

**УГЛОВ Ф. Г.**

**ПРАВДА И ЛОЖЬ ОБ АЛКОГОЛЕ**

**1986**

## **Правда и ложь об алкоголе** (Методическое руководство для клубных работников). — М: Всесоюзный научно-методический центр народного творчества и культурно-просветительной работы Министерства культуры СССР, 1986 г., 70 с.

В современных условиях, когда всё полнее раскрываются созидательные силы нашего социалистического строя, преимущества советского образа жизни, особое значение приобретают строгое соблюдение принципов коммунистической морали и нравственности, преодоление вредных привычек и пережитков, прежде всего такого уродливого явления, как пьянство.

В связи с этим партией и государством были приняты конкретные меры, направленные на искоренение из нашей жизни этого негативного явления. При этом подчёркивалась необходимость придать работе по преодолению пьянства и алкоголизма подлинно массовый, всенародный характер, создать в каждом трудовом коллективе обстановку нетерпимости к пьянству, к любым нарушениям трудовой дисциплины и порядка.

Прямая обязанность культурно-просветительных учреждений — развернуть широкую массово-политическую и культурно-просветительную работу среди населения, разъясняя вред пьянства в производственной деятельности человека и в быту. При этом необходимо подчёркивать, что употребление алкогольных «напитков» пагубно отражается на здоровье человека, влечёт за собой необратимые изменения в организме.

Именно этому аспекту посвящена предлагаемая вниманию работников культурно-просветительных учреждений книга академика Академии медицинских наук СССР, лауреата Ленинской премии Фёдора Григорьевича Углова, который известен своими активными выступлениями за трезвый образ жизни, за искоренение пьянства и алкоголизма из жизни нашего социалистического общества. При организации лекций и бесед, кинолекториев, вечеров и встреч следует широко использовать приводимые автором аргументы, факты, примеры. Особо следует обратить внимание слушателей, зрителей на позицию автора, предлагаемые им методы развенчания бытующих пока, к сожалению, весьма живучих ещё рассуждений о «культурном» винопитии, оправдывающих употребление алкоголя.

Необходимо помнить, что часть населения ещё не воспитана в духе трезвости, недостаточно осведомлена о вреде употребления спиртных «напитков» для здоровья нынешнего и особенно будущих поколений, для общества в целом. Поэтому важно обратить внимание на такие аспекты проблемы, разъясняемые автором, как «Алкоголь — наркотический яд», «Алкоголь и мозг», «Алкоголь и потомство».

## ПРЕДИСЛОВИЕ

Вино как возбуждающий и «веселящий напиток» известен давно, однако изготовлялось оно, как правило, из хлебных продуктов в сравнительно небольших дозах, стоило дорого, поэтому его употребляли главным образом состоятельные люди. Большинство населения жило бедно и почти не думало о вине. Люди думали о хлебе, чтобы не умереть с голоду. Только в начале XIX в. алкоголь начали готовить заводским способом, производство стало массовым, дешёвым, создались условия для его широкого распространения среди населения.

Обладая наркотическим свойством, алкоголь после двух-трёх приёмов вызывал привыкание к нему, которое переходило в неудержимую тягу, и количество потребляющих ядовитые «напитки» стало быстро нарастать во всём мире. А так как себестоимость его была низкой, то он превратился в очень удобный и быстрый способ обогащения.

Поскольку разрушающее действие спиртного «напитка» сказывалось не сразу, а при его употреблении у человека возникали иллюзии о его силе, о лёгкой возможности преодолеть все трудности, то к вину потянулись и бедные люди.

Виноделы этому всячески способствовали, используя и подчёркивая создаваемое алкоголем видимое благополучие, рекомендовали вино как средство от всех бед. Люди, употребляя его, беднели, разорялись и постепенно гибли, а виноторговцы богатели.

Постепенно во всём мире алкоголь превратился в страшного эксплуататора. Чем больше люди пили, разорялись и гибли от вина, тем настойчивее эксплуататоры предлагали свой товар, чем больше люди страдали и погибали от этого наркотического яда, тем больше изощрялись те, кто обогащался на нём.

Со временем было установлено, что спирт и его производные в любом виде и любых дозах губительно отражаются, прежде всего, на умственном потенциале человека, на его характере, нравственности.

Попробуем восстановить истину о вине и показать, где правда, где ложь.

На лекциях и в личных беседах мне приходилось выслушивать такие возражения: «Вы говорите — алкоголь несёт гибель и деградацию, разрушение всех моральных устоев, физическое и психическое вырождение. Не слишком ли сгущаются краски, учитывая тысячелетний опыт «пития на Руси»? Все мы выпиваем, но ничего — развиваемся и вроде не деградируем».

Подобные вопросы подтверждают то положение, что большинство наших людей не знает правды. Есть статистические данные, начиная с 1750 г., хотя имеются и более ранние цифры. Среднее потребление на душу населения в России всегда было самым низким среди крупных стран мира. Если взять такой показатель, как средний мировой уровень душевого потребления алкоголя, то в России и этот показатель всегда был ниже в 2–3 раза. Эти данные собраны за двести последних лет.

Как же обстояло в прошлом и обстоит сейчас дело с этим вопросом в нашей стране? Постараюсь осветить этот вопрос объективно, строго научно и с точки зрения трезвого человека, чей мозг ни в какой степени не затуманен хмельными парами.

Основное, чего необходимо придерживаться при освещении алкогольной проблемы, — это правда. Это необходимо потому, что пьянство и сама привычка употреблять алкоголь, как я уже сказал, зиждется на лжи.

Когда человек говорит об алкоголе неправду — что значит, что он или заинтересован в том, чтобы люди пили, или сам находится уже в зависимости от алкоголя. А так как я ни с

той, ни с другой стороны не причастен к алкоголю, то и буду говорить о нём только правду.

В печати нередко можно было встретить высказывания о том, что жизнь человечества невысказана без вина, поэтому, мол, незачем вести борьбу с этой привычкой и нет оснований людям от неё отказываться. Что можно сказать по этому поводу?

Прежде всего, надо отметить, что не всё человечество и далеко не всегда употребляло спиртное. Сотни миллионов магометан тысячелетиями совсем не употребляли вина и ничего кроме хорошего от этого не видят.

Известно также, что в течение веков употреблялись лишь слабые «напитки» типа браги, пива, медовухи и т. д., которые готовились кустарно и поэтому не могли быть изготовлены в таких масштабах, чтобы удовлетворять всех. Пили только обеспеченные люди. Основная же масса людей не имела возможности даже думать о вине.

Верно говорят, что потребление опьяняющих «напитков» известно давно, однако умалчивают о том, что никогда оно не достигало таких размеров, как в последние два столетия, ибо до этого времени хмельные «напитки» изготовлялись кустарно и слабой концентрации.

Фабричное производство чистого спирта, а вместе с этим и потребление крепких «напитков», получило широкое распространение лишь с начала XIX столетия. Последнее обстоятельство и оказало огромное влияние на степень и быстроту распространения пьянства во всём мире, в том числе и в нашей стране, превратив виноторговлю и один из самых отвратительных способов ограбления и эксплуатации людей. В нашей стране эта эксплуатация достигла чудовищных форм в тот период, когда водка распространялась через корчмы и кабаки.

Но и при передаче её в руки царской казённой монополии, что было сделано в 1895 г., эксплуатация не исчезла, потому что причина этого зла лежит в самой

сущности вина, в его наркотических свойствах, в болезненном извращении инстинктов.

Возможность пить, колоссальное количество вина, его повсеместное распространение и доступность, как по цене, так и по возможности купить в любом месте и практически в любое время — вот условия, которые олицетворяют собою ненасытного биологического эксплуататора.

Наш народ насильственно приучился к водке не только экономическими мерами, но и прямыми репрессиями, опиравшимися также на экономическую зависимость крестьян и посадских людей Спутником кабака был так называемый правёж, то есть порка.

Спаивание российского народа было столь явным и безудержным, что Н. М. Карамзин, знаменитый историк, писал: «...под вывескою орла везде предлагают средство избавиться от денег, ума и здоровья».

Русский народ в полной мере испытал на себе все формы алкогольной эксплуатации.

Разорение и фактически физическое истребление народа с помощью водки особо опасных размеров достигло в Белоруссии. Исследования, проведённые в середине XIX в., выявили факты, свидетельствовавшие о чудовищных размерах бедствия. Одно питейное заведение приходилось на 250–300 «душ обоего пола».

Но даже в то время голос правды доходил до народа. Под влиянием прогрессивных деятелей русской культуры, освещавших эту проблему, многие прекращали пить и призывали других бойкотировать кабаки и корчмы. В результате кривая душевого потребления спирта начинала снижаться.

В семидесятые годы с обличительными статьями, направленными против тех, кто спаивал русский народ, выступил Ф. М. Достоевский, который писал, что позор для России создавать государственный бюджет на физическом и

нравственном разложении народа через пьянство, то есть строить его, как он выразился, «на будущности» народа.

