**11 сентября 2022г. -**

**Всероссийский день трезвости!**

Алкогольная зависимость становится причиной разрушения семей и деградации личности. Проблема алкоголизма затрагивает все стороны жизни человека: распадаются семьи, растет преступность, сокращается продолжительность жизни. День трезвости является ступенькой на пути к здоровому и трезвому образу жизни.

Алкоголизм – хроническое заболевание. Зависимые люди не могут контролировать количество употребляемого спиртного, даже если это вызывает серьезные проблемы дома, на работе или разрушает здоровье.

Причин алкогольной зависимости немало, например, неумение преодолевать стрессы и справляться с текущими проблемами, ощущение ненужности и т.д. Часто эти люди пьют без повода или придумывают его искусственно.

Существует миф о том, что употребление небольшого количества спиртного не вызывает серьезных проблем и даже полезно для здоровья. Но нередко даже умеренное систематическое потребление спиртных напитков заканчивается развитием алкоголизма.

Злоупотребление алкоголем является болезнью, крайне тяжело поддающейся лечению.

Убедить зависимого от алкоголя человека лечиться непросто, так как большинство пьющих людей не считают себя больными. Они уверены, что в любой момент смогут остановиться. Но даже те, кто признает свою зависимость, не всегда хотят от нее избавиться.

***День трезвости — это возможность вспомнить о том, какие ценности для нас являются важными, о том, каким ценным является человеческое здоровье.***

ГУЗ ЯО ГДБ ООМПД в ОУ 2022 год.