

**Углов Ф. Г.**

## **САМОУБИЙЦЫ**

### **ОБ АВТОРЕ**

*Знаменитый русский хирург Федор Григорьевич УГЛОВ родился 22-го сентября (5-го октября по новому стилю) 1904 года в деревне Чугуево нынешней Иркутской области. В 1929 году окончил медицинский факультет Саратовского университета. Учился у известного русского врача, основоположника многих направлений в хирургии Н.Н.Петрова,*

*В блокаду лечил людей в Ленинграде. С 1950-го года и по сей день Федор Григорьевич заведует кафедрой госпитальной хирургии 1го Ленинградского медицинского института им.Павлова, был также директором Всесоюзного научно-исследовательского института пульмонологии, который сам и организовал.*

*Действительный член Академии медицинских наук. Имеет труды по проблемам хирургии пищевода, портальной гипертензии, гипотермии в грудной хирургии.*

*Одним из первых в мире разрабатывал методы хирургического лечения пороков сердца. Предложил ряд оперативных методик и инструментов. За разработку методов лечения заболеваний легких награжден Ленинской премией. Редактор журнала "Вестник хирургии им. И. И. Грекова". Награжден двумя орденами, а так же, медалями. Почетный член зарубежных академий и хирургических обществ.*

*Ф.Г. УГЛОВ - автор ряда научных монографий, переведенных на множество языков мира, а также шести публицистических книг ("Сердце хирурга", "Человек среди людей" и др.), опубликованных на шестнадцати языках.*

*Возглавляет "Союз борьбы за народную трезвость". Занесен в "Книгу рекордов" Гиннеса как старейший в мире практикующий хирург.*

**Антон ТАЛАЛАЕВ**

### **СОДЕРЖАНИЕ**

ПРЕДИСЛОВИЕ .....	3
ТРАГЕДИЯ НА ЛЕСНОЙ ДОРОГЕ .....	7
ПРАВДА И ЛОЖЬ .....	10
ВСКРЫТИЕ ПОКАЗАЛО.....	14
ГДЕ ВИНЦО, ТАМ И ГОРЮШКО .....	15
БЫЛ ИВАН, СТАЛ БОЛВАН.....	16
БОЛЬНОЕ ПЬЯНОЕ ПОТОМСТВО .....	23
КАЖДЫЙ ТРЕТИЙ УМИРАЮЩИЙ В МИРЕ - ЖЕРТВА АЛКОГОЛЯ.....	30
ТРОПОЮ ЗЛА.....	38

"ВИНО СКОТИНИТ И ЗВЕРИТ" .....	43
Оружие против нации .....	53
ЗАКЛЮЧЕНИЕ .....	56
ПОСЛОВИЦЫ, ПОГОВОРКИ.....	57
ВЫСКАЗЫВАНИЯ ВЫДАЮЩИХСЯ ЛЮДЕЙ.....	58
ПРАВОСЛАВНАЯ ЦЕРКОВЬ О ПЬЯНСТВЕ .....	62
КУРЕНИЕ - РАЗРУШИТЕЛЬ ГЕНЕТИЧЕСКОГО КОДА .....	62

## ПРЕДИСЛОВИЕ

Вино, как возбуждающий и "веселящий" напиток, известно давно, однако изготовлялось оно, как правило, из хлебных продуктов, в сравнительно небольших дозах, стоило дорого, поэтому его употребляли главным образом состоятельные люди. Большинство населения России жило бедно и почти не думало о вине.

Только в начале XIX века алкоголь начали изготавливать заводским путем, производство стало массовым, дешевым, создались условия для его широкого распространения среди населения. Обладая наркотическим свойством, алкоголь быстро вызывал привыкание к нему, которое переходило в неудержимую тягу, и количество потребляющих ядовитые напитки стало быстро нарастать во всем мире. Поскольку разрушающее действие спиртных изделий сказывалось не сразу, а при их употреблении у человека возникали иллюзии о его силе, о легкой возможности преодолеть все трудности, то к вину потянулись многие.

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

Постепенно во всем 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 в его пропаганде те, кто обогащался на нем.

Со временем было твердо установлено, что спирт и его производные в любом виде и в любых дозах губельно отражаются прежде всего на умственном потенциале человека, на его характере, нравственности, разрушая одновременно все органы и ткани человека.