Его речи и статьи оказали влияние на образованных людей России, а через них и на весь народ. Кривая душевого потребления пошла вниз. За 30 лет, то есть 1893 г., оно уменьшилось почти вдвое.

В нашей стране душевое потребление было почти самым низким, и такое положение держалось до шестидесятых годов текущего столетия. Известно также, что трезвенников среди мужчин в России было больше, чем в любой другой стране, что же касается женщин, то для большинства из них выпить глоток вина было «и стыд, и грех». То же надо сказать и про молодёжь до 18 лет. Однако среди алкогольных «напитков», употребляемых у нас, преобладали более крепкие, а именно — водка, что приносило отрицательные последствия.

Как показывает история, трезвенническое движение в России возникало не раз, порой было очень мощным, охватывало сотни тысяч человек и каждый раз приносило положительные результаты.

С конца XIX в. началось повсеместное движение за трезвость. Демократическая, просветительная интеллигенция, особенно врачи и учителя, проповедовали здоровый, нравственный, трезвый образ жизни на страницах многочисленных журналов, газет и библиотечек под названием: «За трезвость», «Отрезвление», «Вестник трезвой жизни» и т. д.

Требование о введении трезвости проникло в стены Государственной думы и Государственного совета, где, начиная с 1911 г., постоянно шли дебаты о целесообразности строгих ограничительных и даже запретительных мер против пьянства.

В Государственном совете правильно ставился вопрос о ликвидации попечительства трезвости и о введении настоящей трезвости, то есть запрета на производство и продажу всех

видов алкогольных «напитков». Тогда не нужны будут ни попечительства трезвости, ни наркологические пункты.

## **АЛКОГОЛЬ — НАРКОТИЧЕСКИЙ ЯД!**

Ложь: «Алкоголь — пищевой продукт».

Правда: «Алкоголь — наркотик, подрывающий здоровье населения», — выписка из решения Всемирной Организации Здравоохранения (ВОЗ) 1975 г. Это положение находится в полном соответствии с научным определением алкоголя, которое дано в трудах выдающихся русских и мировых учёных.

По существу нет ни одного серьёзного научного труда, в котором бы не было доказано, что алкоголь — это наркотик. Между тем до сих пор находятся так называемые учёные, которые упорно доказывают всем, что алкоголь — это пищевой продукт.

Вместо того, чтобы поставить вопрос об исключении алкоголя из графы «пищевые продукты», поскольку это положение дезориентирует людей, приучая их легкомысленно относиться к наркотическому яду, эти учёные упорно и бездоказательно настаивают на своей ошибочной и вредной установке.

Как мы видим, ложь начинается с определения, что такое алкоголь. Наука говорит нам правду: алкоголь — это наркотический яд, разрушающий здоровье человека. Находятся люди, которые упорно проповедуют обратное. Подобные противоречия между истиной и ложью отмечены и по всем другим вопросам, касающимся вина.

Ложь: водка — лучшее средство от гриппа. Хорошая порция вина — и гриппа как не бывало.

Правда: Французская Академия наук специально проверяла это народное поверье и доказала, что алкоголь никакого влияния на вирусы гриппа, как и на другие вирусы, не оказывает и не может служить лечебным средством.

Наоборот, ослабляя организм, алкоголь способствует частым заболеваниям и тяжёлому течению любых инфекционных болезней.

Об этом И. А. Сикорский писал ещё в конце XIX в. Им установлено, что во время эпидемии тифа в г. Киеве пьющие рабочие заболевали в 4 раза чаще, чем трезвенники. (Сикорский И. А. Яды нервной системы — Киев, 1900, кн. 4.)

Ложь: «В лечебной практике алкогольные «напитки» применяются в следующих случаях: при упадке питания и угнетении пищеварительной функции..., при элементарной дистрофии и гиповитаминозах; в период выздоровления, после перенесённых инфекционных заболеваний; при шоке, обмороке и острой сосудистой слабости; при травмах, сопровождающихся резкими болевыми ощущениями; при длительном вынужденном пребывании на холоде; при общем тяжёлом состоянии». (Петровский К. БМЭ — М., 1956, изд. 2, т. 1, с. 764–765).

Правда заключается в том, что ещё в 1915 г. Пироговский съезд русских врачей вынес специальное решение, что нет ни одного заболевания, при котором современные лекарства не действовали бы лучше, быстрее, эффективнее и безопаснее, чем алкоголь. Поэтому последний должен быть полностью исключён из лечебной практики!

Каждый неграмотный крестьянин испокон веку знал, что на холоде потребление алкоголя приводит к очень быстрому охлаждению и замерзанию человека. А современные научные данные говорят, что если среднегодовая температура в регионе ниже на 5 градусов — смертность от алкоголя выше в 10 раз.

В связи с тем, что об алкоголе как лечебном средстве до сих пор распространяется много лживых суждений, мы постараемся осветить вопрос более подробно. Трудно найти большее зло, чем алкоголь, которое бы так упорно и безжалостно расстраивало здоровье миллионов людей, так резко разрушало бы все ткани и органы, приводя, в конце

концов, к ранней смерти. Тяжкие последствия потребления алкоголя наступают не сразу. Болезнь усиливается постепенно, и даже тогда, когда больной погибает, причину объясняют чем-то другим.

Поэтому очень немногие, а может быть, даже никто из больных, забелевших по вине алкоголя, не понимает, в чём причина их тяжёлой болезни. Об этом лучше всех знают хирурги и патологоанатомы.

Как всякий яд, алкоголь, принятый в определённой дозе, приводит к смертельному исходу. Путём многочисленных экспериментов установлено наименьшее количество яда из расчёта на килограмм веса тела, которое необходимо для отравления и гибели животного. Это так называемый токсический эквивалент.

Из наблюдений над отравлением людей этиловым алкоголем выведен токсический эквивалент для человека. Он равен 78 г. Для человека в 64 кг смертельная доза будет равна 500 г чистого алкоголя. Быстрота введения оказывает существенное влияние на ход отравления. Медленное введение уменьшает опасность. При поступлении в организм смертельной дозы температура тела снижается на 34 градуса.

Смерть наступает через 12–40 часов.

Если сделать подсчёт для водки 40°, то окажется, что смертельная доза равняется 1200 г.

Ядовитость алкогольных «напитков», плохо очищенных, выражена сильнее, но основную отравляющую силу всё же составляет спирт, а не примеси, на долю которых приходится 6% ядовитости, то есть как острое, так и хроническое отравление происходит главным образом за счёт самого этилового спирта.

Экспериментами и наблюдениями над пьющими людьми установлено, что ядовитость алкоголя тем сильнее, чем выше его концентрация. Этим объясняется неблагоприятное влияние крепких алкогольных «напитков» на развитие алкоголизма.

Острое отравление алкоголем, или так называемая «опойная» смерть, в современных статистиках не учитывается, поэтому о частоте их мы можем судить по дореволюционной статистике. Смерть от опоя находится в зависимости от душевого потребления спирта и крепости «напитков». Анализ внезапных и случайных смертей показывает, что алкоголь как причина несчастных случаев занимает одно из ведущих мест.

Установлено, что смерть от опоя в России случалась в 35 раз чаще, чем в других европейских странах. Исходя из этих данных, учёные делают совершенно справедливое заключение, что в нашем отечестве существуют особые условия, вызывающие беспримерную по сравнению с другими странами алкогольную смертность, даже при более низком среднедушевом потреблении алкоголя.

Так как России принадлежало и принадлежит одно из первых мест по преимущественному употреблению крепких «напитков», а именно водки, влияние алкоголизма у нас проявляется чаще и острее, чем в других странах, даже при условии меньшего душевого потребления спирта.

Научно доказано, что чем ниже среднегодовая температура того или иного региона, тем тяжелее сказывается потребление алкоголя на организме человека. Влияние климата столь значительно, что учёные его приравнивают к принятой дополнительной дозе спиртных «напитков», то есть в холодном климате доза алкоголя влияет так же, как в более теплом — двойная доза.

Как ни тяжелы последствия алкоголизма, однако не в нем вся трагедия этой проблемы. Трагедия в самом потреблении алкоголя.

Спиртные «напитки» уродуют жизнь человека и всего общества. Статистика неумолимо показывает, что потребление алкоголя в несколько раз увеличивает количество травм, несчастных случаев, преступлений, болезней и смертей.

Приём алкоголя даже в небольшой дозе лишает человека правильной ориентировки, у него возникает

излишняя самоуверенность, не обеспеченная умением и опытом, и он значительно чаще, чем трезвый, попадает в беду. Как же можно считать даже малые дозы алкоголя безвредными, если они во всех без исключения случаях потенциально вредны и опасны и, если не привели к катастрофе со смертным исходом, то принесли страдание многим.

Какой бы раздел медицины мы ни взяли, какие бы заболевания, повреждения или травму мы ни стали изучать, мы сразу же увидим, что алкоголь в ряде случаев играет основную роль в развитии того или иного патологического процесса. При этом здесь, как во всех случаях, распространяется ложь, которая провоцирует и увеличивает тяжёлые последствия.

