

Przeciwdziałanie Problemom Alkoholowym

Dodane przez cus - pon., 06/02/2023 - 08:53

BĄDŹ Z DAŁA OD ALKOHOLU

PICIE ALKOHOLU W OKRESIE
DOJRZEWANIA MOŻE SPOWODOWAĆ
NIEODWRACALNE SZKODY W TWOIM ORGANIZMIE!



Alkohol obniża odporność organizmu, prowadzi także do wielu innych zaburzeń.



Alkohol jest najłatwiej dostępnym i przez to najczęściej używanym ze **środków odurzających**, a powszechne przyzwolenie sprawia, że piją nie tylko dorośli, ale również **młodzież i dzieci**.

Nawet mała ilość alkoholu może mieć bardzo negatywne skutki. Po alkoholu poważnemu zaburzeniu ulega zdolność oceny rzeczywistości, refleks i koordynacja ruchowa.



Alkohol jest przyczyną sytuacji, które trudno jest przewidzieć np. **wypadki, złamania**, gubienie rzeczy, zachowania agresywne, **stanie się ofiarą napaści lub molestowania**, niekontrolowane przyśnięcia.



Alkohol ogranicza zdolność uczenia się, zapamiętywania i logicznego myślenia.



Alkohol i nikotyna zabijają więcej ludzi niż wszystkie inne środki odurzające.

Pamiętaj że...

Szybkość z jaką organizm przetwarza alkohol jest stała i nie **ma sposobów by ten proces przyspieszyć**. Nie pomoże ci kawa, tłusty posiłek czy np. zimny prysznic.

Osoby nietrzeźwe robią rzeczy, których **później żałują**; uszkadzają swoje zdrowie i życie osobiste, sprawiają cierpienia swoim najbliższym.

Alkohol wpływa na procesy zachodzące w mózgu; powoduje zmiany myśli, uczuć i zachowań.

Nauč się odmawiać alkoholu. Bądź pewny siebie i asertywny!



www.zdalaodalkoholu.pl



facebook.com/zdalaodalkoholu

≡ na fali



Pomorze
Zachodnie

Kategoria

- CUS
- OPR

Alkohol jest substancją psychoaktywną, która wpływa na ośrodkowy układ nerwowy, wywołując zmiany nastroju, myślenia, spostrzegania, oceny rzeczywistości i zachowań. Zmiany te są odczuwane przez osoby pijące najczęściej jako atrakcyjne i korzystne. Im częściej i w większych ilościach spożywany jest alkohol, tym bardziej staje się on dla osoby pijącej użyteczny i ważny. Stopniowo trzeba go spożywać coraz więcej, aby doświadczyć oczekiwanych efektów. Intensywne picie alkoholu nie jest bezkarne i nieuchronnie powoduje negatywne konsekwencje w różnych obszarach życia. Alkohol oraz produkty powstające w czasie jego rozkładu w organizmie są toksyczne i mają szkodliwy wpływ na większość tkanek i narządów ludzkiego ciała. Poza chorobami, urazami i wypadkami nadużywanie alkoholu rodzi negatywne konsekwencje dla zdrowia psychicznego, pogarsza relacje społeczne, obniża materialny standard życia, komplikuje życie zawodowe. Picie problemowe to sytuacja, w której potrzeba doznania oczekiwanych korzyści psychicznych, płynących z psychoaktywnego działania alkoholu, przewyższa zdroworozsądkową potrzebę uniknięcia szkód, powodowanych przez picie. Osoba nadużywająca alkoholu z jednej strony wie, że pijąc, naraża się na problemy, i że picie jej szkodzi. Z drugiej jednak strony alkohol stał się dla niej bardzo ważnym sposobem regulacji emocjonalnej i nie potrafi z niego zrezygnować, tym bardziej że jest to sposób łatwy, tani i dostępny.

Zachęcamy do sprawdzenia swojej wiedzy na temat działania alkoholu.

<https://niebotak.pl/sprawdz-co-wiesz-na-temat-dzialania.../>

BĄDŹ Z DAŁA OD ALKOHOLU

PICIE ALKOHOLU W OKRESIE
DOJRZEWANIA MOŻE SPOWODOWAĆ
NIEODWRACALNE SZKODY W TWOIM ORGANIZMIE!



Alkohol obniża odporność organizmu, prowadzi także do wielu innych zaburzeń.



Alkohol jest najłatwiej dostępnym i przez to najczęściej używanym ze **środków odurzających**, a powszechne przyzwolenie sprawia, że piją nie tylko dorośli, ale również **młodzież i dzieci**.

Nawet mała ilość alkoholu może mieć bardzo negatywne skutki. Po alkoholu poważnemu zaburzeniu ulega zdolność oceny rzeczywistości, refleks i koordynacja ruchowa.



Alkohol jest przyczyną sytuacji, które trudno jest przewidzieć np. **wypadki, złamania**, gubienie rzeczy, zachowania agresywne, **stanie się ofiarą napaści lub molestowania**, niekontrolowane przyśnięcia.



Alkohol ogranicza zdolność uczenia się, zapamiętywania i logicznego myślenia.



Alkohol i nikotyna zabijają więcej ludzi niż wszystkie inne środki odurzające.

Pamiętaj że...

Szybkość z jaką organizm przetwarza alkohol jest stała i nie **ma sposobów by ten proces przyspieszyć**. Nie pomoże ci kawa, tłusty posiłek czy np. zimny prysznic.

Osoby nietrzeźwe robią rzeczy, których **później żałują**; uszkadzają swoje zdrowie i życie osobiste, sprawiają cierpienia swoim najbliższym.

Alkohol wpływa na procesy zachodzące w mózgu; powoduje zmiany myśli, uczuć i zachowań.

Nauč się odmawiać alkoholu. Bądź pewny siebie i asertywny!



www.zdalaodalkoholu.pl



facebook.com/zdalaodalkoholu

≡ na fali



Pomorze
Zachodnie

Source URL:

<https://cus.czersk.pl/aktualnosc/cus-opr/2530-przeciwdzialanie-problemom-alkoholowym>