



**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ
РЯЗАНСКОЙ ОБЛАСТИ
(Минобразование Рязанской области)**

Начальникам муниципальных
органов управления образованием

ул. Каширина, 1, Рязань, 390000
тел.: (4912) 51-51-52
e-mail: minobr@ryazangov.ru
https://minobr.ryazangov.ru

13.06.2023 № ОВ/12-5864

На № _____ от _____

О реализации национального проекта
«Демография» с 12 по 18 июня 2023 г.

Уважаемые коллеги!

Министерство образования Рязанской области в соответствии с письмом министерства здравоохранения Рязанской области направляет инфографику с целью проведения с 12 по 18 июня 2023 г. недели, посвященной отказу от алкоголя.

Просим вас разместить инфографику на стендах, в социальных сетях и корпоративных информационных системах с целью информирования сотрудников и обучающихся о профилактике заболевания и принципов ведения здорового образа жизни.

Приложение: на 10 л. в 1 экз.

Первый заместитель министра

О.С. Васина



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат 333CE479FA4291FC303140E2B9BCB525
Владелец **Васина Ольга Сергеевна**
Действителен с 22.02.2023 по 17.05.2024

Гудкова Ольга Николаевна,
+7(4912) 51-51-52 (доб. 218)

Регулярное употребление алкоголя



**может нанести
серьёзный вред
организму!**

Развивается
гепатит, а затем
цирроз



Развивается
панкреатит



Развивается
алкогольная
кардиомиопатия



Развивается
рак кишечника



Угнетается
продукция
тромбоцитов



Развивается
язвенная
болезнь



Ослабевает
иммунная
система



Нарушается память,
наступает
психическая
деградация



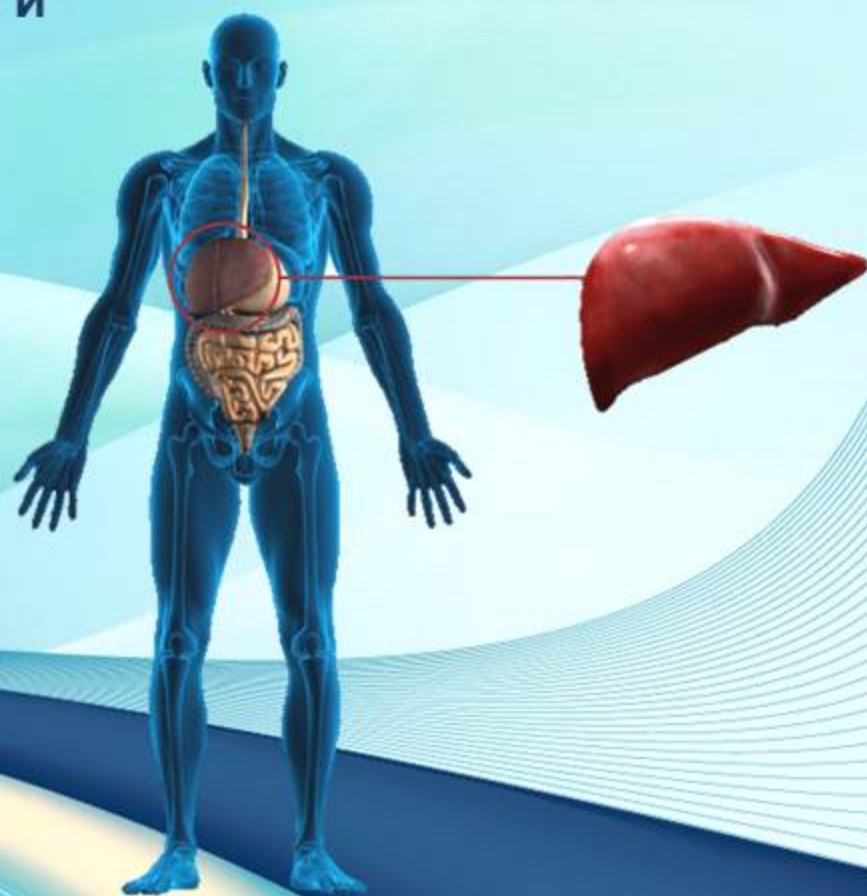
АЛКОГОЛЬ И ЕГО ВОЗДЕЙСТВИЕ НА ОРГАНИЗМ ЧЕЛОВЕКА



АЛКОГОЛЬ РАЗРУШАЕТ ПЕЧЕНЬ



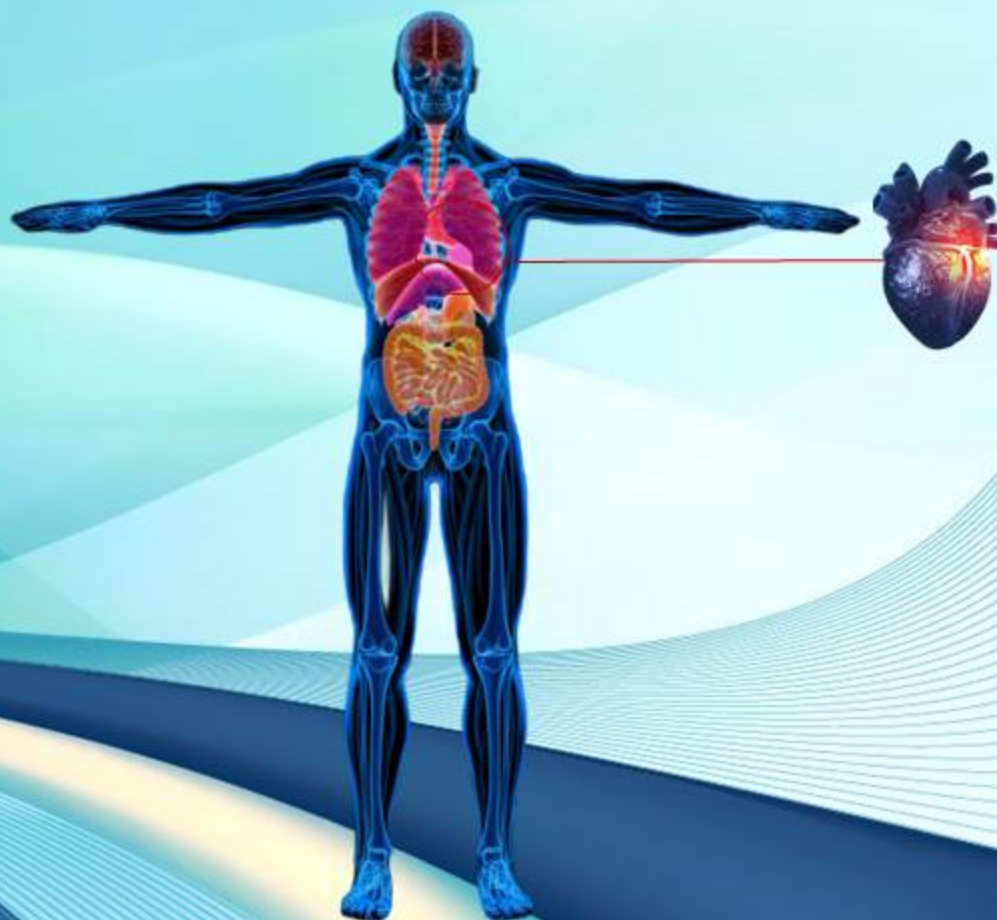
В результате постоянного токсического воздействия алкоголя возникает воспаление печени – алкогольный гепатит, затем происходит отмирание большого количества печеночных клеток и развивается цирроз печени



