Трезвость – это свобода!

В 1913 году, по инициативе служителей Православной Церкви, был проведен первый Российский День трезвости. Решением Святейшего Синода от марта 1914 года было принято ежегодное празднование Всероссийского Дня трезвости – 11 сентября (по новому стилю). Дата была выбрана не случайно – в этот день православные христиане отмечают день Усекновения главы святого Пророка Иоанна Предтечи, во время которого следует соблюдать строгий пост.

В России в эти дни закрывались все винные лавки и прекращалась продажа алкогольных напитков. В православных храмах проводились крестные ходы и читались воззвания о важности и значимости трезвого образа жизни. В городах и селах проходили чтения, лекции, сбор пожертвований, раздача антиалкогольной литературы.

Сейчас в нашей стране только по официальной статистике 2 миллиона человек страдают синдромом зависимости от алкоголя. Происходит тяжелая духовная деградация населения и утрата интеллектуального потенциала российского общества.

Алкоголизация и наркомания всё более распространяется в среде подрастающего поколения. Звучат страшные цифры – каждый год 700 тысяч россиян умирает от причин, так или иначе связанных с алкоголем. Отравления занимают здесь сравнительно небольшую долю, большая часть умирает от болезней, вызванных алкоголем, в первую очередь инфарктов. Множество убийств и самоубийств, дорожно-транспортных аварий и смертей на производстве происходит именно из-за алкоголя. Чрезмерное употребление алкоголя обуславливает 68% смертей от циррозов печени и 60% смертей от панкреатитов, 23% смертей от сердечно-сосудистых заболеваний.

Этиловый спирт оказывает повреждающее влияние на будущее потомство. При алкоголизме матери алкогольный синдром плода

формируется у 43,5% детей, при алкоголизме обоих родителей доля детей с алкогольным синдромом плода возрастает до 62%. Пьянство калечит жизни людей, лишает из здоровья, семьи и рассудка. Вот почему возрождение Всероссийского Дня трезвости, которое происходит по всей России, так важно.

Разумный и осознанный выбор трезвого образа жизни – одна из основных задач, стоящих перед современным обществом.

В рамках проведения Всероссийского Дня трезвости в нашем учреждении на базе Республиканского Центра медицинской профилактики будет проведен «круглый стол», планируется обсудить проблемы злоупотребления алкогольными напитками, последствия данной пагубной привычки, меры профилактики и борьбы с недугом.

Для всех желающих ознакомиться с проблемой алкоголизма мы приготовили тест на наличие алкогольной зависимости, брошюры и буклеты, где красной нитью проходит мысль: любой народ, желающий быть самобытным и развивающимся, должен претворять в жизнь политику отрезвления, полного отказа от алкоголя, табака, наркотиков. Если нет, то он угасает или исчезает. Трезвость – это свобода от алкоголизма и никотиновой зависимости, это будущее нашего народа, иного будущего у нас нет!

Тест на наличие алкогольной зависимости

Ответьте **«Да»** или «**Нет»:**

1. Прогуливали ли Вы работу в связи с употреблением алкоголя?
2. Стала ли Ваша семейная жизнь несчастливой в связи с употреблением алкоголя?
3. Вы пьете потому, что Вы застенчивы?
4. Повлияло ли употребления алкоголя на Вашу репутацию?
5. Были ли у Вас финансовые затруднения в связи с

употреблением алкоголя?

6. Есть ли у Вас тенденция общаться с компаньонами, когда Вы пьете?
7. Когда Вы пьете, становится ли для Вас безразличным благополучие Вашей семьи?
8. Снизились ли Ваши амбиции в связи с употреблением алкоголя?
9. Хотите ли Вы выпить «утром после»?
10. Есть ли у Вас проблемы со сном в связи с употреблением алкоголя?
11. Снизилась ли Ваша эффективность с момента употребления Вами алкоголя?
12. Угрожало ли то, что Вы пьете Вашей работе или делу?
13. Пьете ли Вы для того, чтобы убежать от беспокойств, тревог и проблем?
14. Пьете ли Вы в одиночестве?
15. Случался ли с Вами полный провал памяти в результате употребления алкоголя?
16. Обращались ли Вы к врачу в связи с употреблением алкоголя?
17. Пьете ли Вы для повышения уверенности в себе?
18. Находились ли Вы когда-нибудь в больнице или каком-то другом заведении (социальном институте) из-за употребления алкоголя?
19. Чувствовали ли Вы когда-либо раскаяние после употребления алкоголя?
20. Возникает ли у Вас сильное желание выпить в определенное время каждый день?

Если Вы ответили «Да», по крайней мере, на 3 вопроса, у Вас есть основание беспокоиться о том, что алкоголь может стать Вашей личной проблемой.

Если Ваш ответ «Нет» на все вопросы- примите искренние поздравления!