**Алкоголь и подросток: влияние алкоголя на растущий организм, последствия, профилактик**

***Подрастающее поколение подстерегает много опасностей, и одна из них – это алкогольные напитки.*** Даже однократное их употребление подростком может навредить растущему организму. К сожалению, в теле человека нет таких тканей, которые не подвластны поражению алкоголем. Попадая в организм, он медленно расщепляется в печени, и только 10 % употребленного напитка выводится полноценно. Оставшийся алкоголь циркулирует по крови до полного расщепления. Молодые ткани еще не способны блокировать поступление больших доз, из-за чего вредитель быстро распространяется по организму. Тема «алкоголь и подросток» такая же вечная, как «отцы и дети». Мало кто понимает, что его употребление – это не забава. Токсическое воздействие оказывает вред не только на печень, но и на всю нервную систему. В подростковом возрасте ткани беднее на наличие фосфора, но богаты на воду, поэтому алкоголь быстрее растворяется в крови у ребенка, чем у взрослого человека.

 **Опустошающее воздействие**

Частое употребление алкоголя приводит к нарушению психики, задержка развития – это даже не худший вариант. С каждой каплей подросток не становится умнее, а наоборот, все больше и больше тупеет, как эмоционально, так и интеллектуально. Напиток не выбирает себе мишень в человеческом теле, он бьет по самым уязвимым местам, среди которых есть печень. Не все знают, что влияние алкоголя на подростка пагубное, ведь страдает не только отдельный орган, а весь организм в целом. Вредитель нарушает структуру клеток, что приводит к перерождению тканей. При постоянном употреблении алкоголя ткань печени начинает умирать, что приводит к таким заболеваниям, как цирроз. Подростки часто не думают, когда совершают те или иные поступки, в них бурлит молодая кровь и подвиги для них – это дело обычное. Взрослый организм уже знает, как сопротивляться большим дозам, молодой же еще не осведомлен в этом деле. К сожалению, влияние алкоголя на растущее тело такое быстрое, что порой сложно осознать, что была преступлена черта дозволенного. В молодом организме все органы еще только «встают на ноги», и подкосить их взросление может любой алкогольный напиток, даже самый слабый. Его удар по печени может привести ко многим заболеваниям, а также проблемам с иммунитетом. Если вы до конца не можете понять, как алкоголь влияет на организм подростка, то следующая информация именно для вас.

**Физиологический стресс**

          При употреблении алкоголя организм подростка испытывает физиологический стресс. Меняется характер, появляется раздражительность, вспыльчивость. Нервная и сосудистая система не успевают за организмом, который растет не по дням, а по часам. Сложно представить, но алкоголь создает настоящий хаос в теле человека. При постоянном его употреблении всегда есть место последствиям, которые могут испортить полноценную жизнь подростку раз и навсегда.

* Среди них стоит выделить: Самый большой вред наносится мозгу, ведь до 20 лет его работа направлена на обучение, и он должен сохранять связь между нервными клетками. Употребление алкоголя нарушает ее, что приводит к невосприимчивости информации. Угасание нравственных норм, этических и полученных навыков к добру не приведет.
* Как ни ужасно это осознавать, только 2 % пьющих подростков становятся благополучными личностями. К спиртным напиткам растущий организм привыкает намного быстрее, чем взрослый.
* Многие подростки пьют алкоголь и даже не задумываются над тем, что таким образом они убивают свою нервную систему. Чрезмерное употребление спиртных напитков влечет за собой появление психических расстройств.
* Кроме психики нарушается и иммунная система, в связи с чем ребенок часто болеет.
* Молодежь не задумывается над тем, что алкоголь может нанести вред их репродуктивной системе. Часто у девушек, которые употребляют спиртное, рождаются больные дети. Что касается юношей, то чрезмерный прием алкоголя приводит к нарушению формирования органов сперматогенеза.

**Причины алкоголизма в подростковом возрасте**

       Взрослые часто задумываются над тем, почему их дети употребляют алкоголь. Даже в хороших семьях есть ребята, которые не равнодушны к крепкому напитку. Часто алкоголь и подросток неразлучны в неблагополучных ячейках общества. Но любовь к спиртному может появиться и в приличной семье, когда ребенок пробует напиток ради любопытства. Семейный праздник или прием гостей может стать мотивом для знакомства с алкоголем. Такие случаи сложно назвать причиной алкоголизма, у всего есть свое начало.

