**Профилактика отравлений алкоголем и его суррогатами**



Отравление алкоголем – это острая интоксикация, развивающаяся при употреблении напитков на основе этилового, метилового, бутилового и других спиртов.

Употребляемый даже в малых дозах, алкоголь оказывает отрицательное воздействие на центральную нервную систему, почки, печень, ткани сердца, свертывающую систему крови, реактивность сосудов.

Обладая системным действием, алкоголь воздействует не на какой-то определенный орган, а на весь организм в целом, поэтому при злоупотреблении поражаются многие органы и системы, что может привести к тяжелой интоксикации, а в особых случаях – к смерти.

Алкогольные отравления в России занимают лидирующие позиции среди бытовых отравлений. Из 100 % на долю алкоголя приходится более 60% всех смертельных отравлений. Как распознать алкогольное отравление, и какие меры следует предпринять, чтобы избежать трагических последствий?

Под состоянием алкогольного опьянения понимается нарушение функций головного мозга из-за передозировки алкоголя. Типичными симптомами являются нарушение равновесия, тошнота, рвота и расстройство сознания. Кроме этого повышается артериальное давление, учащается сердцебиение. Большие дозы вызывают торможение коры и жизненно важных центров головного мозга (дыхательного, сосудодвигательного). Этим объясняются все неприятные ощущения, которыми характеризуется состояние похмелья.

Тяжелое алкогольное отравление приводит к серьезным расстройствам дыхания и кровообращения, что является основной причиной смерти.

В этом случае проявляются следующие симптомы:

* глубокое нарушение деятельности центральной нервной системы вплоть до потери сознания,
* потеря болевой чувствительности,
* судороги,
* холодная влажная кожа,
* багровое лицо,
* на белках глаз ясно видны расширенные кровеносные сосуды,
* из носа и рта выделяется много слизи, слюны, иногда в виде пены,
* возможны непроизвольный стул и мочеиспускание,
* дыхание шумное,
* возможно западание языка.

При самом тяжелом отравлении артериальное давление падает, пульс нитевидный, учащенный, дыхание становится поверхностным.

Этанол является питьевым спиртом, который широко применяется в пищевой, косметической промышленности. Он не является токсичным, но плохо действует на центральную нервную систему, и продукты его разложения могут нарушить функцию печени и кроветворения красных кровяных клеток.

Этанол образуется при алкогольном брожении сахар содержащих веществ.   
Он очень быстро всасывается после приема внутрь слизистой оболочкой желудочно-кишечного тракта. Примерно в течение 20-60 минут после приема спирта он достигает своей максимальной концентрации в крови. Через интервал времени от двух до шести часов около половины этанола расщепляется и выводится.

Тяжесть симптомов отравления зависит от концентрации алкоголя в крови и индивидуальной переносимости. Кроме того, имеет значение количество сивушных масел в напитках, которые оказывают неблагоприятное влияние на организм.

Содержание алкоголя в крови измеряется в промилле. При этом определяется, сколько миллиграмм алкоголя содержится в грамме крови. Четыре промилле — потенциально смертельная доза — это четыре миллиграмма алкоголя в одном грамме крови. 

**Что такое алкогольные суррогаты?**

Суррогаты алкоголя — различные жидкости, не предназначенные для внутреннего употребления, но тем не менее использующиеся взамен алкогольных напитков.

***Отравление суррогатами алкоголя часто намного опаснее, чем обычная интоксикация. Некачественного алкоголя нужно намного меньше, чтобы проявились первые симптомы. К примеру, смертельная доза качественного алкоголя составляет 300 мл в пересчете на чистый спирт, в то время как суррогатный алкоголь в количестве 100 мл чистого спирта может вызвать летальный исход.***

Суррогатным алкоголем считается тот спиртосодержащий напиток, в котором есть посторонние примеси либо содержатся другие одноатомные и многоатомные спирты (не только этиловый). Соответственно, суррогаты алкоголя делятся на 2 основные группы:

Первые имеют в составе этиловый спирт и примеси, крайне вредные для организма, которые и дают основной токсический эффект. Чаще всего отравления суррогатами алкоголя первой группы наблюдаются после употребления самогона, политуры, денатурата и даже морилки для дерева на спирту

Вторая группа содержит не этанол, а другие спирты. Эти напитки в разы быстрее вызывают сильное опьянение, но и более разрушительно влияют на организм. При распаде подобных спиртов возникают метаболиты, которые крайне ядовиты. К этой группе напитков относят тормозную жидкость и антифриз. Распитие подобных веществ характерно для людей на стадии алкогольной деградации личности.

**Что из себя представляет алкогольное отравление?**

Алкогольное отравление – это тяжелое, иногда смертельное последствие приема больших доз спиртного за короткий период времени. Большое количество алкоголя в крови вызывает рвоту, нарушение дыхания и сердечного ритма, в тяжелых случаях приводит к коме и даже летальному исходу.

**Чем опасно состояние** **алкогольного отравления?** Алкоголь – это мощный раздражающий фактор для желудка, который легко способен провоцировать длительно не проходящую рвоту. Если в желудочно — кишечном тракте имелись проблемы из-за различных заболеваний, то алкогольное отравление их усугубит вплоть до внутреннего кровотечения, что представляет реальную угрозу жизни без хирургического вмешательства. Из-за подавления защитных рефлексов и нарушения в системах регуляции, пропадает бессознательный контроль, что может позволить рвотным массам попасть в дыхательные пути. Даже если пострадавший после вызванной этим остановки дыхания совсем не задохнется, будут получены в дальнейшем тяжелые осложнения.

**Каковы симптомы отравления алкоголем и его суррогатами?**

* сильная одышка;
* головокружение;
* покраснения кожи;
* головная боль;
* рвота.

В результате этого может наступить смерть от: удушья по причине аспирации рвотных масс в дыхательные пути.

**Профилактика отравлений спиртным.**

Лучшие профилактические меры от отравления алкогольными напитками — полное исключение их из употребления. Ведь алкоголь является ядовитым и вредным в любом виде и количествах. Однако если полностью отказаться от спиртного пока не выходит, вот эти небольшие профилактические правила помогут серьезно снизить опасность вероятных повторных интоксикаций:

· Не пить алкоголь большими дозами

· Не употреблять алкоголь при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, переутомлении, недостатке питания

· Не пить алкоголь на фоне приема лекарств (антидепрессанты, снотворные, обезболивающие и др.)

· Перед употреблением алкоголя плотно поесть

· Закусывать после выпитой дозы алкоголя

· Стараться не комбинировать разные спиртные напитки

· Стараться принимать спиртные напитки по возрастанию градуса

· Не пить некачественные спиртные напитки

**· Лучшая профилактика — НЕ пить вообще!**

Самая надежная профилактика отравлений – никогда не употреблять суррогаты алкоголя. Чтобы избежать случайных отравлений, храните продукты бытовой химии отдельно, в посуде, имеющей соответствующие надписи.

Покупайте все спиртные напитки в хорошо проверенных, пользующихся отличной репутацией специализированных магазинах. Если предстоит застолье и вы не уверены в качестве спиртного, которое вам будет предложено, примите заранее активированной уголь для удаления токсинов.

**Помните, алкоголь вреден для здоровья!**