

Праздники добьют россиян

За длинные новогодние праздники россияне выпивают 14 млн декалитров спиртного. При этом врачи отмечают, что смертельно опасными могут быть не только сами возлияния и их последствия, но и резкое их прекращение в первые рабочие дни.

Медики отмечают, что длинные новогодние праздники, практикующиеся последние 5 лет в России, могут быть чрезвычайно опасными для многих сограждан. Четкой статистики, сколько конкретно россиян заканчивает торжества просто под столом, а сколько — на реанимационном или даже на столе морга, нет. Эти исследования, как ни странно, никто не заказывал, а просто так проводить их очень дорого.

Между тем, по словам главного нарколога и психиатра Санкт-Петербурга Александра Софронова, по неофициальным наблюдениям, за последние годы в праздничные зимние дни отмечается резкий рост травматизма, обострение хронических заболеваний (панкреатитов, гастритов), желудочные кровотечения и масса других заболеваний, так или иначе связанных с чрезмерным употреблением алкоголя. За год в городе фиксируется более 2,5 тысяч случаев отравления алкоголем, причем речь идет не об отравлении некачественным пойлом (таких случаев за последние годы немного), а именно о передозировке. Что примечательно, постоянно растет количество детских алкогольных отравлений.

Кроме того, медиков очень беспокоит пьянство как очень сильный криминогенный фактор.

«Алкоголь вызывает не только эйфорию, но и агрессию, в том числе массовую, — говорит Александр Софронов. — Под влиянием алкоголя случается очень много преступлений, пожаров, несчастных случаев. Но что особенно нас тревожит — это многократный, катастрофический за последние несколько лет рост пьянства и алкоголизма среди подростков и молодых людей».

По официальной статистике, сейчас в Санкт-Петербурге на учет состоит около 50 тысяч больных алкоголизмом, еще по несколько тысяч попадают на учет каждый год. При этом подростковая заболеваемость алкоголизмом за последние годы выросла в 5 раз по сравнению с взрослыми, и это, по мнению медиков, настоящая катастрофа для нации. И совершенно очевидно, что реальные масштабы бедствия значительно выше.

«Самое ужасное — это экспансия легкого алкоголя, его доступность для молодых людей и практически полное отсутствие контроля над реализацией, — считает главный нарколог. — В маленькой деревушке, где я часто бываю, в сельском магазине я насчитал 70 видов различных слабоалкогольных напитков. Семьдесят! И это ужасно, такого не может быть ни в одной стране мира. Уже ранним утром на улицах можно встретить молодых людей с баночками. Причем самое трагичное: это не подростки, выпивающие в компании, а мальчики и девочки, пьющие утром по одиночке. Это означает, что у них уже есть абстинентный синдром!»

По мнению медиков, в стране очень плохо ведется антиалкогольная пропаганда и практически полностью отсутствует профилактика алкоголизма, и в первую очередь среди детей и подростков. Нужны специальные знания в малолетней аудитории, причем отнюдь не плакаты, которые дети просто не будут читать, а целая разработанная и доступная методика пропаганды здорового образа жизни. Однако в систему научной профилактики самая пьющая страна в мире вкладывает и вовсе ... нулевые средства.

«Человек выходит из метро и сразу попадает ... в бар или кафе. Зачастую даже на улицу выходить не надо, — говорит Софронов. — Это уникальный мировой феномен: когда человек пьет нерегламентированно. И пока это все присутствует, все громкие слова, плакаты и обещания — сплошная профанация».

Отдельной проблемой главный нарколог и психиатр Санкт-Петербурга считает сам факт длительных праздников, которые большинство россиян просто не знают, как провести. И проводят, как правило, за столом.

«Долгожданный летний отпуск мы планируем заранее, мечтаем, как будем купаться в море или копать грядки на даче. Столь же полноценный зимний отдых позволить себе может далеко не каждый, — говорит профессор. — Происходит ломка стереотипов: отдых вроде есть, но какой-то неправильный. Человек либо спит, либо спит

и пьет. А потом выходит на работу и вдруг сталкивается с реальностью. И в итоге в первые послепраздничные дни мы наблюдаем резкий скачок стрессовых состояний, депрессий. Чтобы этого избежать, я как психиатр советую заранее распланировать буквально каждый день каникул: сколько полок повесить на кухне, как на лыжах покататься, куда сходить с детьми. Есть еще, кроме психологического, и медицинский аспект: после праздников резко увеличивается обращаемость к терапевтам, к врачам-специалистам по поводу обострения хронических заболеваний. Очень заметен рост госпитализаций в послепраздничные дни, причем в том числе и в психиатрические больницы».

Медики со скептицизмом относятся к различным широко рекламируемым предложениям «срочного выведения из запоя», «снятия похмельного синдрома» и прочим методам ургентной (неотложной) наркологии.

