

Алкоголь и женское здоровье

Женщине принадлежит особая роль в нашем обществе – рождение и воспитание детей, гармония в семье и сохранение нравственных ценностей, забота о близких, профессиональная реализация, но все это может быть разрушено зависимостью от алкоголя! Как отмечают наркологи, за последние десятилетия происходит рост женского алкоголизма по отношению к мужскому, что является тревожным показателем.

Если среди мужского алкоголизма большая часть случаев вызвана социальными причинами – негативное влияние среды, например, профессиональной, то подобных случаев у женщин практически нет: замкнутые социальные женские группы не так многочисленны. Если мужчина, получая помощь нарколога, сможет выйти из среды, провоцирующей пьянство, и способен достичь стабильной ремиссии, то с лечением женской алкогольной зависимости такого результата удастся достичь через более продолжительный период времени.

В большом разнообразии случаев женского алкоголизма стоит отметить еще один момент. Во всем мире статистика показывает, что среди так называемых бизнес-вумен алкоголизм распространен не менее, чем среди женщин, занимающихся менее доходной деятельностью. Это справедливо для зарубежных стран, сейчас – и для России. Злоупотребляющие алкоголем женщины многие годы скрывают свою зависимость, что делает невозможным своевременное оказание медицинской помощи, неспроста женский алкоголизм называют «пьянством за кружевными занавесками».

Женский организм реагирует на алкоголь иначе, чем мужской. Масса тела женщины обычно ниже, чем мужчины. А, значит, и доза алкоголя, достаточная для достижения состояния опьянения, у женщин значительно ниже, чем у мужчин. Если женщина начинает выпивать регулярно, в ее организме происходят тяжелые необратимые изменения и развивается хроническое, постоянно прогрессирующее заболевание – **алкогольная зависимость**.

Особенности женского алкоголизма

- Алкоголизм у женщин прогрессирует быстрее, чем у мужчин;
- первая стадия диагностируется редко, т.к. женщины многие годы склонны скрывать свою пагубную привычку;
 - у женщин, злоупотребляющих алкоголем, быстрее исчезает защитный рвотный рефлекс;
 - быстро развивается употребление алкоголя с преобладанием псевдозапоев и запоев (82% случаев), что приводит к сильнейшей интоксикации организма, развитию соматических (сердечно-сосудистые заболевания, болезни пищеварительной системы, в т.ч. печени и поджелудочной железы, онкозаболевания) и психических заболеваний, разрушает социальные связи;
 - процессы в женском организме подчинены гормональному циклу, на который алкоголь влияет негативно: токсическое действие на надпочечники приводит к тому, что они начинают производить мужские гормоны, поэтому наступление климакса у регулярно выпивающих женщин происходит на 10-15 лет раньше, чем у женщин, выбирающих трезвый образ жизни; появляются более низкий тембр голоса, угловатые и резкие движения; под действием мужских гормонов перераспределяется и жировая прослойка на теле – жир откладывается на талии;

- регулярное употребление алкоголя приводит к тому, что к определенным участкам кожи приток крови усиливается, а отток ухудшается, так на коже появляется сосудистая сеточка и нездоровая краснота, а обезвоживание в период похмелья приводит к появлению темных кругов под глазами, нарушение работы печени – к пожелтевшей коже;

- поскольку алкоголь нарушает всасывание питательных веществ и витаминов из пищи, появляются признаки гиповитаминоза – тусклые волосы, ломкость ногтей, постоянная усталость;

- быстрее, чем у мужчин, наступают изменения личности – исчезают высшие моральные ценности, развивается глубокая деградация;

- женщины более склонны к суицидальным попыткам – как в состоянии опьянения, так и в состоянии похмельного синдрома;

- развитие различных заболеваний у женщин с алкогольной зависимостью происходит чаще, чем у мужчин, и протекают они тяжелее;

- достигнуть состояния длительной ремиссии (периода воздержания от употребления алкоголя) намного сложнее, чем у мужчин;

- постоянное употребление спиртных напитков вызывает жировое перерождение ткани яичников и проблемы с овуляцией, что может привести к бесплодию; кроме того, генетическая информация, содержащаяся в яйцеклетках, может оказаться поврежденной токсическим действием алкоголя, что приводит или к их нежизнеспособности, или к внутриутробным нарушениям развития плода;

- наиболее сильное действие алкоголь оказывает в первые 3 месяца беременности, когда происходит формирование основных органов и тканей, и высок риск развития алкогольного синдрома плода, что может привести к преждевременным родам или внезапной детской смерти – в дальнейшем (когда без видимой причины ребенок просто перестает дышать, часто во сне); организм малыша в утробе матери не в состоянии справиться не только с самим спиртом, но и с продуктом его разложения – ацетальдегидом, который отравляет еще незрелые органы плода;

кроме того, алкоголь нарушает функции плаценты, поврежденная плацента перестает снабжать плод питательными веществами и кислородом – плод может погибнуть или родиться с серьезным отставанием в развитии.

Дети, рожденные от пьющих матерей, отстают в физическом и психическом развитии, у них снижены адаптационные возможности, часто развиваются психические и интеллектуальные расстройства (дефицит внимания, гиперактивность), затрудняющие обучаемость в школе, и другие отклонения.

Помните, что во время беременности нет безопасной дозы употребления алкоголя!

Многие женщины узнают о беременности только через месяц или два после зачатия. Если в этот период употреблялся алкоголь, надо обязательно сообщить об этом врачу, который ведет беременность. Этот факт будет учтен при исследованиях состояния плода. *И, конечно, надо отказаться от любого спиртного, когда факт беременности уже подтвердился! А лучше отказаться от алкоголя на этапе планирования беременности!*

Факторы риска развития алкоголизма у женщин:

- большую роль в развитии алкоголизма играет зависимость от алкоголя одного из родителей, воспитание в неполной семье, сложные отношения с близкими родственниками;
- последствия различных психических травм: несчастная любовь, смерть близких, измены мужа, одиночество, дисгармония в семейной жизни;
- низкий социальный статус (50-70% безработные).

Дорогие женщины, старайтесь не употреблять алкоголь! Так вы выбираете здоровье для будущих детей, активное долголетие и красоту – для себя!

По вопросам консультации и лечения алкогольной зависимости, в том числе анонимно, обращайтесь:

- Кировский областной наркологический диспансер: Киров, Студенческий проезд, 7:
 - Вы можете задать свой вопрос и получить онлайн-консультацию на нашем сайте: <https://kirov-ond.ru/>
 - телефон «горячей» линии по вопросам оказания наркологической помощи **(8332) 45-53-70 (КРУГЛОСУТОЧНО)**;
 - прием врача–психиатра-нарколога взрослого населения **(8332) 53-66-62** (в рабочее время);
 - прием врача–психиатра-нарколога детского и подросткового населения **(8332) 53-00-97** (в рабочее время);
 - отделение медицинской реабилитации (8332) 53-00-74;
 - отделение анонимного лечения (8332) 78-34-17
- или к врачу–психиатру-наркологу по месту жительства.