

Хочется отметить, что те женщины, которые все-таки так или иначе обратились за помощью, могут не только избавиться от алкогольной зависимости, но и начать получать удовольствие от жизни. Все возможно при желании решить проблему.

#### ПОЭТОМУ ЖЕНЩИНАМ СТОИТ ПРИСЛУШАТЬСЯ К ТРЕМ ВАЖНЫМ СОВЕТАМ:

1. Учиться обсуждать свои душевные переживания со специалистами.
2. Тем, у кого в роду есть пьющие родственники, особенно мужского пола, следует быть крайне осмотрительными в отношениях с алкоголем и стараться контролировать себя.
3. Старайтесь, так или иначе, организовать свою личную жизнь, а не «пускать ее на самотек».

Для того чтобы эффективно бороться с этим заболеванием, необходим комплексный подход. Лечение женского алкоголизма направлено на коррекцию соматоневрологических расстройств (алкогольное поражение печени, почек, сердца) и на борьбу со стержневым признаком алкоголизма – влечением к алкоголю. Для этого используются фармакотерапия и психотерапия.

Лечебно-реабилитационная программа достаточно длительна. Психотерапия направлена на формирование сознательной установки, а также обучение решать проблемы и получать удовольствия от жизни без алкоголя, комфортно и полноценно чувствовать себя при ведении трезвого образа жизни и эффективно бороться с возникающим влечением к алкоголю.



**Адрес ГАУЗ «РЦМП»:**  
420021 г. Казань, ул. С. Садыковой, д. 16  
тел.: (843) 278-96-11  
e-mail: rcmp.rt@tatar.ru

**Адрес Центра здоровья ГАУЗ «РЦМП»:**  
420021 г. Казань, ул. С. Садыковой, д. 16  
тел.: (843) 570-55-08  
e-mail: rcmp.rt@tatar.ru

© Фолиант, 2018  
Тираж 5000. Отпечатано в ООО «Фолиант».  
420111 г. Казань, ул. Профсоюзная, 17в.



ГАУЗ «Республиканский центр  
медицинской профилактики»

# ЖЕНСКИЙ АЛКОГОЛИЗМ



Казань  
2018

**За последние десять лет в России отмечается рост заболеваемости алкоголизмом среди женщин. Женский алкоголизм стремительно молодеет, средний возраст составляет сегодня 20–25 лет.**

## ПРИЧИНЫ ЖЕНСКОГО АЛКОГОЛИЗМА

Чаще всего у женщин пристрастие к алкоголю развивается на почве одиночества (вдовство, распад семьи), потери близких (смерть детей). Стрессам подвержены домохозяйки, которые ради семьи жертвуют работой, карьерой. Дети вырастают, муж пропадает на работе, начинает изменять жене. На этой почве возникает одиночество, чувство горького разочарования, обиды.

**Женщины гораздо более эмоционально реагируют на стрессовые ситуации, «погружаются в несчастье», и ищут немедленного разрешения, жаждут горячей поддержки и сочувствия. При отсутствии поддержки на помощь приходит алкоголь.**

В последнее время в группу риска стали попадать жены «новых русских», у которых вроде бы есть все и муж, и дети, и дом. Но муж занят практически только работой, дети в школе или в садике. А хозяйке дома абсолютно нечем заняться и некому проследить за тем, что она делает, оставаясь дома одна. И впоследствии у таких женщин также развивается алкогольная зависимость.

Как ни странно, алкоголизмом могут страдать и весьма уверенные в себе по молодости и успешные в бизнесе женщины, если профессиональная деятельность отвлекла их от создания семьи. А в итоге получается, что однажды бизнес отходит на второй план, а в пустом и роскошном доме никто не ждет,

замуж после 35 лет выйти сложно и еще сложнее родить первого ребенка. Приходит чувство одиночества.

