

Влияние вредных привычек на здоровье подростков

Подростковый возраст – это особый период в жизни каждого человека. В это время закладывается основа его физического и душевного здоровья. Развивающийся организм особенно чувствителен к действию ядовитых веществ, таких, как алкоголь, никотин и наркотики. Влияние — это настолько серьёзно, что их употребление нельзя характеризовать только как «вредные привычки», так как они угрожают не только здоровью, но зачастую жизни подростка. Очень важно чтобы подросток понял, что от его образа жизни, привычек напрямую зависят не только его здоровье, но и здоровье его будущих детей.

Употребление алкоголя – массовое явление, связанное с такими социальными категориями, как традиции и обычаи, с одной стороны, и общественное мнение и мода – с другой.

Самое тревожное состоит в том, что укрепившееся снисходительное отношение к потреблению спиртного, навязчивая повсеместная реклама пива привели к значительному увеличению потребления алкоголя подростками. Алкоголизм «помолодел». Алкоголизм среди подростков и молодежи повсеместно продолжает расти, и это связано не только с потреблением крепких алкогольных напитков, но и пива. Примечательно, что девочки пьют пиво наравне с мальчиками. Чем раньше подросток начинает употреблять алкогольные напитки, тем больше вероятности того, что он станет хроническим алкоголиком.

Мотивы употребления алкоголя подростками чаще всего таковы: «за компанию» - 50%, «для поднятия настроения» - 25%, а также «для аппетита», «для разговора с друзьями», «так приятно», «из принципа».

Алкоголь действует преимущественно на центральную нервную систему, вызывая характерное алкогольное возбуждение.

При алкогольном опьянении наступают беспричинное веселье, возбуждение, кажущаяся легкость, приподнятость настроения. Реальная действительность, взаимоотношения между людьми оцениваются неадекватно. Любая требующая решения проблема кажется несущественной. Подросток делается многословным, легко заводит знакомства, при этом рассказывая о своих переживаниях и похождениях, нередко значительно преувеличивая их. Даже при легкой степени опьянения снижается

способность к активному торможению, вследствие чего утрачивается чувство такта, дистанции, самоконтроля, что часто приводит к совершению опрометчивых поступков. Пусть не обольщается тот, кто в состоянии легкого опьянения испытывает прилив сил, ощущение бодрости или чувство собственной значимости... это всего лишь иллюзия.

Рано или поздно регулярное употребление спиртных напитков вызывает снижение умственных способностей подростка, что затрудняет возможность приобретения новых знаний и навыков.

Самые малые отклонения от общественной нравственности очень опасны и легко приводят к тяжким преступлениям у подростков.

Очень быстро у подростков возникают заболевания печени, гастриты, в дальнейшем увеличивается риск появления полипов, а также рака желудка. Возникающие изменения в поджелудочной железе приводят к таким тяжелым заболеваниям, как панкреатит и сахарный диабет.

Отрицательно сказывается употребление алкоголя и на сердечно – сосудистой системе, способствуя развитию гипертонической болезни.

Алкоголь из организма частично выделяется легкими, при этом он повреждает ткань легких и приводит к возникновению хронических заболеваний: бронхитов, эмфиземы, склероза легких.

Негативно воздействует алкоголь и на репродуктивную систему подростков, часто ведет к бесплодию. У женщин злоупотребление алкоголем вызывает стойкое нарушение менструального цикла. Нестабильный цикл делает невозможной планируемую беременность. Если же забеременеть все – таки удастся, то риск возникновения патологий у плода превышает среднестатистический на 40 – 50%. Часто у пьющих женщин происходят выкидыши, самопроизвольные роды, замирание плода.

Формирования негативных черт характера способствуют особенности воспитания в семье. С одной стороны, это гиперопека, с другой – педагогическая запущенность. И в том и другом случаях решающее значение приобретает влияние «улицы», групп сверстников, практическая безнадзорность.

Следует помнить, что будущее каждого из нас находится в руках нас самих.