

Памятка для населения Профилактика алкоголизма

Профилактика алкоголизма остается одной из актуальных проблем в России. Рост алкоголизации населения России свидетельствует о необходимости разработки новых концепций в профилактике алкоголизма. Профилактика алкоголизма складывается из двух стратегий:

1. Снижение факторов риска приводящих к алкоголизму;
2. Усиление факторов, которые понижают восприимчивость к алкоголизму.

Обстоятельства, способствующие употреблению алкоголя – называются факторами риска. А обстоятельства снижающие употребление алкоголя – называются факторами защиты.

Факторы риска:

- Проблемы с психическим или физическим здоровьем индивида.
- Дети, рожденные и воспитанные родителями алкоголиками.
- Общение с людьми, регулярно употребляющими алкоголь и отсутствие устойчивости к давлению сверстников.
- Личностные качества (низкий интеллект, низкая самооценка, переменчивость настроения, неуверенность в себе, нежелание придерживаться социальных норм, ценностей, поведения и т.д.).

- Раннее начало половой жизни.
- Частые конфликты в семье, низкий уровень доходов в семье.
- Плохая успеваемость в школе, нежелание учиться.

- Проблемы при общении с родственниками, сверстниками.

Факторы защиты:

- Благополучие в семье, сплоченность членов семьи, хорошее воспитание, отсутствие конфликтов в семье.
- Высокий уровень интеллекта, физическое и психическое здоровье, устойчивость к стрессам.

- Хороший уровень достатка, обеспеченность жильем.
- Регулярное медицинское наблюдение.
- Низкий уровень криминализации в населенном пункте.
- Высокая самооценка, способность эффективно решать возникшие проблемы, устойчивость к давлению, умение контролировать эмоции и свое поведение.

- Соблюдение общественных норм.

Из приведенного выше становится понятно, что профилактика алкоголизма имеет перед собой цель усилить факторы защиты и по возможности убрать факторы риска.