Ложь: небольшие дозы алкоголя, если концентрация его в крови не превышает такой-то уровень, — не вредны и допустимы как на производстве, так и на транспорте.

Правда: исследования чехословацких учёных показали, что кружка пива, выпитая шофером перед выездом, увеличивает количество аварий в 7 раз. При приёме 50 г водки — в 30 раз, а приём 200 г водки — в 130 раз по сравнению с трезвыми шоферами. Эти данные говорят о том, что никакой «допустимой» концентрации спирта в крови, которая якобы не оказывает существенного влияния на частоту аварий на транспорте, не существует.

Виною автомобильных катастроф является не алкоголизм, не пьянство, как утверждает большинство авторов статей и брошюр. Виною этому является употребление алкоголя. Многие приписывают все беды злоупотреблению алкоголем и, прикрываясь этим, культивируют потребление. Но никто и нигде не провёл границы: где кончается употребление и начинается злоупотребление. Никто не подсчитал, что больше приносит бед человечеству: употребление или злоупотребление?

По данным ВОЗ, свыше 50% случаев травматизма на автомобильных дорогах связаны с употреблением алкоголя. А что приносит алкоголь человечеству только в этом вопросе, можно судить по отчету ВОЗ: ежегодно на автомобильных дорогах мира гибнет 250 тысяч человек и, кроме того, 10 миллионов получают травму, от которой многие остаются инвалидами.

По данным ВОЗ, средний срок госпитализации пострадавших составляет 180 дней. Помножьте это на 10 миллионов, и вы получите астрономические цифры. А сколько из этих людей не вернется к труду, а то и вообще к жизни?!

Среди автомобильных травм немало таких ранений, после которых многие хотя и выздоровели, но умерли через несколько лет от разных болезней, являющихся последствием несчастного случая.

Здесь мы кратко упомянули лишь о последствиях автомобильных катастроф по вине «умеренных» доз алкоголя. А сколько несчастных случаев на производстве и в быту в результате опьянения людей? Сюда же надо отнести драки и побои.

Если в любой день, а особенно в понедельник, прийти в клинику и посмотреть, кто лежит в ней, то на многих больничных койках мы увидим людей с синими обводами вокруг глаз. Это синяки. Тут и падение, и нападение, драка, и почти во всех случаях в основе — алкоголь! А сколько переломанных костей и черепов!?

## **ВЛИЯНИЕ АЛКОГОЛЯ НА ПИЩЕВАРИТЕЛЬНЫЙ АППАРАТ**

Ложь: надо выпить с «устатку», для аппетита, при болях в желудке, при язве.

Правда: при приёме внутрь страдает, прежде всего, желудок. И чем крепче алкогольные «напитки», тем тяжелее протекает поражение.

Под влиянием алкоголя происходят глубокие изменения во всём железистом аппарате пищеварительного канала. Железы, расположенные в стенке желудка и вырабатывающие желудочный сок, содержащий пепсин, соляную кислоту и различные ферменты, необходимые для переваривания пищи, под влиянием раздражения сначала выделяют много слизи, а затем и атрофируются. Возникает гастрит, который, если не устранить причину и не лечить, может перейти в рак желудка.

Ни один глоток вина не проходит без того, чтобы не причинить вред человеку. Но чем оно крепче, чем чаще употребляется, тем слабее действуют защитные силы и тем больше разрушений несут за собой спиртные «напитки».

При повторных приёмах алкоголя защитные и компенсаторные механизмы выбывают из строя, и человек полностью попадает под алкогольную зависимость.

Проходя через печёночный барьер, этиловый спирт отрицательно влияет на печёночные клетки, которые под влиянием разрушительного действия этого ядовитого продукта погибают. На их месте образуется соединительная ткань, или попросту рубец, не выполняющий печёночной функции. Печень постепенно уменьшается в размерах, то есть сморщивается, сосуды печени сдавливаются, кровь в них застаивается, давление повышается в 34 раза. И если происходит разрыв сосудов, начинается обильное кровотечение, от которого больные часто погибают. По данным ВОЗ, около 80% больных умирает в течение года после первого кровотечения. Изменения, описанные выше, носят название цирроз печени. По количеству больных циррозом определяют уровень алкоголизации в той или иной стране.

Алкогольный цирроз печени — одно из наиболее тяжёлых и безнадёжных в смысле лечения заболеваний человека.

Цирроз печени как последствие потребления алкоголя, по данным ВОЗ, опубликованным в декабре 1982 г., стал одной из основных причин смерти.

Кроме печени, склеротические изменения имеют место в поджелудочной железе. Вскрытие лиц в возрасте 30–40 лет, употреблявших вино в больших дозах или длительное время, показало глубокие изменения в поджелудочной железе, что объясняет частые жалобы пьющих людей на плохое пищеварение, на резкие боли в животе и т. д.

У этих же больных часто наблюдается диабет из-за гибели особых клеток, расположенных в поджелудочной железе и вырабатывающих инсулин. Панкреатит и диабет на почве алкоголя — явления, как правило, необратимые, из-за чего люди обречены на постоянные боли и недомогания. Мало этого, панкреатит даёт обострения при малейшем нарушении диеты.

При вскрытии умерших от причин, связанных с употреблением алкоголя, наблюдаются изменения, имеющиеся практически во всех жизненно важных органах, и иногда патологоанатому трудно сказать, поражение какого органа оказалось несовместимым с жизнью. Нередко возникает вопрос: как этот человек мог ещё жить, если у него не осталось ни одного непоражённого органа, способного выполнять положенную функцию.

## **БОЛЕЗНИ СЕРДЦА**

Ложь: коньяк и водка расширяют сосуды, при болях в сердце — лучшее средство.

Правда: поражение сердечно-сосудистой системы при употреблении спиртных «напитков» наблюдается в виде алкогольной гипертонии или в поражении миокарда.

Гипертония у пьющих возникает в результате нарушения регуляции сосудистого тонуса, обусловленного

токсическим действием этилового спирта на различные отделы нервной системы.

Наблюдается гипертония довольно часто. По мнению учёных, свыше чем у 40% пьющих имеет место гипертония и, кроме того, почти у 30% уровень артериального давления находится в «опасной зоне», то есть приближается к гипертонии при среднем возрасте в 36 лет.

В основе артериального поражения мышцы сердца лежит прямое токсическое влияние, спирта на миокард в сочетании с изменениями нервной регуляции и микроциркуляции. Развивающиеся при этом грубые нарушения внутритканевого обмена ведут к развитию очаговой и диффузной дистрофии миокарда, проявляющейся нарушением ритма сердца и сердечной недостаточностью.

Исследования показали, что при алкогольной интоксикации наблюдаются глубокие нарушения минерального обмена в мышце сердца, что ведёт к снижению сократительной способности сердца. И основной причиной этих изменений является токсическое действие этилового спирта.

Если пьющий человек не попал в автомобильную катастрофу, не слег в больницу с кровотечением или заболеванием желудка, не погиб от инфаркта или гипертонии, — он часто становится инвалидом от какой-нибудь бытовой травмы или из-за драки, так как пьющий человек обязательно, как говорят, найдёт причину, от чего стать инвалидом или умереть преждевременно. По данным ВОЗ, средняя продолжительность жизни пьющего на 1517 лет меньше средней продолжительности жизни, которая, как известно, высчитывается с учётом пьющих, если же сравнить с трезвенниками, то разница будет ещё больше.

## АЛКОГОЛЬ И МОЗГ

Ложь: если пить «культурно», то в этом нет ничего плохого. Наоборот, в «культурном» винопитии заключён ключ к разрешению всей алкогольной проблемы.

Правда: культура, ум, нравственность — всё это функции мозга. И чтобы пояснить всю абсурдность предложения «пить культурно», надо, хотя бы вкратце, познакомиться с тем, как алкоголь действует на мозг.

Нет такого заболевания, течение которого не ухудшилось бы от употребления алкоголя. Нет такого органа у человека, который бы не страдал от приёма спиртных «напитков». Однако больше всех и тяжелее всех страдает мозг.

Если концентрацию алкоголя в крови принять за единицу, то в печени она будет 1,45, в спинномозговой жидкости — 1,50, в головном мозге — 1,75.

При вскрытии наибольшие изменения имеют место в мозгу. Твердая мозговая оболочка напряжена, мягкие оболочка отёчны, полнокровны. Головной мозг резко отёчен, сосуды расширены, множество мелких кист диаметром в 12 мм. Эти мелкие кисты образовались в местах кровоизлияний и некроза (омертвления) участков вещества мозга.

Более тонкое исследование мозга у погибшего от острого алкогольного отравления показывает, что в нервных клетках наступили изменения в протоплазме и ядре, столь же резко выраженные, как и при отравлении другими сильными ядами. При этом клетки коры головного мозга поражены гораздо больше, чем подкорковых частей, то есть алкоголь действует сильнее на клетки высших центров, чем низших. В головном мозгу отмечено сильное переполнение кровью, нередко с разрывом сосудов в мозговых оболочках и на поверхности мозговых извилин. В случаях острого алкогольного отравления, но не смертельного, в головном мозгу и в нервных клетках коры бывают те же изменения, что

описаны выше, приводящие к глубоким изменениям деятельности и психики человека.

