**Женщина и алкоголь.**

**Причины и признаки женского алкоголизма.**

 Женский алкоголизм по своей природе ничем не отличается от мужского, но тенденция его роста вызывает существенное опасение. Если два десятилетия назад соотношение женского алкоголизма к мужскому составляло 1:12, через десять лет 1:7, то в настоящее время приближается к 1:4.

 Причин и факторов, способствующих приобщению женщин к алкоголю несколько. Вот основные из них:

**Биологические факторы**:

* **Наследственная предрасположенность** – если до недавнего времени на нее отводилось 25-30%, то теперь этот фактор иногда доходит до 70-90%. Причем у женщин наследственная отягощенность встречается чаще, чем у мужчин.
* **Менструальный цикл** – так называемое предменструальное напряжение нередко предрасполагает к потреблению алкоголя, производит эффект снятия напряжения, действуя успокаивающе, как лечебный фактор, а в результате происходит привыкание и пристрастие к алкоголю.
* **Токсический эффект алкоголя** – в связи с тем, что в женском организме содержание воды на 10% меньше, чем в мужском, то при употреблении одинаковой дозы алкоголя у мужчин концентрация алкоголя в крови (на кг. массы) меньше, чем у женщин, отсюда следует, что токсический эффект алкоголя у женщин сильнее.

**Социально-психологические факторы:**

* **Ранняя психическая травматизация в детском возрасте** – плохое воспитание, побои, отсутствие ласки, тепла, наличие в семье алкоголика (отец, мать, брат), смерть близких, всевозможные разочарования, измена мужа или близкого человека, одиночество, некрасивая внешность и т.п. – факторы, толкающие женщину заглушить эти неприятности с помощью алкоголя.

**Симптомы и признаки женского алкоголизма**

       Что может и должно насторожить женщину или ее близких в плане потенциальной алкоголизации?

* Ежедневная (или чуть реже) потребность в снятии стресса с помощью алкоголя — обычно пива или вина. Чем чаще женщина выпивает, тем быстрее развивается толерантность к малым дозам алкоголя, снижается выраженность антидепрессивного действия. Это ведет к повышению дозы алкоголя, однако в больших дозах алкоголь угнетает выработку гормонов удовольствия, начинается гонка доз. Обычно у женщин путь к алкогольной зависимости начинается с пивного алкоголизма — бутылочка пива после работы, мартини с подружками в кафе…;
* Попытки женщины скрыть свою тягу (или уже сформировавшееся пристрастие) к алкоголю;
* Отсутствие критического отношения к своему поведению в период опьянения;
* Оправдания и попытки найти более-менее приемлемую причину употребления спиртного.

        Если имеется хотя бы один из перечисленных признаков, стоит попытаться увидеть симптомы стадий алкоголизма. Надо сказать, что по стадиям развития алкоголизм у женщин ничем не отличается от алкоголизма у мужчин, однако имеются некоторые предпосылки к тому, чтобы признаки стадий настораживали на более ранних этапах.

          Сама женщина не поймет, как началась ее алкогольная зависимость. Она не будет придавать этому значения, а затем может побояться признаться своим родным, потому что ей будет стыдно. Существует ряд особенностей женского алкоголизма, при которых больного следует отвести к врачу и немедленно решать проблему. Вся ответственность ложится на близких женщины. При первых признаках женского алкоголизма следует немедленно начать лечение и оказать психологическую поддержку. Очень редко женщина признается себе в алкозависимости. Среди симптомов женского алкоголизма можно выделить следующие:

* Желание выпить без особого повода и неважно, какой алкоголь. Больные ищут любую причину для распивания алкоголя.
* Отрицание и непринятие женщиной факта злоупотребления спиртным, резкая реакция на замечания.
* Дозы алкогольных напитков со временем повышаются, женщина пьянеет более медленно от маленьких доз алкоголя.
* Потеря аппетита и отказ от закусок при распитии алкогольного напитка.
* Мелкая дрожь рук, лицо становится более припухлым, мешки под глазами, увеличение живота из-за цирроза печени.
* Апатия, потеря интереса ко всему окружающему и близким людям. Замкнутость и общение с активно пьющими людьми.
* Грубость, резкое поведение, жестокость по отношению к близким и родным людям.
* Медленная реакция, снижение интеллектуальных способностей.
* Больной реже появляется на работе, может выносить вещи из дома, чтобы купить спиртное.
* Распитие алкогольных напитков в одиночестве.

**Развитие алкоголизма осуществляется в несколько этапов.**

* **На первом этапе (стадия психической недостаточности)** – алкоголь становится постоянно необходимым средством, чтобы поднять себе настроение, чувствовать себя уверенно и свободно, забыть о неприятностях и невзгодах, облегчить контакты с окружающими, эмоционально разрядиться. Тяга к алкоголю становится труднопреодолимой, формируется психическая зависимость.
* **На втором этапе (стадия физической зависимости)** - употребление спиртных напитков носит систематический характер, независимо от жизненных ситуаций. Отмечается рост толерантности (устойчивости) организма к алкоголю, приводящий к значительному увеличению количества принимаемых спиртных напитков и потере контроля за их дозой. Утрачивается защитный рвотный эффект. Влечение сравнимо с голодом и жаждой. Отсутствие алкоголя вызывает болезненные расстройства.
* **На третьем этапе (стадия алкогольной деградации)** - утрачивается контроль над дозой. Нарастает тяжелая личностная деградация с исчезновением эмоциональных привязанностей, чувства долга и ответственности.

Особенностью женского алкоголизма является то, что он формируется позже, чем у мужчин – в 26-27 лет, но прогрессирует быстрее.

Если мужчина спивается в среднем за 16 лет, то женщина – за 10 лет. По мнению наркологов, «при женском алкоголизме в два раза быстрее происходит умственная деградация, а также в разы быстрее, чем у мужчин, уменьшается масса вещества мозга».

**Влияние алкоголя на женский организм**

Злоупотребление алкогольными напитками быстро сказывается на состоянии женского организма.

**Метаболические расстройства проявляются:**

* **Склонностью к ожирению или истощению.**
* **Лицо** становится одутлованым, на носу и щеках расширяются также кровеносные сосуды.
* **Нарушается** функция внутренних органов.
* **Развивается алкогольная кардимиопатия** (поражение сердца), алкогольный гепатит, а затем и цирроз печени.
* **Сопутствуют алкоголизму** гастриты, эзофагиты, панкреатиты, артериальная гипертензия, поражение нервной системы.
* **Страдает репродуктивная система.**
* **У будущей матери-алкоголички**риск выкидыша увеличивается в 2-4 раза. Внутриутробное воздействие алкоголя приводит к появлению ряда проблем – от врожденных пороков до неврологических расстройств и нарушений развития.
* **У детей, родившихся от родителей, страдающих алкоголизмом**, может наблюдаться «алкогольный синдром плода». У них обнаруживается повышенная психомоторная возбудимость, отставание физического и психического развития, различные пороки внутренних органов и частей тела.
* **При женском алкоголизме рушится все**: женщина не может следить за хозяйством, не воспитывает детей, не ухаживает за мужем и тем самым разрушает семью.

Не получается справиться самостоятельно?

Обратись к специалистам!

Телефон доверия 51-00-19 (АНОНИМНО)

**По лечению алкогольной зависимости можно обратиться в Оршанский психоневрологический диспансер: психотерапевтическая помощь, амбулаторная наркологическая помощь (медикаментозное лечение), психологическая помощь пациентам и их родственникам.**

**Анонимная наркологическая помощь: метод «кодирования», метод ЭСТ-терапии. Телефон для справок (регистратура 51-27-03).**