****

**Алкоголь и его влияние на организм человека.**

**Алкоголизм** – это чрезмерное употребление спиртных напитков, ведущее к целому ряду вредных последствий как для самих алкоголиков (пьющих), так и для окружающих. Алкоголик – человек подверженный алкоголизму, пьяница. Алкоголь воздействует на центральную нервную систему употребляющего его. Притупляет адекватность реакции человека на окружающую его действительность, придаёт человеку чувство ложной уверенности в себе и своих силах, возбуждая нервную систему – делает человека, в большинстве случаев, агрессивным и непредсказуемым. Зачастую человек в состоянии алкогольного опьянения кажется сам себе героем, стоящим выше толпы. Быть «сильным и мужественным» в состоянии алкогольного опьянения значительно легче, чем быть физически крепким и уверенным в своих силах на основе занятий спортом.   
 Постепенно, в результате поражения центральной нервной системы, у человека, злоупотребляющего алкогольными напитками, вырабатывается зависимость от них. Организм начинает требовать алкоголь, начинается деградация личности. Поражая нервную систему человека, алкоголь практически сводит на нет защитные функции организма, который не может в полной мере противостоять простудным, инфекционным и другим заболеваниям, а цирроз (разложение) печени вообще называют болезнью алкоголиков.   
 Всё становится значительно сложнее, если алкогольные напитки начинают употреблять **дети.** Их нервная система разрушается во много раз быстрее, чем у взрослого человека. Он плохо разбирается в создавшейся обстановке, происходит торможение развития умственных и мыслительных способностей. Такой ребёнок не справится с учебными нагрузками. Он не успевает в школе, не занимается спортом. Его нервная система быстрее расшатывается, человек становится нервным, раздражительным. Следует напомнить, что и как от табакокурения, от этой привычки трудно избавиться.

К сожалению, статистика последних лет свидетельствует. Что возраст людей, больных алкоголизмом, год от года молодеет, значительно увеличилось количество больных женщин, которым также не чужда тяга к «новым и неизведанным» ощущениям. К тому же медиками установлено, что женский организм значительно быстрее попадает в зависимость от алкоголя, чем мужской, а избавляется от него значительно медленнее. И это, уже не говоря о целом букете заболеваний, который ожидает человека, злоупотребляющего алкогольными напитками.