Такие же изменения в головном мозгу имеют место у пьющих людей, смерть которых наступила от причин, не связанных с употреблением алкоголя.

Описанные изменения в веществе головного мозга необратимы. Они оставляют после себя неизгладимый след в виде выпадения мелких и мельчайших структур мозга, что неизбежно сказывается на его функции.

Но не в этом самое большое зло алкоголя. У лиц, употребляющих спиртные «напитки», выявляется раннее склеивание эритроцитов — красных кровяных шариков. Чем выше концентрация спирта, тем более выражен процесс склеивания. В мозгу, где склеивание сильнее, так как концентрация спирта выше, оно приводит к тяжёлым последствиям: в мельчайших капиллярах, которые подводят кровь к отдельным мозговым клеткам, диаметр их приближается к диаметру эритроцита. И если произойдёт их склеивание, они закроют просвет капилляра. Снабжение мозговой клетки кислородом прекратится. Такое кислородное голодание, если оно продолжается 5–10 минут, приводит к омертвлению, то есть к необратимой утрате мозговой клетки. И чем выше концентрация спирта в крови, тем сильнее процесс склеивания и тем больше мозговых клеток гибнет.

Вскрытия «умеренно» пьющих показали, что в их мозгу обнаруживаются целые «кладбища» из погибших корковых, клеток.

Изменения структуры головного мозга возникают уже после нескольких лет употребления спиртного. У всех обследуемых установлено уменьшение объёма мозга, или, как говорят, «сморщенный мозг». Причём изменения выражены больше всего в тех отделах коры головного мозга, где происходит мыслительная деятельность, осуществляется функция памяти и т. п. (Современные учёные установили, что

«сморщенный мозг выявлен у 95% алкоголиков и у 85% пьющих «умеренно» — («Наука и жизнь», 1985, №10).

Ложь: стремление всё зло, причиняемое спиртными «напитками», относить к алкоголикам. Мол, это алкоголики страдают, у них все изменения, а мы пьём умеренно, у нас этих изменений нет.

Правда: попытки отнести вредное влияние алкоголя только к тем, кто признан алкоголиком, в корне не верны. Изменения, происходящие в мозгу под влиянием алкоголя, возникают при употреблении алкоголя в любых дозах. Степень этих изменений зависит от количества алкогольных «напитков» и от частоты их приёмов, вне зависимости от того, относится ли этот человек просто к так называемым «пьющим» или к алкоголикам.

Кроме того, сами термины: алкоголик, пьяница, многопьющий, умеренно, малопьющий и т. п., имеют количественное, а не принципиальное отличие. Изменения в мозгу у них носят не качественный, а количественный характер. Некоторые пытаются отнести к алкоголикам только тех, кто пьёт запоями, кто напивается до белой горячки и т. д. Это неверно. Запой, белая горячка, алкогольный галлюциноз, галлюцинаторное слабоумие пьяниц, алкогольный бред ревности, корсаковский психоз, алкогольный псевдопаралич, эпилепсия и другие — всё это есть последствия алкоголизма. Сам же алкоголизм — это потребление спиртных «напитков», оказывающее вредное влияние на здоровье, быт, труд и благосостояние общества.

Всемирная Организация Здравоохранения определяет алкоголизм как зависимость человека от алкоголя. Это значит, что человек находится в плену у наркотика. Он ищет любую возможность, любой предлог, чтобы выпить, а если повода нет, он пьёт без всякого повода.

И он уверяет, что пьёт «умеренно».

Надо также признать неправомочным термин «злоупотребление». Если есть злоупотребление, то, значит,

есть употребление не во зло, а в добро, то есть полезное. Но такого употребления нет. Более того, нет употребления безвредного. Любая доза алкоголя вредна. Дело в степени вреда. Термин «злоупотребление» неверен по существу, и в то же время очень коварен, потому что даёт возможность прикрывать пьянство отговоркой, что, мол, я не злоупотребляю. На самом деле любое употребление спиртных «напитков» — есть злоупотребление.

Конечно, если человек выпьет небольшую дозу слабого виноградного вина, в следующий раз такую же дозу выпьет через два-три месяца или через полгода — вред будет относительно небольшой. Если же человек выпьет большую дозу крепких «напитков», а через неделю или две повторит, то мозг его не успеет освободиться от наркотического яда и всё время будет находиться в отравленном состоянии. В этом случае вред будет большой. Точно так же, если пить сухое вино небольшими дозами, но употреблять его чаще, чем один раз в две недели, мозг не будет приходить в норму от наркотического отравления, и вред будет несомненный.

В опытах академика И. П. Павлова установлено, что после приёма малых доз алкоголя рефлексы исчезают и восстанавливаются лишь на 8–12 день. Но рефлексы — это низшие формы мозговой функции. Алкоголь же действует преимущественно на её высшие формы. Опытами, поставленными на образованных людях, доказано, что после приёма так называемых «умеренных» доз, то есть 25–40 г алкоголя, высшие функции мозга восстанавливаются только на 12–20 день.

Как же действует алкоголь?

Прежде всего, он обладает наркотическими свойствами:

– к нему очень быстро привыкают, и возникает потребность в повторных приёмах, тем больше, чем чаще и в больших дозах принимаются спиртные «напитки»;

– по мере потребления для получения того же эффекта с каждым разом требуется всё большая доза.

Как же этот наркотик в различных дозах действует на мыслительную и психическую деятельность мозга?

Специально проведёнными опытами и наблюдениями над человеком, выпившим среднюю дозу, то есть одну-полторы рюмки водки, установлено, что во всех без исключения случаях алкоголь действует одинаково, а именно: замедляет и затрудняет умственные процессы, двигательные же акты на первых порах ускоряет, а затем замедляет. При этом ранее всего страдают более сложные психические процессы и дольше сохраняются простейшие мыслительные функции, особенно те, которые связаны с двигательными представлениями.

Что касается двигательных актов, то они ускоряются, но это ускорение зависит от расслабления тормозных импульсов, и в них уже сразу замечается неточность работы, а именно — явления преждевременной реакции.

При повторном приёме алкоголя поражение высших центров мозговой деятельности продолжается от 8 до 20 дней. Если же алкоголь употреблять длительное время, то работа этих центров так и не восстанавливается.

На основании научных данных доказано, что, прежде всего, утрачиваются самые позднейшие, самые свежие достижения, добытые умственным напряжением, скажем, за последнюю неделю, месяц, и человек после приёма алкоголя возвращается к тому уровню умственного развития, который у него был неделю или месяц назад.

Если алкогольное отравление происходит часто, то субъект остаётся неподвижным в умственном отношении, а мышление обычным и шаблонным. В дальнейшем наступает ослабление более старых, более прочных, окрепших ассоциаций и ослабление восприятий. В результате умственные процессы сужаются, лишаясь свежести и оригинальности.

Распространено мнение о возбуждающем, подкрепляющем и оживляющем действии алкоголя. Такое

мнение основано на том, что у пьяных замечается громкая речь, говорливость, жестикуляция, ускорение пульса, румянец и чувство теплоты в коже. Все эти явления при более тонком изучении оказываются не чем иным, как параличом известных частей мозга. К параличным явлениям в психической сфере относится также утрата тонкой внимательности, здравого суждения и размышления.

Паралич центров психических отправлений, прежде всего, сказывается на тех процессах, которые мы называем суждением и критикой. С ослаблением их начинают преобладать чувства, не умеряемые и не сдерживаемые критикой. Наблюдения показывают, что выпившие не становятся умнее и развитее, и если они думают иначе, то это зависит от начавшегося ослабления высшей деятельности их мозга: по мере того как слабеет критика, нарастает самоуверенность. Живые телодвижения, жесты и беспокойное хвастовство своей силой — также следствие начавшегося паралича сознания и воли: сняты правильные, разумные преграды, которые удерживают трезвого человека от бесполезных движений и необдуманной, нелепой траты силы.

В многочисленных опытах, проводимых крупнейшими специалистами в этой области, выяснилось, что во всех без исключения случаях под влиянием алкоголя простейшие умственные отправления (восприятия) нарушаются и замедляются не столь сильно, как более сложные (ассоциации). Эти последние страдают в двойном направлении, во-первых, их образование замедленно и ослаблено, и, во-вторых, существенно изменяется их качество: самые низшие формы ассоциаций, а именно — ассоциации двигательные или механически заученные легче всего возникают в уме, часто без малейшего отношения к делу и, раз появившись, упорно держатся, выплывая снова и снова, но совершенно некстати. В этом отношении такие упорные ассоциации напоминают собою явление чисто патологическое, замечаемое при неврастении и тяжёлых психозах.