«На 3-5 день после окончания длительных праздников спрос на такие услуги резко увеличивается. Однако к таким предложениям надо относиться очень осторожно, — считает Софронов. — Сейчас, конечно, ситуация лучше, чем в 90-е годы, когда в эту область медицины шли не наркологи, а неудачливые гинекологи, стоматологи и кто угодно. Люди умирали на руках таких медиков, поскольку те кроме пары уколов глюкозы с витаминами ничем не могли помочь. А у людей отказывало сердце, почки, печень. Сейчас ситуация лучше, конечно, хотя я советую обязательно разузнать подробно про врача или клинику, где вам предлагают такие услуги. Поинтересуйтесь лицензией и опытом работы. Если врач приехал на дом, обязательно подробно расспросите, что он намерен предпринять, чем это обернется для пациента, расскажите про хронические заболевания больного. Пусть доктор обязательно оставит пустые ампулы и облатки от таблеток. И ни в коем случае не вызывайте такого врача без родственников, один на один — родные должны присутствовать и получить детальный инструктаж! Главное: субъективный анализ со стороны. Если видите, что человеку совсем плохо и у него проблемы не только посталкогольные — не рискуйте с частными медиками, вызывайте скорую и отправляйтесь в стационар».

Медики также напоминают, что городские вытрезвители исправно работают и, в случае чего, готовы гостеприимно распахнуть свои двери перед желающими.

«Не отказывайтесь, если зовут туда. По крайней мере, не замрзните и не станете жертвой преступления на улице в пьяном виде», — гуманно советуют врачи.

Главный нарколог отказался давать конкретные рецепты, как пить, что пить и как сделать потом так, чтобы не было мучительно больно. По его мнению, это дело индивидуальное. Но если хочется все-таки благополучно пережить новогодние каникулы, то следует пить хотя бы в разумных пределах. Эти пределы таковы: малой дозой считается 70 г водки, или 100-150 г вина, или банка пива.

Двух-трехкратное превышение допустимо и считается нетяжелым, если это происходит нерегулярно. Если же человек ежедневно употребляет 200 мл крепкого алкоголя практически каждый день, то можно уже говорить о тяжелом пьянстве.

«Впрочем, если человек практически не пьет, а потом вдруг начинает употреблять полторы недели подряд даже малые дозы без многолетнего багажа пьянства, то это, скорее всего, закончится летальным исходом», — констатировал доктор.

На традиционно актуальный вопрос относительно возможности заполучить «адскую белочку», или белую горячку, или, как теперь говорят, «острый алкогольный психоз», ответ был таков: «белочка» появляется на 2-4 день после того, как человек резко бросает пить. Однако для ее явления должны быть соответствующие факторы: длительное, хроническое пьянство, а также ряд индивидуальных особенностей человека. Но если очень постараться, настрелять кузябликов после двух недель возлияний может каждый.

Автор: Марина Бойцова © Росбалт ЗДОРОВЬЕ, МИР 👁 5298 30.12.2010, 13:00 🔄 672

URL: <https://babr24.com/?ADE=90722> Bytes: 7701 / 7701 Версия для печати

 [Порекомендовать текст](#)

Поделиться в соцсетях:

Также читайте эксклюзивную информацию в соцсетях:

- [Телеграм](#)

- [ВКонтакте](#)

Связаться с редакцией Бабра:
newsbabr@gmail.com

Автор текста: **Марина
Бойцова.**

НАПИСАТЬ ГЛАВРЕДУ:

Телеграм: @babr24_link_bot
Эл.почта: newsbabr@gmail.com

ЗАКАЗАТЬ РАССЛЕДОВАНИЕ:

эл.почта: bratska.net.net@gmail.com

КОНТАКТЫ

Бурятия и Монголия: Станислав Цырь
Телеграм: @bur24_link_bot
эл.почта: bur.babr@gmail.com

Иркутск: Анастасия Суворова
Телеграм: @irk24_link_bot
эл.почта: irkbabr24@gmail.com

Красноярск: Ирина Манская
Телеграм: @kras24_link_bot
эл.почта: krasyar.babr@gmail.com

Новосибирск: Алина Обская
Телеграм: @nsk24_link_bot
эл.почта: nsk.babr@gmail.com

Томск: Николай Ушайкин
Телеграм: @tomsk24_link_bot
эл.почта: tomsk.babr@gmail.com

[Прислать свою новость](#)

ЗАКАЗАТЬ РАЗМЕЩЕНИЕ:

Рекламная группа "Экватор"
Телеграм: @babrobot_bot
эл.почта: eqquatoria@gmail.com

СТРАТЕГИЧЕСКОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО:

эл.почта: babrmarket@gmail.com

[Подробнее о размещении](#)

[Отказ от ответственности](#)

[Правила перепечаток](#)

[Соглашение о франчайзинге](#)

[Что такое Бабр24](#)

[Вакансии](#)

[Статистика сайта](#)

[Архив](#)

[Календарь](#)

[Зеркала сайта](#)