**Как оградить ребенка от алкоголя?**

**1. Цифры и факты**

* Последние 8 лет Россия устойчиво занимает 1 место в мире по детскому и подростковому алкоголизму.
* 70% детей к 13 годам уже знают вкус алкоголя.
* Ежедневно употребляют алкогольные напитки, включая пиво, 33% юношей 20% девушек.
* Доля людей, которые регулярно употребляют пиво, составляет сегодня 76%.
* 90% преступлений совершенны подростками в состоянии опьянения.

***Специалисты выделили основные причины приобщения к спиртным напиткам подростков:***

* *неблагополучие семьи;*
* *незанятость свободного времени;*
* *отсутствие знаний о последствиях алкоголизма;*
* *уход от проблем;*
* *психологические особенности личности;*
* *самоутверждение;*
* *позитивная реклама в средствах массовой информации.*

Безусловно, причин, провоцирующих употребление алкоголя, достаточно много. Но все они ведут к одному результату – формированию детского алкоголизма. Если вовремя не вмешаться и не постараться предотвратить начавшийся процесс, последствия могут быть непоправимые – серьезные проблемы со здоровьем и социальной адаптацией.

**2. Особенности подросткового алкоголизма**

* ***Принятие ребенком больших доз алкоголя.*** Принятие алкоголя детьми не одобряется обществом, поэтому подростки, как правило, пьют тайком, обычно без закуски, принимая всю дозу одномоментно; что приводит к тяжелому опьянению. Но даже при редком эпизодическом пьянстве и относительно небольших дозах алкоголя в силу незрелости организма возможно развитие глубоких токсических состояний с последующим похмельем и нарушением памяти.
* ***Быстрое привыкание к спиртным напиткам.*** Объясняется тем, что организм находится в стадии формирования и устойчивость центральной нервной системы к действию алкоголя снижена, вследствие чего происходят глубокие и необратимые процессы ее разрушения.
* ***Быстрое развитие запойного пьянства.*** Для подростков становится нормой пить по любому поводу и характерно стремление к полному опьянению - только в этом случае выпивка расценивается как удачная.
* **Низкая эффективность лечения.** Употребление алкоголя включается в структуру потребностей.

**3. Как уберечь детей и подростков от алкоголя?**

* *Не злоупотребляйте алкоголем сами, ваш личный пример лучше всяких нотаций.*
* *Ни при каких обстоятельствах не угощайте и не разрешайте употреблять алкогольные напитки детям и подросткам.*
* *Не храните дома запасы алкоголя.*
* *Помогите детям в организации содержательного досуга.*
* *Не забывайте, что главные потребности ребенка не только в пище, сне, одежде, но и в вашем внимании, понимании и участии.*

***Пьяницами не рождаются, ими становятся люди, которых вовремя не предупредили, не остановили руку, протянутую к рюмке или бутылке пива!***

***А остановить, удержать ребенка от беды может, прежде всего, семья!***