При выполнении более сложных и более трудных заданий влияние «малых» и «средних» доз спиртных «напитков» сказывается сильнее, чем при выполнении легких. При этом они не только снижают работоспособность, но и уменьшают желание работать, то есть пропадает импульс к труду, и пьющие становятся неспособными к систематической работе, опускаются.

После приёма даже небольших доз алкоголя возникает чувство довольства, эйфория. Опыненный становится развязным, склонен шутить, заключать с кем попало дружбу. Позже он становится некритичным, бестактным, начинает громко кричать, петь, шуметь, не считаясь с окружающими. Поступки его импульсивны, необдуманны.

Психологическая картина человека в таком состоянии напоминает маниакальное возбуждение. Алкогольная эйфория возникает вследствие растормаживания, ослабления критики. Одной из причин этой эйфории является возбуждение подкорки — старейшей в филогенетическом отношении части мозга, в то время как более молодые и более чувствительные части мозга, области коры сильно нарушены или парализованы.

Алкоголь, принятый в больших дозах, вызывает более грубые нарушения. Восприятие внешних впечатлений затрудняется и замедляется, точность его понижается. Внимание и память нарушаются ещё в большей степени, чем от малых и средних доз. Утрачивается способность внимательно выслушивать других, следить за своей речью, контролировать поведение; появляется болтливость, хвастовство. Человек становится беззаботным. Настроение делается то безудержно веселым, то плаксивым, то гневным.

Он поет, бранится, совершает агрессивные действия. Непристойные замечания, упрощенные шутки. Нередко ведутся эротические разговоры. Наносятся оскорбления, совершаются поступки, нарушающие общественную

безопасность. Иногда отмечается пробуждение низких наклонностей и страстей.

При приёме ещё больших доз происходит тяжёлое нарушение функций всей центральной нервной системы с вовлечением спинного и продолговатого мозга. Развивается глубокий наркоз и коматозное состояние. При приёме дозы, равной 7–8 г алкоголя на килограмм веса, что приблизительно равно 11,25 л водки, для взрослого человека наступает смерть.

Для детей смертельная доза в 4–5 раз меньше.

При длительном приёме спиртных «напитков» развивается хронический алкоголизм, имеющий свою клиническую картину, которая варьируется по степени, но с характерной для всех алкоголиков особенностью — они стремятся найти повод для выпивки, а если повода нет — пьют без него.

Характер человека начинает портиться, он становится эгоцентричным, грубым, часто появляется излишняя самоуверенность, склонность к плоскому однообразному юмору; снижается память, внимание, способность к систематическому мышлению, к творчеству.

Личность меняется, проявляются элементы деградации.

Если в это время не прекратить пить, полного восстановления личности не произойдёт.

Наряду с поражением мыслительных функций коры головного мозга имеют место глубокие изменения нравственности. Как самые высшие и наиболее совершенные чувства, как венец в развитии функций мозга они страдают очень рано. И первое, что мы наблюдаем у пьющих людей, — это равнодушие к нравственным интересам, которое появляется очень рано, в ту пору, когда ещё умственные и мыслительные акты остаются почти неизменными. Оно проявляется в форме частичной нравственной анестезии, в виде полной невозможности испытывать известное эмоциональное состояние.

Чем больше и дольше пьёт человек, тем сильнее страдает его нравственность. Алкоголики нередко понимают эту ненормальность, но понимают только рассудочно, логически, не испытывая при этом ни малейшей субъективной реакции. Такого рода состояние совершенно аналогично нравственному идиотизму и отличается от него только способом происхождения.

Падение нравственности сказывается в потере стыда. В целом ряде научных работ доказывается великая охранительная сила стыда и великая опасность такого яда, как спиртные «напитки», которые обладают свойством понижать силу и тонкость этого чувства.

К числу неминуемых последствий падения нравственности принадлежит увеличение лжи или, по крайней мере, уменьшение искренности и правды. Утрату стыда и утрату правдивости народ связал в неразрывное логическое понятие «бесстыдной лжи» — ложь поэтому и возрастает, что человек, потеряв, стыд, утратил вместе с тем в своей совести и важнейший нравственный корректив правдивости.

В документах, освещающих нарастание пьянства в нашей стране в период акцизной продажи алкогольных «напитков», убедительно показано, что параллельно с нарастанием пьянства росли и преступления, в числе которых лжеприсяга, лжесвидетельство и ложный донос росли быстрее.

Способность испытывать чувство стыда утрачивается пьющими очень рано; паралич этого высокого человеческого чувства понижает человека в нравственном смысле гораздо больше, нежели любой психоз.

Это прекрасно понимал Лев Николаевич Толстой. В своей статье «Для чего люди одурманиваются» он пишет: «...не во вкусе, не в удовольствии, не в развлечении, не в весельи лежит причина всемирного распространения гашиша, опиума, вина, табака, а только в потребности скрыть от себя указания совести».

Трезвому совестно украсть, совестно убить. Пьяному ничего этого не совестно, и потому, если человек хочет сделать поступок, который совесть воспрещает ему, он одурманивается.

Люди знают это свойство вина заглушать голос совести и сознательно употребляют его для этой цели. Мало того, что люди сами одурманиваются, чтобы заглушить свою совесть, зная, как действует вино, они, желая заставить других людей сделать поступок, противный их совести, нарочно одурманивают их. Все могут заметить, что безнравственно живущие люди более других склонны к одурманивающим веществам.

Другое чувство, легко утрачиваемое пьяницами, — страх.

Ослабление страха может, по мнению психиатров, повлечь за собой серьёзные последствия. Если вспомнить, что страх в своих высоких проявлениях превращается в боязнь зла и в опасения последствий зла, то становится понятным высокое здравоохранительное значение этого чувства в вопросах нравственности. Чувство страха и чувство стыда глубоко изменяются у пьяниц, утрачивая самые существенные составные части свои. Сообразно этому меняется и мимика.

Все чувства у пьющих людей изменяются таким образом, что из сложных душевных актов утрачиваются самые возвышенные и тонкие элементы, и человек во всех своих душевных проявлениях огрубевает. Высшие чувства, высшие формы их превращаются в низшие.

При длительном употреблении спиртных «напитков» развиваются не простые скоропреходящие неправильности характера, но и более глубокие изменения. Подобную перемену в характере и поведении людей производит только помешательство в периоде вторичного слабоумия. Рано ослабевает сила воли, приводящая, в конце концов, к полному безволию. Мысли теряют глубину и обходят трудности, вместо того чтобы их разрешать. Круг интересов суживается и

остаётся одно желание — напиться. В далеко зашедших случаях дело доходит до полного отупения и маразма. Чем больше людей пьёт, тем резче меняется психическая жизнь самого общества.

Наряду с появлением большого числа идиотов в результате зачатия у пьяных родителей и помешанных как следствия длительного потребления алкоголя в обществе находится известное число субъектов, ещё здоровых в умственном отношении, но уже не свободных от перемен характера, вызванных алкоголем. Это не простые, скоропреходящие неправильности характера, но более глубокие изменения.

Алкоголь, оказывая влияние на мозг, не производит скачкообразных переходов от совершенно здорового к полному идиотизму. Между этими крайними формами мыслительного и психического состояния имеется много переходов, которые одних случаях приближаются к дебильности, в других — к плохому характеру. Таких людей, с различной степенью изменений умственного состояния и характера, среди пьющих становится всё больше, что приводит к изменению характера самого народа. И если характер целого народа довольно устойчив и подвергается переменам только через столетия, то под влиянием алкоголя изменения характера в худшую сторону могут произойти значительно быстрее.

К числу грубых нарушений психики под влиянием алкоголя надо отнести рост самоубийств. По данным ВОЗ, самоубийства среди пьющих в 80 раз чаще, чем среди трезвенников. Такое положение нетрудно объяснить теми глубокими изменениями, которые происходят в мозгу под влиянием длительного приёма спиртных «напитков». При этом как убийства, так и самоубийства пьяниц иногда принимают страшную «форму. Все те изменения, которые имеют место в мозгу пьющего человека, наблюдаются не только и не столько у алкоголиков и пьяниц, но и у тех, кто, по их мнению, таковыми не являются, а пьют «в меру». Однако большинство

таких людей на самом деле, с точки зрения медицины, уже давно стали алкоголиками. Первое, что говорит об этом, — влечение к алкогольным напиткам.

Эти люди не считают себя алкоголиками и возмущаются, если их называют таковыми. При известном усилии воли они ещё могут владеть собой и прекратить приём алкогольных «напитков». Но их мозг, а отсюда и управление собой, находится на спуске. Ещё немного, и они быстро покатаются вниз.

Мозг придёт в такое состояние, что он уже не сможет управлять поведением человека. Наступит полная алкогольная зависимость и откроется путь к деградации.

Учёные полагают, что алкоголь быстрее расстраивает здоровье населения и уносит больше жертв, чем самые тяжёлые эпидемии. Последние появляются периодически, тогда как, пьянство стало непрекращающейся эпидемической болезнью.

