Виталий Великоиваненко

Интересные сведения о зависимости, или Как восстановить контроль

Прочесть и сделать



Виталий Великоиваненко

Интересные сведения о зависимости, или Как восстановить контроль. Прочесть и сделать

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=68362936
ISBN 9785005914408

Аннотация

Размышления о вреде и пользе алкоголя, признаках формирования алкогольной зависимости, взгляд на проблему с терапевтических позиций, через призму Алкогольной болезни, а также о возможности решения проблемы самостоятельно. С точки зрения автора, представлена уникальная методика.

Содержание

ЗАВИСИМОСТЬ 5
Конец ознакомительного фрагмента. 10

Интересные сведения о зависимости, или Как восстановить контроль Прочесть и сделать

Виталий Великоиваненко

© Виталий Великоиваненко, 2022

ISBN 978-5-0059-1440-8
Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

ЗАВИСИМОСТЬ

Всё что искажает восприятие мира, реальности, себя и самооценку, со временем приводит к формированию зависимости, психической и физической – это аксиома.

Всем хорошо известно об алкогольной, никотиновой, наркотической зависимости. С 2000-х годов появилось понятие «нехимическая или поведенческая зависимость»: игровая, тату-зависимость, и множество других.

У всех зависимостей – общие признаки и механизмы развития: потеря критики, контроля, утрата воли и появление вначале психического, эмоционального, а затем и физического дискомфорта, при невозможности доступа к тому, что вызвало зависимость.

Алкогольная зависимость наиболее распространённая в обществе, поэтому на ней мы и остановимся подробно с целью дать вам ключ для решения этой проблемы.

Не секрет, что алкоголь хороший стресс-протектор, улучшает настроение, снимает усталость, помогает бороться с невзгодами и казалось бы, помогает человеку.

Однако расплата за эту помощь порой бывает неожиданно жестокой: травмы, несчастные случаи, скоропостижная смерть, преступления.

В течение тысячелетий древние алхимики пытались открыть эликсир жизни, способный возвращать молодость

и воскрешать из мёртвых, а попутно и философский камень, превращающий простые металлы в драгоценные. Свинец и олово – в золото и серебро. Человек всегда хотел быть богат и вечно молод.

В начале VII века арабами был получен спирт (C2H5OH), получивший название «алкоголь», в переводе – «одурманивающий». В Европе алкоголь был получен монахом-алхимиком Валентиусом, открывшим его способность придавать бодрость, силу и превращать старца в юношу. Позже французскому алхимику удалось получить винный спирт – «aque vitae» – «вода жизни». В нашу страну алкоголь завезли купцы из Генуи в 1386 г., уже в 1448—1474 гг. была получена хлебная водка.

31 января 1865 г. Д. И. Менделеев защитил докторскую диссертацию «О соединении спирта с водой», именно ему приписывают нахождение идеальной пропорции спирта с водой и создание 40-градусной водки. Уже со второй половины XVII века в Европе начались исследования воздействия алкоголя на организмы человека, животных и птиц. В России воздействие алкоголя на сердечно-сосудистую, пищеварительную, выделительную, нервную системы, биохимические процессы проводил И. М. Сеченов (1829—1905) – великий русский физиолог, основатель физиологии в нашей стране. Фрагмент из его работы «Материалы для будущей физиологии алкогольного опьянения»: «В ряду многообразных проявлений алкогольного опьянения изменения мышечной

и нервной деятельности, конечно, занимают по резкости первое место. Недаром всё действие алкоголя сводят обыкновенно на поражение головы и ног». В этой же работе Сеченов приводит заключения исследований Поммера 1834 г.: «Животные не представляют, подобно человеку, предшествующего полному опьянению состояния возбуждения, живости, увеличенной мышечной силы, ибо, когда на них алкоголь начинает действовать, то это прямо является в форме паралича движения и чувствования». Исследуя ощущения от воздействия алкоголя на слизистые, Сеченов писал: «У лягушки это ощущение должно доходить до степени страшной боли, потому что она приходит в бешенство от нескольких капель алкоголя в рот».

В. М. Бехтерев в 1912 г. на базе Психоневрологического института организовал Экспериментально-клинический институт по изучению алкоголизма. В России в эти годы потребление алкоголя на душу населения составляло 4,7 л; а в Германии – 7,5 л; во Франции, Италии, США значительно больше.

Вот как озвучивал суть проблемы злоупотребления алкоголем В. М. Бехтерев: «Пьют все, „кому не лень“: здоровые и больные, мужчины и женщины, взрослые и дети. Пьют на праздниках, на свадьбах, вечеринках, именинах, похоронах, для аппетита, для со- гревания, освежения, пьют потому, что так принято и т. д., и т. д. На- селение по причине этого беднеет, нищает, физические и моральные силы раз-

рушаются, создавая большую угрозу нашему потомству».

Вот какова динамика потребления алкоголя в пересчёте на чистый алкоголь в России: 1913 г. – 4,7 л; 1914 г. – война, сухой закон, мобилизация – потребление алкоголя – 0,2 л на душу населения. После революции 1917 г. до 1923 г. были сохранены ограничения, и вплоть до смерти Сталина потребление алкоголя не превышало показателей 1913 г., в 60-х достигло дореволюционного уровня. А уже в 70—80-е гг. потребление стало быстро возрастать и к 1984 г. достигло 10,5 л на человека. С 1985 по 1987 г., в период антиалкогольной кампании М. С. Горбачёва, потребление снизилось в 2,5 раза. Но затем на фоне развала СССР и смены доктрины развития страны начался стремительный рост потребления алкоголя, достигший к 2010 г. 18 л на человека.

Состояние алкогольного опьянения, хотя бы раз, но испытал едва ли не каждый. Так или иначе, знакомство с алкоголем у многих состоится, но чтобы оно не закончилось тяжёлыми последствиями, необходимо кое-что знать об алкоголе и типах алкогольного опьянения:

1.Простое алкогольное опьянение – лёгкой, средней и тяжёлой степени.

2.Изменённые формы алкогольного опьянения.

3.Патологическое опьянение.

Важно знать, что воздействие алкоголя коварно, и по незнанию легко попасть из фазы оживления, возбуждения, радости в стадию тяжёлого опьянения (комы), где воз-

можна смерть, как от прямого угнетения дыхания, так и рвоты с последующей аспирацией, то есть попаданием рвотных масс в лёгкие. К тому же под воздействием алкоголя происходит большое количество несчастных случаев и преступлений.

Скорость и тяжесть простого алкогольного опьянения зависит от следующих моментов: – Спиртные напитки крепостью до 30% всасываются быстрее. От газированных напитков пьянеют быстрее, чем негазированных: углекислый газ (CO2) ускоряет всасывание алкоголя и повышает скорость опьянения.

– Натощак пьянеют быстрее, чем на сытый желудок. 20% алкоголя всасываются в желудке и 80% – в кишечнике. Пища замедляет эвакуацию и скорость наступления опьянения.

– Одномоментный приём большой дозы алкоголя, в отличие от дробного приёма, приводит к выраженному и небезопасному опьянению.

– Психическое, физическое переутомление и заболевания усиливают опьянение.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, купив полную легальную версию на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.