**ОТРАВЛЕНИЯ АЛКОГОЛЕМ**



Празднование дня рождения, поддержка спортивной команды, отдых после работы - обычные способы расслабиться, побыть с семьей или друзьями. Некоторые люди предпочитают по этому поводу выпить пиво, вино или другой напиток, содержащий алкоголь. В умеренных количествах алкоголь может быть не опасен. Но для кого-то эти поводы означают интенсивное употребление крепких напитков. В продолжительные праздничные дни, такие как новогодние каникулы, повышается число обращений за медицинской помощью и, к сожалению, смертей, вызванных алкогольной интоксикацией.

По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) каждый двадцатый случай смерти связан с алкоголем.

Основная причина отравления - большое количество алкоголя, например, когда человек выпивает поочередно несколько алкогольсодержащих напитков в течение двух часов.

Чрезвычайно опасно пьянство, которое продолжается несколько часов и даже дней.

Токсическое отравление, требующее неотложной медицинской помощи, может быть вызвано и другими формами спирта, например, изопропиловым, он содержится в медицинском спирте, лосьонах и некоторых чистящих средствах, метанолом или этиленгликолем — это распространенный ингредиент антифризов, красок и растворителей. Токсичность таких спиртов в 1,5 - 3 раза превышает токсичность этанола.

Алкогольное отравление, вызванное самогоном или суррогатами алкоголя, характеризуется быстрым развитием, большей продолжительностью, выраженностью и последствиями.

Отравление может произойти с ребенком, если он случайно выпьет из оставленного без присмотра бокала взрослого, найдет бутылку с алкоголем в шкафу.

Что увеличивает вероятность наступления алкогольной интоксикации.

Среди факторов риска - сопутствующие заболевания (желудка), низкий вес, крепость алкогольных напитков, алкоголь на голодный желудок.

Подростки и молодые люди, употребляющие алкоголь, могут подвергаться особому риску передозировки. Исследования показывают, что подростки и студенты часто употребляют спиртные напитки, в том числе высокой крепости.

В группе риска люди, которые злоупотребляют спиртным или страдают алкоголизмом, в большинстве случаев они испытывают проблемы со здоровьем, на работе, в семье. Если человек злоупотребляет алкоголем, но не страдает алкоголизмом, его риски получить отравление по-прежнему высоки.

Продолжение употребления алкоголя, несмотря на явные признаки опьянения, такие как тошнота, головокружение, может привести к передозировке.

Чем больше выпито спиртного, тем выше риск отравления.

Передозировка алкоголя может привести к необратимому повреждению мозга и как следствие, смерти.

Алкогольная интоксикация влечет серьезные осложнения. Алкоголь в больших дозах препятствует передаче сигналов в мозг. Торможение сигналов, которые контролируют автоматические реакции, такие как рвотный рефлекс, увеличивает риск захлебнуться рвотой при потере сознания. Даже если человек выживет, такая передозировка алкоголя может привести к необратимому повреждению мозга.

Рвота может вызвать сильное обезвоживание.

Уровень сахара в крови может упасть настолько, что вызовет судороги.

Температура тела может упасть настолько, что наступит остановка сердца.

Отравление алкоголем может вызвать аритмию и даже остановку сердца.

Не исключено развитие алкогольной комы и необратимого повреждения мозга.

**Последствия отравления алкоголем**

Смертельная доза 96 % этанола колеблется от 4 до 12 г на 1 кг массы тела (приблизительно 700-1000 мл водки при отсутствии толерантности). Алкогольная кома наступает при концентрации этанола в крови 3 г/л и выше, смерть – при концентрации от 5-6 г/л и выше.

**Опасные сочетания с алкоголем**

Нельзя совмещать спиртные напитки с приемом опиатов, снотворных, риск передозировки увеличивается. Прием алкоголя с безрецептурными антигистаминными препаратами также может быть опасным.

Употребление спиртного с наркотическими веществами - смертельная комбинация. Как и алкоголь, наркотики подавляют участки мозга, которые контролируют жизненно важные функции, например, дыхание.

**Человеку с отравлением алкоголем нужна немедленная медицинская помощь.**Опасно считать, что человеку без сознания станет лучше, если он выспится.

Если вы подозреваете, что у кого-то имеются признаки алкогольной интоксикации, срочно вызовите скорую медицинскую помощь.

Ориентируйтесь на следующее:

* Спутанное или потеря сознания
* Рвота
* Судороги
* Редкое дыхание (менее восьми вдохов в минуту)
* Нерегулярное дыхание (перерыв более 10 секунд между вдохами)
* Кожа с синюшным оттенком или бледная,
* Пониженная температура тела (переохлаждение)

**До прибытия медицинской помощи:**

Будьте готовы предоставить следующую информацию сотрудникам скорой помощи: тип и количество алкоголя, которые выпил человек, лекарства, которые он принимал, если это известно; а также любую информацию о здоровье человека, об аллергии на лекарства.

Не оставляйте человека в состоянии опьянения одного, так как он может получить травму в результате падения или удушья. Уложите человека на землю, а по возможности держите его в сидячем или частично вертикальном положении.

Помогите человеку если у него рвота. Он должен наклониться вперед, чтобы не захлебнуться. Если без сознания, положите его на бок, чтобы не наступило удушье.

**Большинство случаев отравления спиртным можно предотвратить**

Чтобы избежать отравления алкоголем:

Избегайте сочетания напитков разной крепости.

Не пейте натощак. Наличие пищи в желудке может замедлить всасывание алкоголя, хотя это не предотвратит отравление алкоголем, например, если вы им злоупотребляете.

Поговорите со своими детьми, подростками об опасности алкоголя, в том числе интенсивного его употребления. Имеющиеся данные свидетельствуют о том, что дети, которых родители предупреждают об алкоголе и которые сообщают о близких отношениях со своими родителями, с меньшей вероятностью начнут пить.

Храните спиртные напитки в безопасном месте. Если у вас есть маленькие дети, храните спиртосодержащие продукты, включая косметику, жидкости для полоскания рта и лекарства, в недоступном для них месте, как можно выше. Предотвратите доступ детей к бытовым чистящим средствам. Храните токсичные растворы, в гараже или вне досягаемости.

Будьте бдительны, чтобы обезопасить своих друзей и семью. И помните - вы можете избежать риска передозировки алкоголем, минимизируя количество выпиваемого алкоголя или отказавшись от него. Безопасной дозы алкоголя не бывает.