Таковы физические последствия потребления алкоголя. Но гораздо важнее — последствия нравственные, которые обнаруживаются в отношении нервно-психического здоровья населения, что влечёт за собой увеличение числа преступлений, понижение нравственности, возрастание нервных и психических болезней, увеличение числа людей с дурным характером, расстройство привычек и способности к труду.

Взвешивая тяжёлые последствия потребления алкоголя, сравнивая их с материальными потерями, специалисты справедливо считают, что следует сожалеть не о расходах и материальных тратах, нужно ужасаться при мысли о вреде, который наносится государству нравственным развращением населения.

Помимо разрушения отдельных сторон мыслительной психической стороны деятельности мозга, алкоголь во всё возрастающей степени приводит к полному выключению

нормальной функции, мозга, к появлению большого процента умалишённых.

## АЛКОГОЛЬ И ПОТОМСТВО

Ложь: когда начинаешь убеждать, что потребление алкоголя ничего не приносит, кроме вреда, то многие, даже соглашаясь с основным положением, что вино приносит вред, всё же выставляют такой аргумент: а как же можно не выпить, например, на свадьбе?!

Правда заключается в том, что именно на свадьбе потребление алкоголя особенно вредно и даже преступно. В тот день, когда образуется семья, начинается новая жизнь и происходит зарождение жизни будущего члена семьи — в это время потреблять спиртные «напитки» просто кощунство и тяжкое преступление.

Ведь трудно устоять молодым, когда все кричат «горько», «пей до дна», и т. д. И если бы вместо алкоголя в бокалы наливались вкусные и красивые безалкогольные напитки, всё это было окрашено в совершенно другой, нормальный и здоровый цвет.

Потребление вина на свадьбе опасно именно тем, что молодые могут не устоять против просьб и вместе со всеми «выпить за здоровье». А вот тут-то как раз никакого здоровья не получается, а если зачатие нового человека произойдёт в первую брачную ночь, когда молодые выпили за «здоровье», то они могут разрушить здоровье своего будущего ребёнка и отравить свою собственную жизнь.

Алкоголь и молодожёны — не совместимо ни в каких дозах, ни при каких условиях.

Алкоголь разрушает не только мозг. Столь же губительно он действует на репродуктивные ткани, на зародышевые клетки и на потомство. А это значит, что он губит будущее.

Исследования показали, что у мужчин, систематически потребляющих спиртные «напитки», происходят глубокие анатомические изменения, как в самих репродуктивных органах, так и в зародышевых клетках. Последние оказываются деформированными, их количество, активность и жизнеспособность нарушены. Извращается и функция гормональных элементов. Происходит резкий диссонанс между усилившимся на первых порах либидо и физическими возможностями, что вносит разлад в семейную жизнь. В дальнейшем ослабевают, а затем и полностью прекращаются потенциальные возможности.

Параллельно с изменениями физиологии гормонов происходят грубые изменения психики, касающиеся интимной стороны жизни супругов. Появляется патологическая ревность, которая принимает уродливые формы и превращает семейную жизнь в ад.

Изменения же в зародышевых клетках, как и само отравление организма спиртом, часто приводит к появлению дегенеративного потомства. Этим и объясняются предложения подвергать насильственной стерилизации пьяниц, чтобы избавить человечество от деградации будущих поколений.

Влияние алкоголя на потомство идёт по двум направлениям: первое — употребление алкоголя сопровождается глубокими изменениями в половой сфере, включая атрофию репродуктивных органов.

Второй путь воздействия алкоголя — это прямое его действие на зародышевую клетку. Когда человек находится в алкогольном опьянении, все клетки его организма оказываются насыщенными этиловым ядом, в том числе и зародышевые. Поврежденные алкоголем зародышевые клетки обуславливают начало деградации. Ещё хуже, если и другая (женская) клетка при слиянии окажется алкоголизированной, в зародыше тогда произойдёт как бы накапливание дегенеративных свойств, что особенно тяжело отражается на развитии плода, на судьбе ребёнка.

Учёными многих стран проведены сотни исследований: беременные морские свинки в течение какого-то времени получали маленькие дозы алкоголя. В результате — 54 детеныша из 88 (60%) погибли сразу же после рождения. Известен следующий любопытный случай. Для искусственного выплода цыплят 160 яиц положили в сарай, под которым находилось помещение для перегонки спирта. К сроку появилась только половина цыплят, 40 из них погибли, а 25 вылупились уродливыми, с обезображенными клювами, без когтей. А ведь здесь были только пары алкоголя, которые проходили через толщу пола, а зародыши были защищены скорлупой. Какое же ничтожное количество этого яда могло достичь зародыша, и этого оказалось достаточно, чтобы получить такие последствия. В эксперименте на кроликах длительная алкоголизация самцов приводила к избирательной патологии головного мозга у потомства, которая выражалась в уменьшении массы мозга. В настоящее время алкоголь считается наиболее токсичным ядом из всех известных в отношении человеческого зародыша.

Очень часто от пьющих родителей рождаются дети с тяжёлыми психическими нарушениями (идиоты, эпилептики), ложась на всю жизнь бременем на плечи родителей и общества. И чем выше душевое потребление алкоголя в стране, тем больше рождается неполноценного потомства.

О влияния алкоголя на появление идиотов имеются убедительные данные. Так, во Франции ещё в 1880–1890 гг. было установлено, что из 1000 идиотических детей у 471 были отцы — пьяницы, у 84 — матери, у 65 — оба родителя. У 170 идиотов сведения не получены, и только у 209 родители не были пьяницами или, во всяком случае, в этом не признавались.

При анализе этих данных было установлено, что 8% общего числа идиотов были зачаты, когда родители были в состоянии алкогольного опьянения. Это страшные цифры. Что зачатые в состоянии опьянения дети могут родиться идиотами,

было известно уже в древности, но никто не думал о таком высоком проценте.

Каждый литр абсолютного алкоголя, потребленный на душу населения страны в год, приводит к появлению на свет 0,236% дефективных детей от общего количества родившихся, то есть 10–12 тысяч человек. Если уровень потребления алкоголя достигает 10–12 литров, то это означает ежегодный прирост 100–120 тысяч дефективных детей.

Эти расчёты сделаны на основании опубликованных данных по числу школьников в школах для дефективных детей.

Здесь не учтены дети, которые вообще не в состоянии обучаться, умершие в младенчестве, а также дети с ослабленными умственными способностями, которые с большим трудом могут ещё обучаться в общеобразовательных школах, принося страдания окружающим и страдая сами.

По существу и масштабам людские потери нашего государства от употребления алкоголя, за счёт появления армии алкоголиков и пьяниц, людей с дефектами умственного и физического развития подобны военным потерям. Коренное отличие тех потерь, которые несёт государство в настоящее время, заключается в том, что если после любой войны страна могла восстановить свои силы полноценными новыми поколениями, то потери от алкоголизации страны полностью невозможны. Появившиеся на свет умственно отсталые люди неизбежно дают такое же умственно неполноценное потомство, происходит всё нарастающее снижение умственного уровня народа. Уничтожение национального разума слишком дорогая цена сомнительному удовольствию от употребления алкоголя. Единственным способом прекратить этот процесс является исключение алкоголя из жизни общества.

На одной из сессий Академии медицинских наук этот вопрос подвергался обсуждению. Учёные демонстрировали зародышевые клетки под микроскопом у длительно пьющих

людей. Они были почти все изуродованными: то с большой деформированной головкой, то, наоборот, очень маленькой, ядро разных размеров, с изъеденными контурами, протоплазмы то мало, то много. Почти не было видно ни одной нормальной зародышевой клетки. Разве возможно здоровое потомство при наличии таких грубых изменений в зародышевых клетках?!

Народная мудрость учит, что дети не только алкоголиков, но даже употреблявших алкоголь однократно, перед зачатием, часто рождаются слабыми, отстающими в развитии или умственно неполноценными и даже мертвыми.

Законы Древнего Рима запрещали молодым людям до 30 лет, то есть в годы наиболее активного воспроизводства потомства, пить спиртные «напитки». Согласно законам Древней Греции, строго запрещалось пьяному мужу сходиться с женой. На Руси также запрещалось жениху и невесте употреблять хмельное.

Там, где имеет место систематическое потребление алкоголя хотя бы одним родителем, там большая вероятность появления потомства с тяжёлыми изменениями психики.

Если потребление алкоголя мужчиной неизбежно скажется отрицательно на потомстве, то женщина несёт гибель будущему во много раз больше.

В результате обследования полутора тысяч матерей и их детей, отклонения от нормы наблюдались у 2% детей, родившихся от матерей, которые совсем не употребляли спиртного.

Этот процент повысился до 9 среди детей «умеренно» пьющих матерей (отклонения от нормы наблюдались в 4,5 раза чаще у тех, кто пил «умеренно»). У детей, матери которых сильно пили, процент отклонения от нормы поднялся до 74. Причём у последних, как правило, регистрировалось не одно, а несколько отклонений от нормы. Именно на плодах, на детях, у которых защитные механизмы ещё очень слабы, отравляющее действие алкоголя сказывается особенно

губительно. (См.: Борисов Г. В., Василевская Л. П. Алкоголь и дети. — М.: «Медицина», 1983).

