

## Влияние употребления алкоголя на организм подростка



Причины, по которым подросток впервые употребляет алкоголь, могут быть разными: пример родителей или влияние сверстников, любопытство, желание «уйти» от возникших проблем и т.д. Но не стоит недооценивать вред употребления алкоголя для молодого организма, даже если подросток, например, ограничивается только употреблением пива или баночных коктейлей.

**Головной мозг.** Содержащийся в алкогольных напитках этанол, он же этиловый спирт, влияет на головной мозг, который в подростковом возрасте находится на стадии структурных и функциональных изменений, поэтому особенно уязвим для влияния химических веществ.

Результаты экспериментов показывают, что даже однократная и небольшая доза употребленного алкоголя может нарушить химический механизм мозга, ответственный за обучение. Наступает задержка развития мышления, нарушается выработка нравственных и этических норм, могут угаснуть уже проявившиеся интеллектуальные способности. А недостаточно зрелый мозг подростка быстрее формирует зависимость от употребления алкоголя.

**Печень** подростка разрушается под действием употребления алкоголя гораздо быстрее, чем у взрослого человека, ведь проницаемость сосудистых стенок у подростков выше, а механизмы работы ферментов в печени еще не сформированы окончательно. Употребление алкоголя приводит к жировому перерождению клеток печени и нарушению синтеза витаминов, ферментов, белкового и углеводного обмена. Наблюдаются и сбои в работе желудочно-кишечного тракта – под действием употребления алкоголя изменяются свойства и количество желудочного сока, нарушается работа поджелудочной железы, что может привести не только к панкреатиту, но и к диабету. Пиво – сильное мочегонное средство. И, если его употреблять, из организма вымываются минеральные и питательные вещества, потеря которых для растущего организма подростка может оказаться невосполнимой. А сладкие слабоалкогольные коктейли в баночках, очень популярные в подростковой среде – настоящая гремучая смесь из сахара, красителя и спирта, которая, помимо дозы алкоголя, поставляет в организм подростка избыточное количество калорий. Нередко в таких баночках содержится кофеин, негативно влияющий на нервную и сердечно-сосудистую системы.

**ЖКТ.** Алкоголь обжигает слизистые желудка и кишечника, провоцируя воспалительные процессы, кроме того, алкогольные коктейли, содержащие огромное количество сахара, оказывают негативное влияние на поджелудочную железу.

**Сердечно-сосудистая система.** Стенки сосудов в юном возрасте очень чувствительны и быстро истончаются под влиянием употребления алкоголя, сердечная мышца постепенно дряхлеет и не может нормально функционировать.

**Профилактика.** Постарайтесь направить энергию подростка в безопасное русло, позволив ему проявлять свое творчество. Дети должны становиться всесторонне развитыми людьми. Подтолкните ребенка к занятиям физической активностью, творчеству и научной деятельности. Помогайте подросткам принимать верные решения и двигаться в правильном направлении.