

## АЛКОГОЛЬ. ЕГО ВЛИЯНИЕ НА ОРГАНИЗМ И ОБРАЗ ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ

А.Д. Мелешко, студент,

И.Н. Марцуль, кандидат сельскохозяйственных наук, доцент

Белорусский государственный экономический университет, [sun\\_smile7@mail.ru](mailto:sun_smile7@mail.ru)

Проблема употребления алкоголя очень актуальна в наши дни. Сейчас потребление спиртных напитков в мире характеризуется огромными цифрами. От этого страдает все общество, но в первую очередь под угрозу ставится подрастающее поколение: дети, подростки, молодежь, а также здоровье будущих матерей. Доказано, что при попадании алкоголя внутрь организма, он разносится по крови ко всем органам и неблагоприятно действует на них вплоть до разрушения. При систематическом употреблении алкоголя развивается опасная болезнь – алкоголизм.

Целью данной работы является выявление воздействия алкоголя на здоровье и образ жизни студентов.

Основные задачи:

- 1) определить влияние алкоголя на изменение физических параметров и психологических особенностей учащейся молодежи;
- 2) довести до студентов информацию о негативных последствиях употребления алкоголя;
- 3) сформировать интерес к здоровому образу жизни.

С целью выявления отношения студентов вуза к алкоголю и здоровому образу жизни был проведен анкетный опрос 72 студентов 1-4 курсов БГЭУ. Анкета включала вопросы, по которым студенты должны были высказать свое мнение, выбрав вариант из предложенных ответов, либо дать свой вариант ответа.

Анализ результатов анкетного опроса показал, что студенты, в качестве причин употребления алкогольных напитков указывают следующие: желание усилить хорошее настроение - 31,3%; облегчить общение с противоположным полом - 26,3%; улучшить плохое настроение - 24,8%; «просто так» - 17,6%.

При анализе видов досуга обращает на себя внимание тот факт, что непьющие подростки предпочитают виды досуга, в какой-то мере способствующие удовлетворению познавательных интересов (посещение кино, театров, выставок), развитию физических возможностей (занятия в спортивных секциях).

Так из 33,3% не употребляющих алкоголь опрошенных, 22,3% активно занимаются спортом, 26,2% предпочитают прогулки с друзьями, 51,5% - посещение кино, театров, выставок. Студенты, употребляющие алкоголь (66,7%), предпочитают гулять на улице - 46,3%, встречаться с противоположным полом - 25,1%, посещать ночные клубы - 28,6%.

В целом клиническая картина выраженного опьянения студента выглядит в большинстве случаев так: кратковременное возбуждение сменяется затем общим угнетением, оглушенностью, нарастающей сонливостью, вялостью замедленной бессвязной речью, потерей ориентации.

Из числа опрошенных 41,1% студентов во время употребления спиртных напитков испытывают неприятные и тяжелые соматопсихические ощущения, 35,6% – безразличное состояние, 23% – приятное состояние. После употребления спиртного: головную боль – 61,2%, тошноту – 8,4%, рвоту – 14,8%, подавленное состояние – 3,6%, слабость – 12,4%.

На вопрос о самочувствии в состоянии опьянения были получены следующие ответы: подъем настроения – 47,8%; безразличное настроение – 18,4%; упадок настроения – 6,1%, физическое недомогание – 27,6%.

Употребление алкоголя приводит к психическим изменениям личности, таким как: возбудимость, взрывчатость, заострение характерологических черт, быстрое развитие нарушений социальной адаптации, узкий круг интересов, асоциальные тенденции, эмоциональное огрубение, конфликты с родственниками, коллегами, друзьями. 67% употребляющих алкоголь опрошенных студентов конфликтуют с родителями, в то время как среди непьющих эта цифра составляет 12%.

Таким образом на основании литературных источников и анализа воздействия алкоголя на здоровье и образ жизни студентов, можно сделать выводы: употребление алкоголя негативно сказывается на здоровье студента, как физическом, так и психическом, приводит к нарушениям мышления, внимания, памяти; непьющие подростки предпочитают виды досуга, способствующие удовлетворению познавательных интересов, физическому развитию организма, меньше подвержены стрессам и конфликтам; частое употребление спиртных напитков нередко перерастает в привычку, переходит в систематическое пьянство, которое приводит к формированию прогрессивно утяжеляющейся болезни – хронического алкоголизма; даже малые дозы алкоголя могут стать причиной больших неприятностей или несчастий: травм, автокатастроф, лишения работоспособности, распада семьи, утраты духовных потребностей и волевых черт человеком.

#### Литература

1. Цетлин, М.Г. Наркологическая ситуация в подростковой среде и пути выхода из нее / М.Г. Цетлин, Е.А. Кошкина, М.В. Шведова // Учебно-методическое пособие. – М., 1992. – 123 с.
2. Рожнов, В.Е. По следам зеленого змия / В.Е. Рожнов. – М.: НПБ, 1969. – 160 с.
3. Копыт, Н.Я., Скворцов Е. С. Алкоголь и подростки / Н.Я. Копыт, Е.С. Скворцов. – М.: Медицина. – 1985. – 48 с.