Причиной употребления спиртных напитков может стать социальная зависимость. Подростки часто нуждаются в одобрении своих сверстников, поэтому стараются некоторым из них подражать, употребляя спиртное или покуривая сигареты. При таком раскладе потребление алкоголя подростками может быть одноразовым, а может вызвать зависимость. Никто не хочет быть белой вороной в обществе, и, чтобы соответствовать социуму, подростку приходится приспосабливаться к окружающей среде, и каждый это делает по-разному. Но основной проблемой общества является приобщение к выпивке в семье. Подростки стараются подражать взрослым, употребляя спиртное, они чувствуют себя на ранг выше. Кроме этого, дополнительную роль играет реклама, которая постоянно мелькает перед взглядом ребенка как дома, так и на улице.

**Мотивация к употреблению**

Мотивация ребенка к принятию спиртных напитков разделяется на группы. В первой употребление алкоголя подростками вызывает любопытство. Во второй группе находятся факторы психологической мотивации, стремление выделиться из окружающей среды и не отставать от старшего поколения. К какой бы группе ни относился подросток, он еще не приобрел необходимых навыков, поэтому удержать его от употребления спиртных напитков достаточно сложно. Еще не попробовав алкоголь, ребенок знает, что этот напиток будоражит сознание. И жажда его продегустировать не угасает. Уже после первой пробы многие подростки стараются избежать повторной дегустации, ведь вкус напитка и его жгучесть не всем по нраву.

Часто детский мозг отторгает всевозможный яд, который попадает в организм. Но постоянные праздники создают все больше и больше соблазна, и не все умеют контролировать свои потребности. И употребление алкоголя среди подростков становится панацеей, и уже сложно остановиться и сделать шаг назад. Человеческая слабость – вот причина зависимости, по крайней мере, одна из них. Но существует еще одна группа мотивов, которая популярна среди молодежи, когда речь заходит об алкоголе.

Проблемы в семье, школе, первая любовь, неудачный жизненный опыт – все это может привести к тому, что ребенок захочет разнообразить свою жизнь и уйти от имеющихся у него проблем. Алкогольную зависимость могут усугублять проблемы в семье или в школе. В таком случае подросток выбирает шатание по улицам и распитие напитков, вместо того чтобы возвращаться в свою привычную среду. На сегодняшний день алкоголь и подросток – это не просто словосочетание, это проблема, с которой нужно бороться.

**Свободное время: во вред или на пользу?**

Если у подростка есть много свободного времени, он старается провести его с пользой для себя. При отсутствии хобби ребенок может после учебы проводить время с друзьями, вместо того чтобы посещать различные секции. Это времяпрепровождение приводит к тому, что дети начинают употреблять алкогольные напитки ради забавы.

Благодаря СМИ дети осведомлены о пагубном воздействии спиртного на растущий организм, но это не мешает им пристраститься к тому или иному крепкому напитку. К сожалению, алкоголь среди подростков появляется так быстро, что многие родители не успевают поймать момент, когда их чадо пристрастилось к пагубной привычке. Хуже, когда подросток не ограничивается только пивом, а с каждым разом совершенствует свои навыки в дегустации более крепких напитков. Сказать, что виноваты во всем родители или общество, сложно, ведь зависимость может вызвать любой фактор, в том числе и наследственность.

**Алкоголь и подросток**

Многие подростки часто хвастаются тем, что большинство спиртных напитков их просто не берет. Не стоит радоваться, так как это первый признак алкоголизма. Часто тандем алкоголя и подростков приводит к плачевным результатам. Устойчивость к спиртному – это симптом серьезного заболевания. Для большинства алкоголиков уже нет разницы в том, выпил он рюмку или бутылку, для него все одинаково. Как все начинается: изначально подросток проявляет активность, после дурачится, а напоследок отключается. Потеря контроля – стойкий признак алкоголизма. Часто пьяницы отличаются слабой волей не только к ограничению приема спиртных напитков, но и по отношению к другим сторонам повседневности.

Как это ни печально осознавать, но проблема алкоголизма среди подрастающего поколения актуальна на сегодняшний день. Часто вред алкоголя для подростков может быть необратимым. Много детей употребляют спиртное несколько раз в неделю, что приводит к прочному укреплению в социальной жизни молодежи. Многие уверены, что алкоголь помогает раскрепоститься, открыться миру и себе, но это не так. Преодолеть застенчивость он не поможет, он может только усугубить положение.

