

Почему стоит отказаться от алкоголя уже сегодня?

Отказавшись от употребления алкоголя, Вы вернете себе:

- ⇒ Физическое здоровье
- ⇒ Ментальное здоровье
- ⇒ Взаимопонимание с близкими и сохранность семейного бюджета
- ⇒ Психологическое здоровье Ваших детей
- ⇒ Социальный статус



СДЕЛАЙТЕ ВЫБОР В ПОЛЬЗУ ЗДОРОВЬЯ!

**БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ ОМСКОЙ ОБЛАСТИ
«НАРКОЛОГИЧЕСКИЙ ДИСПАНСЕР»**



**Лечение ВСЕХ видов зависимостей
БЕСПЛАТНО, АНОНИМНО**

«Горячая линия» по лечению наркологической зависимости
телефон: 8 (3812) 348-003

«Горячая линия» по прекращению потребления табака и лечению табачной зависимости
телефон: 8 (3812) 344-003

Телефоны (круглосуточные)
по вопросам лечения наркологических зависимостей:

для взрослого населения
телефон: 8 (3812) 539-483

для детского населения
телефон: 8 (3812) 360-860

644046, г. Омск, ул. Учебная, 189
Телефон: 8 (3812) 30-27-25 (приемная главного врача)

Факс: 8 (3812) 53-08-83

E-mail: nd_mail@minzdrav.omskportal.ru

Internet: www.buzoond.ru

Vk: vk.com/narkodispenser55

Telegram: t.me/narkodispenser55

**Мы гарантируем качество, надежность,
безопасность и здоровье!**

Министерство здравоохранения
Омской области
Бюджетное учреждение здравоохранения
Омской области
«Наркологический диспансер»

Алкоголь – не ВЫХОД!



Омск - 2024 год

Алкоголизм – заболевание, обусловленное систематическим употреблением спиртных напитков.

Алкогольная зависимость характеризуется:

- потребностью в употреблении алкоголя;
- нарушениями психической деятельности;
- соматическими и неврологическими нарушениями;
- утратой социальных связей;
- личностной деградацией.

Алкоголь – психоактивное вещество, вызывающее зависимость

Факторы, влияющие на употребление алкоголя

Если человек периодически употребляет алкогольные напитки, это довольно быстро может перерасти в зависимость.

Причинами могут быть следующие:

Психологические.

Это индивидуальная предрасположенность, психологические особенности личности, психические нарушения.

Социальные. Это безработица, бедность, неблагополучие социальной среды (школа, семья).

Биологические. К данной группе факторов относится генетическая предрасположенность, низкая резистентность к этанолу и пр.

Проверьте себя!

Пенсильванская шкала оценки патологического влечения к алкоголю

1. За прошедшую неделю как часто Вы думали о том, чтобы выпить или о том, как хорошо Вам будет от употребления алкоголя?

- A. Ни разу
- B. 1-2 раза
- C. 3-4 раза
- D. 1-2 раза в день
- E. 2-3 раза в день
- F. 3-6 раз в день
- G. Более 6 раз в день

2. Насколько было выражено самое сильное влечение к алкоголю, которое Вы испытывали за прошедшую неделю?

- A. Совершенно не выражено
- B. Слабо, отражало лёгкое желание выпить
- C. Незначительная потребность выпить
- D. Умеренная потребность выпить
- E. Достаточно сильная, но контролируемая потребность
- F. Сильная, трудно контролируемая потребность
- G. Очень сильная, неконтролируемая потребность

3. Пожалуйста, подсчитайте, сколько примерно времени Вы думали об алкоголе за прошедшую неделю?

- A. Совсем не думал(а)
- B. Меньше получаса
- C. До 1 часа
- D. От 1 до 1,5 часов
- E. До 3-х часов
- F. От 3-х до 6-ти часов
- G. Более 6-ти часов

4. Тяжело ли будет удерживаться от употребления алкоголя, если Вы знаете о его наличии дома?

- A. Легко
- B. Почти не трудно
- C. Немного сложно
- D. Сложно
- E. Очень сложно
- F. Невыносимо сложно
- G. Не смог(ла) бы сдержаться

5. Учитывая Ваши ответы на предыдущие вопросы, пожалуйста, оцените в общем Ваше влечение к алкоголю за прошедшую неделю.

- A. Ни разу не думал об употреблении и не испытывал потребности выпить
- B. Очень редко думал об употреблении и очень редко испытывал потребность выпить
- C. Изредка думал об употреблении и изредка испытывал потребность выпить
- D. Иногда думал об употреблении и иногда испытывал потребность выпить
- E. Часто думал об употреблении и испытывал потребность выпить
- F. Большую часть времени думал об употреблении и испытывал потребность выпить
- G. Практически всё время думал об употреблении и постоянно испытывал потребность выпить



Результат:

Если Вы выбрали пункты C, D, E, F, G, то это повод обратиться за консультацией к врачу психиатру-наркологу