**Отношение православия**

**к употреблению алкоголя**

**Спивающаяся страна в зеркале статистики.**

70% молодых людей в России от 18 до 40 лет, умерших от инфаркта и инсульта, находились в состоянии сильного алкогольного опьянения.

Более 80% убийц и 60% убитых были нетрезвыми в момент преступления;

70% самоубийств (из 41 000 всего за 2007 год) совершено в нетрезвом состоянии.

В 2007 году от отравлений алкоголем умерло 21 000 человек (в 2006 г. – 30 000).

Официально в России - более 2 200 000 человек больных хроническим алкоголизмом.

К 2010 году в России употребляют в год 15-17 л этанола (спирта) на душу населения, запивая это 40 л пива. По данным Всемирной Организации Здравоохранения с 8 литров этанола на душу населения начинается процесс деградации пьющей нации.

**Необходимо разрушить мифы об употреблении алкоголя.**

***Миф первый: о некоей культуре пития.***

Безвредных доз алкоголя не бывает, потому что искомое нами состояние опьянения - это признак гипоксии мозга, гибели отдельных его участков. Человек глупеет, возникают микроаневризмы (расширение сосудов) и микроинсульты, которые готовят большие инсульты и инфаркты. Беспамятство или сон сильно выпившего называется реаниматологами алкогольной комой.

 Обладая ферментом печени алкогольдегидрогеназой (у некоторых северных народов его нет), человек может выпить однократно без значительных последствий для организма 30-40 граммов водки (рюмку) в зависимости от массы тела. Все, что превышает эту дозу, превращается в токсический яд – ацетальдегид, который и разрушает клетки крови, вызывает катастрофические последствия во всех органах и тканях организма. Бутылка легкого пива (0,5 л) эквивалента 50 граммам водки, алкогольный энергетик – 50 гр водки и 3-4 чашки крепкого кофе (мощный стрессорный фактор).

 ***Миф второй: воздействия алкоголя проходят быстро и не имеют серьезных последствий*.**

 Полное восстановление обратимых последствий от употребления 2-х бутылок пива или 100 граммов водки при благоприятных условиях может наступить в течение полутора, 2-х лет!!! Мужская смерть в 35 и менее лет от инфаркта или инсульта сегодня - обычное явление.

***Миф третий: молодой организм легко переносит алкогольные нагрузки*.**

Организм молодого человека обладает 10-ти кратным запасом капилляров, поэтому обманчиво ощущение отсутствия видимых последствий алкоголя. Но:

1) защитные силы молодого организма еще не сформировались, поэтому тромбоз сосудов и гибель клеток органов выражены ярче, а выведение алкоголя - значительно медленнее;

2) организм молодого человека находится в развитии. И гибель части клеток и тканей может нарушить развитие важных органов.Чем раньше нанесена алкогольная травма, тем тяжелее последствия для организма;

3) влияние на половые клетки может означать либо отсутствие, либо нездоровье потомства, 15% супружеских пар в России сегодня бесплодны.

Поэтому непьющий молодой человек до 25-30 лет (чаще всего спортсмен) создает весомый запас прочности на всю жизнь, пьющий – уже к 25 года имеет разрушеннуюпечень, поджелудочную железу, интеллект и память, больное сердце, желудок, резко сниженный иммунитет.

***Миф четвертый: о том, что русский человек всегда пил.***

Россия в 2009 году отметила 1200-летие крещения Руси. Праздник для христианина - это благодарение и славословие Богу, встреча событий и дат церковного календаря, имен святых в храме. Праздник для современной традиции российской семьи, к сожалению - прежде всего, пьяное застолье.

Водку в Россию завезли из Европы только в 15 веке. Огромной проблемой для страны водка стала лишь с отменой крепостного права, но тогда запил весь христианский мир (Европа и Северная Америка).

**Выводы очевидны**

БЕЗВРЕДНЫХ ДОЗ АЛКОГОЛЯ НЕ СУЩЕСТВУЕТ.

Алкоголь не сосудорасширяющее, а сосудозакупоривающее средство в любых дозах.

Алкоголь вызывает гибель клеток всех органов и систем организма, уменьшая объем мозга и число нервных клеток, атрофируя сердечную мышцу, приводя к жировой дистрофии печени, нарушению функции половых желез и т.д.

Каждая доза алкоголя оставляет в организме человека необратимые изменения, накапливаясь же, однажды выпадет «джек-потом» в виде инфаркта или инсульта, других тяжелых последствий.

Признаки хронического алкоголизма:

* принятие в течение 3-х лет крепких напитков два раза в неделю и чаще, пива – ежедневно до 1 литра;
* незнание допустимой дозы алкоголя;
* регулярное превышение намеченной дозы выпитого;
* если нам говорят, что пора остановиться, нас это глубоко возмущает.

Алкоголь не добавляет ума, снижает интеллект, интуицию, память, срок жизни.

Алкоголизм залечивается медицинскими средствами, и то ненадолго, а излечивается - только духовно.

Мы пропиваем здоровье будущих поколений. Пьющий ребенок или женщина – явление, несовместимое с нашими надеждами на светлое будущее.

С пьющей страной легче делать все, что угодно: поэтому нас выгодно спаивать.

**Пути преодоления алкоголизации.**

 Отказаться от алкоголя – значит избавиться от алкогольного рабства, обрести свободу от страшного греха. Практически это будет выглядеть так, буднично и просто:

**Первое.** Начинать освобождение из алкогольного рабства нужно с себя и семьи. Уже потом станет естественным удалить частые выпивки со сквернословием и курением из своего окружения, да и с места своей работы. Алкоголь в поле зрения ребенка – абсолютное зло.

**Второе.** Не быть равнодушным к ежедневным ситуациям распития спиртного, курения, сквернословия в общественных местах. Пресекая это, мы делаем огромное дело воспитания и собственного спасения, преображаем себя и окружающих.

**Третье.** Пьянство вредит не столько здоровью телесному, сколько нравственной составляющей человека, его душе и духу. Корни проблемы, сам грех не лечится в обход Творца. Самый верный способ лечения – путь духовного перерождения.

Иоанн Златоуст видел следующие средства предохранения от пьянства:

в неослабном бодрствовании над собой;

в усердной молитве к святым угодникам Божиим перед их святыми мощами;

в удалении от плохих и пьяных обществ;

в организации товариществ (или обществ) трезвости;

в чтении Евангелия.

Бурков Д.В.

Заместитель руководителя миссионерско - образовательного отдела Костромской епархии

По материалам сайта [www.dzo-kostroma.ru](http://www.dzo-kostroma.ru)

МУК «Буйская межпоселенческая библиотека»

Организационно – методический отдел



Буй

2015