АЛКОГОЛЬ ПОРАЖАЕТ СЕРДЦЕ



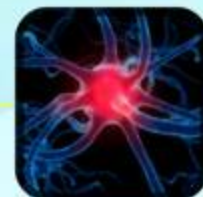
Вызывает аритмии, артериальную гипертензию, нарушает обмен веществ в клетках сердечной мышцы, при этом часть клеток погибает



АЛКОГОЛЬ РАЗРУШАЕТ ПЕРИФЕРИЧЕСКУЮ НЕРВНУЮ СИСТЕМУ



Нарушение проявляется
характерной «походкой
алкоголиков», при которой
отмечается неуверенная
медленная поступь, пошатывание,
дрожание пальцев рук



АЛКОГОЛЬ ПОВЫШАЕТ РИСК СМЕРТИ ОТ РАЗНЫХ БОЛЕЗНЕЙ



Риск смерти от разных болезней
пропорционально растёт с
уровнем выпитого спиртного



ВРЕД АЛКОГОЛЯ



Употребление
алкоголя
способствует
развитию сердечно-
сосудистых
заболеваний

1

Употребление
алкоголя может
привести к
нарушению
правопорядка

2



4

Употребление
алкоголя вызывает
онкологические
заболевания
внутренних
органов

3

Вождение в
состоянии
алкогольного
опьянения повышает
риск дорожно-
транспортных
происшествий



ПОСЛЕ ОТКАЗА ОТ АЛКОГОЛЯ

1



Улучшается
самочувствие

2



Улучшается
настроение

3



Улучшается работа
печени

4



Улучшается память и
работа мозга

5



Уменьшается риск
развития сердечно –
сосудистых заболеваний



Как помочь человеку с зависимостью



Предлагайте провести время вместе

Это поможет человеку отвлечься. Попросите рассказать о причинах, которые толкают его выпить

Помогите найти новое увлечение

Если наполнить дни интересными занятиями, соблазн выпить будет снижаться

Расскажите о других способах борьбы со стрессом

Прогулки на свежем воздухе, тренировки, прослушивание музыки, медитация

Убедите обратиться за помощью

Можно посоветовать разные варианты, предложить свою поддержку. **Но заставлять нельзя!**

Центр Общественного
Здоровья
медицинской, профилактической
и информационных технологий
Рязанской области

Рязанская область

12-18
ИЮНЯ



НЕДЕЛЯ ОТКАЗА
ОТ АЛКОГОЛЯ