Там, где имеет место систематическое пьянство хотя бы одного родителя, большая вероятность потомства с тяжёлыми изменениями психики.

Рождение дефективного ребёнка не только лишает радости жизни это несчастное дитя, но и на многие годы, а то и на всю жизнь делает несчастными родителей, отравляя весь уклад жизни семьи. Дело в том, что дитя с патологическими отклонениями, вплоть до полного идиотизма, родители любят не меньше, а может быть, больше, чем нормального ребёнка. Здесь присоединяется жалость и чувство собственной вины.

Если алкоголь является протоплазматическим ядом для взрослых, то на детей он действует значительно сильнее. В меньших дозах и в более сжатые сроки он разрушает детский организм и часто губит не только здоровье, но и саму жизнь ребёнка. И чем меньше вес, чем меньше организм, тем меньше нужно алкоголя, чтобы вызвать тяжёлые изменения во всех тканях и даже смерть юного существа. Поэтому очень важно, чтобы дети не только не потребляли никаких алкогольных «напитков», но чтобы они никогда не познали его вкуса.

Основу воспитания дети получают в семье. Она формирует личность человека. Здесь будущий гражданин усваивает отношение к внешнему миру. Образцом, высшим авторитетом для него являются отец и мать. Свою жизнь он начинает с того, что копирует своих родителей. И если в семье процветает культ винопития, потребление вина обставлено торжественно, красиво, перед тем, как выпить, произносятся красивые речи, — трудно допустить, чтобы ребёнок уже с детских лет оказался умнее своих родителей и понимал, что они делают плохо, если сами пьют и друзей угощают водкой, то есть ядовитой жидкостью.

Необходимо всем родителям твердо знать, что приём даже «небольших» доз алкоголя представляет большую опасность для жизни ребёнка.

Если алкогольное отравление не заканчивается смертью ребёнка, то нередко в его нервной системе остаётся неизгладимый след. Врачи отмечают, что алкоголь в короткое время изменяет характер ребёнка, делает его не только несдержанным, угрюмым, неуравновешенным, но может толкнуть на совершение немотивированных действий.

Человек рождается совершенно беспомощным и остаётся таким в течение длительного времени. Его жизнь и здоровье целиком зависят от его родителей, родственников, знакомых.

В течение первых лет жизни у младенцев нет своих защитных сил, не выработан иммунитет. Поэтому во многих семьях маленькие дети не общаются со взрослыми; гости в это время не приходят в семьи. Ребёнок получает защитные силы с молоком матери, а если мать отравляет себя алкоголем, она разрушает организм ребёнка и надолго задерживает образование иммунитета. Даже пары алкоголя, находящиеся в комнате, где дети спят, отрицательно сказываются на вступающем в жизнь человеческом существе.

Ребёнок первых лет жизни не может ничего решать за себя. И если ему «для аппетита» или «ради потехи» дают вино, то этим производят грубейшее насилие над защитными силами организма, убивая природное чувство отвращения к ядам и вызывая, наоборот, очень рано неудержимую тягу к вину.

Как показывают исследования, среди злоупотребляющих алкоголем почти одна треть приобщилась к вину в возрасте до 10 лет. Все эти дети не сами пили вино, их угощали родители или родственники.

Когда ребёнок становится подростком, он в какой-то мере пытается сам решить возникающие у него вопросы. А откуда у него будут знания для таких решений? От людей, которые его окружают, от того, что он видит, читает и узнает из кинофильмов, радио и телевизора.

Возьмем для примера проблему профилактики пьянства.

Будет ли он дома, пойдёт ли в гости, посидит ли у телевизора, сходит ли в кино — он увидит одно и то же: бокалы стаканы, кружки, наполненные водкой, коньяком, вином, и всё это обставлено красиво, с хорошими пожеланиями, с уверенностью, что всё это делается для пользы человека.

Между тем мозг и вся нервная система подростка находятся ещё в стадии функционального развития. В этот период жизни происходят серьёзные эндокринные сдвиги, связанные с половым созреванием, что вызывает неустойчивость нервных процессов, которая у подростков проявляется в виде эмоциональной возбудимости. Интенсивное развитие и функциональное совершенствование центральной нервной системы вызывает определённую направленность в организме подростка, ведёт к необычным реакциям на воздействие факторов внешней среды (различные психические перегрузки, травмы, случайное или умышленное потребление алкоголя).

Спиртные «напитки», попадая в организм ребёнка или подростка, проникают в кровь и мозг — самые богатые водой ткани организма, которые очень быстро всасывают алкоголь.

Вследствие незрелости нервных клеток и повышенной рефлекторной возбудимости коры больших полушарий, слабости тормозных процессов, в ответ даже на небольшие дозы алкоголя у них возникают тяжёлые отравления и различные заболевания. Приём алкоголя нарушает умственную деятельность, слабеет память, страдает логическое мышление.

Но именно в подростковом возрасте вследствие особенности их психики дети более склонны ко всяким немотивированным, необузданным поступкам и потому легко приобщаются к вину.

В защите нашего будущего от деградации решающая роль принадлежит женщине. Пьянство принимает ныне угрожающие размеры, неся за собой самые тяжёлые

последствия больше всего женщине, а через неё — будущности семьи и общества. Положение осложняется тем, что сами женщины усиленно вовлекаются в пьянство, в результате чего женский алкоголизм растёт более быстрыми темпами, чем мужской.

Благодаря своим высоким душевным качествам женщина всегда была менее склонной к преступлениям и являлась ревностным поборником трезвости. И вот такой нежной и светлой нравственной силе, а через неё и всему народу, угрожает смертельная опасность.

Женщина, являясь большой моральной силой, может и должна не только сама остаться в нравственном отношении на пьедестале, но и оказать отрезвляющее влияние на мужчину.

Могу смело утверждать, что если бы девушки и женщины проявили больше зрелого мышления, понимания и заботы о будущем народа и своей собственной семьи, они бы в огромном большинстве случаев не допустили потребления алкоголя мужчинами, а тех, кто пил, вернули бы к трезвой жизни.

К сожалению, в последнее время, как было сказано, употребление спиртного перестаёт быть «привилегией» мужчин.

Если в начале XX века на 100 мужчин алкоголиков приходилось 10 женщин, страдающих алкоголизмом, то в семидесятых годах, например в США, женщины в этом вопросе сравнялись с мужчинами.

В этом случае дети, конечно, страдают во всех отношениях, и здесь трудно рассчитывать на то, чтобы из такой семьи вышел бы трезвенник. Не потому, что алкоголизм передаётся по наследству, а от заражающего примера. При этом надо ещё раз подчеркнуть, что для детей более заразительно поведение отца-ритуальщика, чем отца-алкоголика.

Если потребление алкоголя взрослыми приводит к тяжелейшим последствиям для общества и страны, то

приобщение к вину детей и подростков ставит под угрозу будущее нации.

Многие педагоги в нашей стране проводят научные конференции, посвящённые профилактике пьянства среди детей и подростков. Хорошее впечатление оставили две конференции в Риге, посвящённые борьбе за отрезвление молодёжи. По докладам и выступлениям в прениях, по отношению руководителей республики и г. Риги к этой проблеме было видно, что культурная часть населения, обеспокоенная ростом пьянства в республике, всерьёз включилась в борьбу за отрезвление своего народа и в первую очередь юношества.

В принятой резолюции говорится:

«Научно-практическая конференция «Актуальные проблемы противоалкогольного воспитания молодёжи» рекомендует.

1. Единственным научно обоснованным направлением противоалкогольного воспитания детей и молодёжи считать воспитание в духе трезвости».

Любые наши разговоры и даже дела, направленные на охрану детей, любая наша забота о них без защиты от алкоголя будут неэффективны. Алкоголь, прямо или косвенно коснувшись детей, сделает для них больше вреда, чем принесёт пользы вся наша забота о них.

Основная причина контакта детей с алкоголем — это дурной пример взрослых, «пьяное» окружение и наглядный пример «ритуального» потребления алкоголя дома, в гостях, а особенно показ в кино и телевизоре.

В борьбе за трезвость народа интеллигенция должна быть в авангарде, прежде всего личным примером. Врач, учитель, писатель, актёр, любой руководитель учреждения должны быть образцом, примером для других, прежде всего в вопросах морали, нравственности и, следовательно, в вопросах потребления алкоголя, ибо там, где процветает алкоголь, там о морали и нравственности не приходится говорить.

## ВИНО И ОБЩЕСТВО

Ложь: производство и продажа алкоголя выгодны для государства. Противники отрезвления нашего народа в течение столетий, с тех пор как началась торговля водкой, представляли дело так, что, мол, винодельческая промышленность очень выгодна для государства. Эти рассуждения особенно упорно распространялись в 1906–1913 годах, когда в Государственной думе и Государственном совете обсуждался этот вопрос, и целый ряд лиц, заинтересованных в том, чтобы народ пил, в частности виноделы и виноторговцы, приводили в качестве аргумента против трезвости такие доводы.

