

Автор: Д.Анисимов, психолог отдела общественного здоровья У «Речицкий ЗЦГиЭ»



Уж сколько раз твердили миру...

Все, наверное, не раз слышали, что в малых дозах алкоголь полезен для здоровья. И многие врачи настоятельно рекомендуют умеренное употребление алкоголя при различных заболеваниях. Так ли это на самом деле?

Считается, что ежедневная пара стаканов вина помогает предотвратить некоторые сердечно-сосудистые заболевания и улучшает работу мозга. По некоторым данным, в красном вине содержатся вещества, которые замедляют старение и увеличивают продолжительность жизни. Известно также, что алкоголь перед едой стимулирует аппетит и пищеварение. Словом, если вред от тяжёлого алкоголизма ни у кого не вызывает сомнений, то об умеренном «пьянстве» обыватели думают с точностью до наоборот: алкоголь в малых дозах полезен в любых количествах.

Часто встречаемая фраза людей любивших выпить: "Мне уже нельзя пить много алкоголя, как раньше. Уже здоровье не то. Но немного по 50 гр. или стаканчик вина можно - это полезно для здоровья". Давайте подумаем, где логика? Это тоже самое что сказать: "Курить пачку сигарет в день это вредно, но 5 сигарет даже очень полезно". Абсурд? Также обстоят дела и с алкоголем. Алкоголь вреден для здоровья в любом количестве - это факт. Заметим, что нужное количество алкоголя организм вырабатывает сам, без влияний извне. Если пронаблюдать за здоровьем человека которые долгие годы употребляет алкоголь, пусть даже по немногу, то результат сразу виден на лицо. Со временем у таких людей возникают проблемы с сердцем, печенью, почками, желчевыводящими путями, сосудами, артериальным давлением, холестерином и т.д. Многим сейчас известно о распространенном алкогольном напитке - о пиве. Зачастую когда с мужчинами заходит разговор о вреде пива, можно услышать одну и ту же фразу: "Пиво очень полезно - оно улучшает потенцию и снижает аппетит". Как пиво снижает аппетит это видно сразу по их огромным животам.

Не для кого не секрет, что любой алкогольный напиток отрицательно влияет на потенцию. Именно этиловый спирт действует разрушающе на нее, не говоря уже о

различных химических вредных добавках в алкогольные напитки. Поэтому, те, кто употребляют пиво, вино, или другой алкоголь имеют большие проблемы с потенцией. И это не зависит от возраста. У заядлых любителей пива эта проблема может возникнуть и к 30-40 годам, а про какую-либо потенцию в 50-60 лет можно вообще забыть. Между прочим, алкоголь очень снижает активность сперматозоидов и со временем качество их сильно ухудшается, что ведет к бездетности.

Мы часто находим оправдание согласно своему желанию, игнорируя факты и неумолимую статистику. Может пора остановиться и задуматься, кого мы обманываем в первую очередь, не себя ли?