятий со стороны медицинского учреждения, врача и, не в меньшей степени, со стороны страдающего, а также помощи и содействия со стороны родных и близких. В противном случае избавление может быть не продолжительным и все может возобновиться. Вопросами профилактики и лечения алкоголизма в нашей области занимается специализированное медицинское учреждение ОБУЗ «Областная клиническая наркологическая больница». Квалифицированные специалисты проконсультируют Вас по проблемам чрезмерного потребления алкоголя. Контактный телефон: 54-72-91. День трезвости - праздник, который следует не «отмечать», а проводить, сохраняя трезвость рассудка, радуясь возможности общения с близкими и стремясь сделать так, чтобы трезвость стала естественным состоянием каждый день в году. Ведь только трезвый человек может быть успешным, счастливым, иметь крепкую семью и уважение. Трезвость - естественное состояние личности, проявляющееся через здравомыслие. Отказываясь от употребления алкоголя, мы сможем сделать нацию более здоровой и сильной!