Правда: введение принудительной трезвости в России в 1914 г. резко улучшило экономическое и финансовое положение страны. (Необходимо иметь в виду кассовый характер этого, по сути дела, временного ограничения. Прим. ред.).

Через год после введения «сухого» закона в России доктор медицины А. Мендельсон, детально изучивший влияние трезвости на все стороны жизни общества, писал «по отзыву министра финансов, покупательская сила русского народа «и производительность труда заводских рабочих увеличилась в чрезвычайной степени, что даёт возможность провести в ближайшем будущем крупные финансовые реформы» (Мендельсон А. Итоги принудительной трезвости. Пг. 1916, с. 4).

Крупнейший советский экономист, лауреат Ленинской премии, академик Струмилин С. Г. в своей статье «Хозяйственный расчёт и проблемы ценообразования» писал: «торговля ядами, пусть и по самым высоким ценам, извлекая попутно и добавочную сверхприбыль за каждое новое отравление, — это такое занятие, с которым нельзя никак мириться в наших условиях. Ведь не торгуем же мы такой отравой, как опиум или героин, хотя за них душевнобольные

люди готовы платить ещё дороже, чем за водку и спирт. Алкоголизм угрожает нам стать величайшим бичом человечества. И с этой угрозой уже пора вступить в решительную борьбу.

...Без продажи водки у нас сразу обнаружилась бы большая прореха и в приходном бюджете. Но никто ещё не подсчитал и тех потерь, какие за пределами бюджета теряет хозяйство в результате якобы сверхрентабельной торговли водкой. Расширенное воспроизводство такой зловредной отравы в нашем народном хозяйстве не оправдывается никакими действительными его потребностями.

Бесспорно, что без водки на первых порах несколько снизились бы налоговые доходы казны, но зато в ещё большей мере возрос бы реальный народный доход. И за счёт того, что трезвый труд производительнее нетрезвого, и за счёт возможных сбережений времени на многие ныне совершенно непроизводительные его растраты. А денежные потери в бюджете за счёт ликвидации водки можно было бы восполнить, даже с избытком, за счёт повышения прибыли.

Таким образом, с точки зрения трезвого хозяйственного расчёта, практикуемое у нас расширение торговли водкой лишь умножает тот ущерб, который она причиняет всему народному хозяйству. Сам по себе этот продукт как, безусловно, вредный людям и ведущий к хозяйственным потерям, ибо он дезорганизует труд, следует рассматривать как отрицательную величину в народнохозяйственном обороте, а средства населения, расходуемые на вредоносный пропой, — это прямой вычет из нормального потребления трудящихся, который фактически снижает уровень благосостояния всей страны». (В сб. Реформа ставит проблемы. — М. «Экономика», 1968, с. 12–14).

Анализ производства и потребления алкогольных «напитков» показывает, что если они выгодны для виноделов и виноторговцев, то для народа и государства эта отрасль промышленности приносит огромный ущерб, в первую

очередь своими последствиями. И чем длительнее производство и продажа этих продуктов, тем больший ущерб и разорение терпит народ и страна в целом.

В современном обществе в тех странах, где потребление алкоголя получило широкое распространение, потери государства от пьянства и алкоголизма принимают чудовищные размеры.

В 1983 г. в США виноторговцы продали алкогольных «напитков» на 46 миллиардов долларов, а государство понесло убытки на 120 миллиардов. Общество добровольно идёт на парадоксальную вещь: чтобы оглушить себя наркотиком и временно побывать в плену иллюзий, население тратит огромные средства.

История потребления алкоголя в стране показывает, что государство начинает терпеть убытки быстрее, чем получать прибыли, и убытки с каждым годом нарастают в геометрической прогрессии. Страна, которая не в состоянии справиться с алкогольной наркоманией, разоряется как материально, так и морально. Народ же идёт к деградации.

Ложь: если прекратить продажу алкогольных «напитков», нечем будет платить рабочим и служащим зарплату. Трудно найти более убийственную характеристику экономике социализма, чем это мнение профанов. Мы считаем, что это глубокое заблуждение.

Правда: расчёты академика С. Г. Струмилина, инженера И. А. Красноносова и других показывают следующую картину: «алкогольная добавка в доходной части исчисляется примерно в 22 миллиарда рублей 1973 г.». А каковы ежегодные убытки от потребления спиртных «напитков»? Точных данных нет, мы можем только косвенно судить об этом. Если применить методику расчёта убытков, использованную в 1927–1928 гг., то проданные в стране в 1975 г. алкогольные «напитки» принесли общие экономические потери народному хозяйству примерно в 6065

миллиардов рублей. Однако более поздние расчёты и уточнения говорят о том, что эта цифра сильно занижена.

Помимо прогулов страна много теряет в результате снижения производительности труда. Учёные подсчитали, что экономические потери в год составляют 25 миллиардов рублей. По расчётам академика С. Г. Струмилина, полное отрезвление труда «в промышленности повысит производительность на 10%. В суммарном выражении это составит 5070 миллиардов рублей. (Маюров А. Диалог о наболевшем. — Горький, 1980, с. 39–40).

Лечение алкоголиков и больных по вине алкоголя, согласно данным ВОЗ, отнимает в ряде стран до 40% всех ассигнований на здравоохранение. Если применить этот расчёт на наш бюджет, то это также обходится нам, как минимум, в 45 миллиардов рублей в год.

Если бы можно было учесть все материальные потери, которые несёт государство и народ в связи с алкоголизацией страны, то они, по-видимому, перешагнули бы далеко за 100–120 миллиардов рублей в год.

При трезвости государство лишено всех этих бесконечных убытков, а отсюда и финансовое положение страны и государства будет несравненно крепче и платёжеспособнее.

Опасения, что те деньги, что люди тратят на водку, не поступят к государству через покупку других товаров, — не обоснованы.

Ложь: вино снимает напряжение, поэтому в праздник и в день отдыха необходимо выпить.

Правда: в смысле общественном, наиболее опасным и далеко идущим последствием употребления спиртных «напитков» является то, что они расслабляют и расстраивают привычку к труду и очень рано нарушается нормальная потребность трудиться. После употребления алкоголя сон не восстанавливает обычной бодрости и не даёт ощущения отдыха.

Вопреки нормальному порядку вещей, когда за днем отдыха появляется потребность к труду, у лиц, потребляющих алкоголь в праздник, замечается неохота к труду, непобедимая лень, дурное расположение духа, головная боль, чувство похмелья, что приводит их к послепраздничному пьянству или прогулу. Из-за употребления вина праздничный день — день отдыха и душевного подъема утрачивает своё нравственное и физиологическое значение. Труд и отдых разрушаются при употреблении вина самым грубым образом. Вино — враг отдыха и исключает самую его возможность.

Основная черта наркотических средств, к которым относится алкоголь, состоит в том, что они способны притуплять неприятные ощущения и в особенности чувство утомления. Однако, создав иллюзии и самообман на короткое время, алкоголь не только не устраняет ни того, ни другого, а, наоборот, усиливает их, чем осложняет и отяжеляет жизнь трудового человека.

При повторных приёмах алкоголя эти осложнения усугубляются, и человек уже не в состоянии с ними справиться. Он опускается. Нежелание работать усиливается. Вот почему среди пьющих резко возрастают прогулы, и падает интенсивность и качество труда. Это касается всех звеньев и рангов рабочих и служащих. Но особенно большой ущерб наносит употребление вина руководящим работникам и лицам интеллектуального труда.

При ослаблении и выпадении высших функций коры головного мозга у творческих людей исчезает не только желание, но и возможность создавать что-то новое, сложное, требующее напряжения воли, которая ослабла, внимания, которое легко рассеивается, новых мыслей, которые не могут появиться в мозгу, ещё не освободившемся от спиртных паров.

Руководящему работнику, когда он с похмелья, куда проще сказать «нет» и тем самым освободить себя от необходимости о чём-то думать, что-то выяснять, кому-то

звонить, принимать какое-то решение. А сказал «нет» — и никаких тебе забот и волнений.

Что же касается угрызений совести и нравственных переживаний, то, как было отмечено ранее, эти чувства у пьющего очень рано атрофируются.

То, о чём мечтали лучшие умы человечества — о трезвой жизни всего народа, в наших условиях полной грамотности населения вполне возможно и осуществимо.

Введённый в 1914 году «сухой» закон принёс полное отрезвление нашему народу, которое после Октябрьской революции, поддержанное В. И. Лениным, продолжалось до 1925 года. В год отмены «сухого» закона душевое потребление спирта у нас составляло 0,83 литра, в то время как в Германии — 2,74, Англии — 6,17, Италии — 13,77, Франции — 17,99. (БМЭ. — М., 1928, т. 1, с. 408).