Кроме перечисленных причин есть и другие. Например, к алкоголю женщину может подтолкнуть депрессия. Все есть: семья, работа, а душевного комфорта нет. Дурные мысли мешают жить, чтобы заглушить их, нужно выпить немного спиртного. Кстати, очень часто такой сюжет развивается на фоне климакса, который у некоторых женщин сопровождается и физическим, и моральным дискомфортом.

Самое страшное, что такое развитие женского алкоголизма происходит на фоне активной рекламы пива, как легкодоступного и дешевого слабоалкогольного напитка. Его могут позволить себе даже школьницы и студентки. Девушки 14–18 лет в течение дня могут выпить несколько бутылок пива, совершенно не думая о последствиях. А ведь бутылка пива, даже слабоалкогольного (содержащего порядка 5% алкоголя), отражается на организме так же, как 60 мл водки. Газированные алкогольные коктейли, которые содержат подслащенный разбавленный алкоголь неизвестного происхождения, через год-полтора после регулярного употребления также могут вызвать привычку и зависимость.

Чем же так женский алкоголизм отличается от алкоголизма мужского, в чём его особенности и почему с ним так крайне сложно бороться? Для того

чтобы ответить на эти вопросы необходимо, прежде всего, провести чёткую грань между двумя понятиями – **пьянством и алкоголизмом.**

**Под пьянством** традиционно понимается стабильное увлечение спиртными напитками. Хотя, когда выпивающий человек занят какой-либо деятельностью, то он может обходиться и без алкоголя.

**Алкоголизм** же представляет собой **хроническое заболевание, характеризующееся постоянной болезненной тягой к спиртным напиткам, абстинентным синдромом, соматическими и психологическими отклонениями в организме больного.** И если при пьянстве человек не теряет своего собственного Я, сохраняя в относительной целостности весь набор социально значимых качеств, то при алкоголизме происходит всесторонняя деградация личности. Круг интересов алкоголика резко сужен: интересуется его только лишь выпивка. Алкоголик теряет способность к работе, учёбе, моральному самоконтролю.

Те люди, которые себя не контролируют, постепенно скатываются от пьянства к алкоголизму. Такой регресс у мужчин может растягиваться на целые десятилетия. Так вот **главной особенностью женского алкоголизма является скорость его приобретения.** У женщин временной промежуток, проходящий от пьянства до алкоголизма настолько незначителен, что некоторые наркологи вообще отвергают понятие женского пьянства, говоря исключительно об алкоголизме.

Причинами такого быстрого привыкания являются, прежде всего, внешние условия употребления алкоголя и особенности женского организма.

Так, если большинство мужчин предпочитают пить в компаниях, то подавляющее большинство алкоголичек пьют в одиночку, после работы, в определённое время, жёстко подчиняя себя внешним факторам. Нередко о том, что женщина больна алкоголизмом, до последнего момента не знают, даже её ближайшие родственники. Поэтому, почти все женщины попадают в наркологические клиники уже в запущенном состоянии, когда болезнь становится частью образа жизни.

## ПРИЗНАКИ ЖЕНСКОГО АЛКОГОЛИЗМА

Выпивающая женщина может выглядеть старше своих лет (отёчность лица, мешки под глазами), говорить грубым, резким голосом, быть неопрятной. **Характерны алкогольные изменения личности: лживость, неискренность, эгоистичность, грубость, раздражительность, агрессивность.** Женщина пренебрегает семейными обязанностями, становится сексуально распушенной. К сожалению, одиночное пьянство женщины не побуждают близких столь активно, как при пьянстве отца или мужа, искать помощи специалистов.

## ПРАВИЛЬНОЕ ЛЕЧЕНИЕ ЖЕНСКОГО АЛКОГОЛИЗМА

Алкоголизм, как и любое другое заболевание, необходимо лечить долго, серьезно и обязательно с помощью специалистов-наркологов.

Главная сложность заключается в том, что женщина сама редко обращается за помощью к специалисту, потому что женщина до последнего момента пытается скрыть свое пристрастие от окружающих.