**Семья и привычки**

Все, что происходит с ребенком, должно в обязательном порядке обговариваться в кругу близких людей. Семья – это ячейка, где каждый ребенок должен ощущать поддержку и понимание. Если у ребенка возникает алкогольное пристрастие, взрослые должны не ругать свое чадо, а объяснить ему, чем чревато употребление спиртных напитков. В тандеме алкоголя и подростка беседа – это лучший разлучник. С ее помощью можно донести до ребенка все аспекты употребления спиртных напитков, рассказать обо всех минусах его употребления.

 ***Дети должны знать, что алкоголь – это своего рода наркотик.*** И чем раньше будет выпита первая рюмка, тем скорее появятся последствия. Для ребенка стакан вина – это как для взрослого бутылка водки. Однозначно, вред алкоголя для подростков существует, и с этим нужно бороться. Если бы у детей спросили, есть ли польза от алкогольных напитков, они бы нашли, что сказать. Варианты ответов могут поразить своей неординарностью:

* Многие подростки уверены, что алкоголь вкусный. После употребления приходит забвение.
* Раскрепощенность и веселье не заставляют долго себя ждать.
* Уверенность появляется ниоткуда.
* Чувство взрослости – вот что круто.

После таких ответов чувствуешь себя уязвимым и понимаешь, что большинство детей получает удовлетворение от выпитого, как бы печально это ни было. Влияние алкоголя на подростка незаметно на первых порах, а вот спустя годы могут быть последствия. Хуже зависимости нет ничего. Алкогольная, наркотическая, табачная – не имеет значения, при длительном употреблении исход будет один.

**С привычкой можно бороться**

Не будет новостью тот факт, что ***алкоголь – это зло для людей в любом возрасте***. Но спиртное причиняет вред не только пьющему человеку, но и всей его семье. Против этой пагубной привычки ведется постоянная борьба. Но, несмотря на это, от чрезмерного употребления алкоголя люди не перестают гибнуть. Радует лишь тот факт, что современная молодежь в состоянии противостоять пагубным привычкам. Не стоит знакомить подростков с алкоголем, но бытует мнение, что лучше ребенок попробует алкоголь дома, чем будет распивать его на улицах. Ложка красного вина на ужин – это максимум, что может позволить себе растущий организм. Помните, чем позже подросток попробует алкоголь, тем позже его тело начнет давать сбои.

После 30 лет организм уже не тот, его часто одолевают хвори, с которыми человеку все сложнее и сложнее бороться. Все, что могут сделать родители, – это уберечь своего ребенка от пагубных привычек, и как можно дальше оттянуть момент дегустации того или иного алкогольного напитка. Нельзя быть уверенным в том, что подросток никогда не употреблял тот или иной спиртной продукт, ведь любознательность еще никто не отменял. Но объяснить ребенку, к чему может привести зависимость, это основная задача родителей, школы и социума. В здоровом теле всегда будет здоровый дух. Что может быть лучше для родителей, чем здоровые и счастливые дети?

Если случилось так, что ребенок пристрастился к пагубной привычке и взрослые ничего не могут с этим поделать, лучше не испытывать судьбу. Отведите ребенка к психологу. Это специалист, который поможет выявить первоисточник проблемы, чтобы ее устранить. Многие уверены, что психолог — это не только бесполезная, но и немного неуместная в современном обществе затея. Это не так, такого врача можно посетить анонимно, чтобы избежать многих будущих проблем.

**Профилактика алкогольной зависимости у подростков**

Меры профилактики должны приниматься на всех уровнях. Государство ограничивает возрастной порог для приобретающих спиртные напитки людей и запрещает прямую рекламу спиртных напитков. В учебных заведениях проводится просветительская работа о вреде алкоголя для подростков.

Однако начинается всё с семьи. Родители должны своим примером показывать, что алкоголь это плохо и вредно. Кроме того, следует обеспечить ребенку нормальные социальные условия, не селиться в неблагополучных районах. Необходимо контролировать, с кем ребенок проводит время, во сколько возвращается домой и в каком состоянии.

Часто дети начинают употреблять алкоголь вследствие запущенности, дефицита внимания или напряжённой атмосферы в семье. Следует прикладывать усилия, чтобы ребенок не чувствовал себя брошенным и никому не нужным, а также не наблюдал семейных ссор.

Употребление алкоголя несет с собой проблемы не только медицинского, но и социального характера. Пьяные подростки совершают правонарушения различной степени тяжести. Под воздействием алкоголя снимаются и моральные ограничения, дети вступают в незащищённые сексуальные контакты, заражаются половыми инфекциями, беременеют.

Детский и подростковый алкоголизм необходимо искоренять, принимать все меры по предотвращению развития алкогольной зависимости в раннем возрасте. Полноценные члены общества из таких молодых людей получаются в исключительных случаях.