

Алкогольная зависимость: нормы и факторы риска

На формирование алкогольной зависимости во многом оказывают влияние работа ферментных систем организма, метаболизм, а еще научно доказано, что склонность к злоупотреблению спиртным передается через поколение. Беседуем с Олегом Забродиним, главным внештатным специалистом Минздрава Свердловской области, психиатром-наркологом, членом общественного совета при ГУ МВД России по Свердловской области о текущей ситуации с распространением этой пагубной привычки и отвечаем на вечный вопрос, почему нашу страну называют в числе самых пьющих.

— Олег Валентинович, давайте сразу ответим на главный вопрос нашей беседы: в других странах бокал вина за приемом пищи — это норма, а в нашей стране — первый шаг к алкоголизму. Почему так сложилось?

— В любой стране бокал вина — это верный путь к алкогольной зависимости и сопутствующим заболеваниям. И весьма ошибочно полагать, что только Россию ассоциируют с «пьющей страной». Это определение чаще применяется к северным странам, где исторически сложилась культура потребления крепких спиртных напитков. Есть страны, где принимают алкоголь гораздо больше, чем у нас. И мои выводы подтвердились во время проходившего в России Чемпионата мира по футболу, когда иностранные гости, прибывшие в уральскую столицу, выпили все запасы алкоголя, имевшиеся в магазинах города, за четыре дня. Приведу цифры: всего два-три процента населения нашей страны — это лица, страдающие той или иной формой зависимости (наркотической или алкогольной). В других государствах это показатель значительно выше.

— В СМИ и даже медицинской литературе можно найти информацию, сколько человеку допустимо выпить без вреда для его здоровья.

— Минздрав не рекомендует употреблять алкогольные напитки в принципе, потому что они наносят сокрушительный удар всем органам и системам человека. Последние десять лет мы наблюдаем относительное снижение больных алкогольными психозами и пропорциональное увеличение людей с диагнозом алкогольного цирроза печени. Кроме того, страдает сердечнососудистая и нервная системы. До 20 лет людям вообще нельзя потреблять спиртосодержащие напитки, поскольку в молодом организме еще не запустился процесс выработки ферментов, которые в дальнейшем, во взрослой жизни человека, будут запускать механизмы расщепления токсичных алкогольных ядов. Благо, сегодня у современной молодежи интересы другие, связанные, например, со спортом, саморазвитием, и алкоголь явно не в приоритете.

— Полного отказа от спиртного, наверно, ожидать не стоит, мы так давно с ним уживаемся! Поэтому предлагаю озвучить правила при покупке по-настоящему хорошего алкоголя.

— Уживаемся действительно давно и кто-то свято верит в, скажем так, оздоровительные свойства алкоголя. В частности, вина. Я на этот счет всегда отвечаю одинаково: вино показано в определенных концентрациях и объемах. Польза от него относительная, а вред абсолютный. И психологический, и физиологический. Так или иначе, но я рекомендую приобретать алкогольную продукцию в крупных магазинах, где риски контрафактных товаров сведены к минимуму. Обращайте внимание на емкость, в напиток не должно быть осадка, только если это не оправдано технологическим процессом. Изучите, как наклеены этикетки, акцизы, имеет значение цена, которая не может быть в разы ниже обычной для этого напитка.

— Где в Екатеринбурге можно получить подробную информацию и помощь тем, кто решил отказаться от потребления спиртного?

— Консультацию специалиста по вопросам алкогольной зависимости можно получить по месту проживания практически в каждом городе. Напомню также, что выявление факторов риска развития заболеваний, связанных со злоупотреблением спиртных напитков, проводится в условиях амбулаторного приема специалистами первичного звена — в рамках прохождения диспансеризации, профосмотров, терапевтического приема и т. д. На сайте областной наркологической больницы вы найдете все возможные способы связи со специалистами и получите подробную информацию по конкретно вашему случаю.

Текст подготовлен по заказу государственного автономного учреждения здравоохранения Свердловской области «Центр общественного здоровья и медицинской профилактики»: <https://profilaktica.ru/>