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 несет 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, зиждется на лжи. Когда человек говорит об алкоголе неправду - это 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 нем только правду.

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

Прежде всего надо отметить, что не все 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 изготавливались 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 всем мире, в том числе и в нашей стране, превратив виноторговлю в 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 ее в руки царской казенной 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.

Спаивание российского народа было столь явным и безудержным, что Н.М.Карамзин, знаменитый историк, писал: "...под вывеской орла везде предла-

гают 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, проведенные 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 к 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 "стыд, и грех". То же надо сказать и про молодежь 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 введение 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.

Ныне можно считать твердо установленным, что пьянство держится на лжи, а трезвость на правде. Это подтверждается опытом отрезвления людей с помощью метода Шичко. При нем действуют только слова правды, и, если че-

ловек в них поверит, то даже "безнадежный" алкоголик превращается в сознательного и идейного борца за трезвость.

Но ложь, по-прежнему остается излюбленным оружием тех, Кто нас спавивает и каждый, кто решил пойти по стопам трезвости, постоянно находится под прицелом врагов трезвости, которые используя имеющиеся в их распоряжении средства массовой информации, преподносят лживые сведения об алкоголе, стремясь подорвать их трезвеннические убеждения.

Нет такого вопроса в алкогольной проблеме, который бы эти люди иезуитски не извратили и не поставили бы так, как им выгодно. Вот почему мы должны быть вооружены знаниями правды по всей проблеме, чтобы не поддаваться на их провокации и не соскользнуть на пьяную тропу. Мы должны знать также и ту ложь, которую эти люди чаще всего используют, чтобы ослабить наши позиции.

Кто же эти люди? (Вернее - нелюди?), которые заинтересованы в том, чтобы мы пили?

Это прежде всего алкогольная мафия. По расчетам экономистов, в 1985 году люди, занятые на этом деле сверху донизу, наживают до 10 миллиардов рублей в год (здесь и далее по тексту в ценах 1985 г). В то время в газетах сообщалось, что в стране находится до 300 миллиардов "теневых" денег. Можно не сомневаться, что крупная часть этого капитала создавалась за счет алкоголя и табака. И обладатели этих капиталов, желая их приумножить, все делают для того, чтобы этот преступный источник не иссякал. Те же, кто потребляет этот ядовитый продукт, усердно работают на эту мафию.

Второй, не менее важной группой нелюдей, губящей наш народ ради своих низменных интересов, это те представители власти, которые считают, что "пьяным народом легче управлять", "пьяный народ легче обобрать и разорить", "пьяный народ легче разобщить, разложить и уничтожить".

Это человеконенавистники, творящие это зло по собственной воле или находясь на услужении наших внешних врагов, давно мечтающих разрушить Россию и уничтожить русский народ, алкоголь - надежное и самое подлое оружие в руках этих деятелей.

На этом поприще разрушения страны с помощью алкоголя работают те, которые стараются оболванить наш народ. Пьяный народ легче позволит разрушить церкви, попирает религию разрушать страну, уничтожить народ, лить грязь на историю своей Родины, оскорблять и дезорганизовывать армию.

Все эти группы лиц, работающие в полном согласии с планами ЦРУ, используют все средства массовой информации для того, чтобы "доказать" патристичность их действий. А т.к. пьянство очень трудно оправдать, то все: печать, радио, телевидение - просто замалчивают эту проблему, как будто от вина и табака не гибнет в стране сотни тысяч сынов России ежегодно. Посмотрите программу, что Вы читаете ежедневно. Есть ли там хоть один пункт, касающийся проблемы, от которой ежегодно погибает у нас более полутора миллиона человек, от которой в основном мы переживаем геноцид, когда в стране умирают больше, чем рождаются. И чего не было в России никогда за всю тысячелет-

ную историю. В средствах массовой информации Вы не встретите указаний на то, что больше во всех магазинах и ларьках, работающих чуть ли не круглые сутки, продается табачных и алкогольных изделий, в том числе и американского спирта-сырца "Роял", страшно ядовитого, (от которого уже погибла не одна тысяча русских людей), чем шире идет пропаганда спирта и табака на всех дозволенных и недозволенных местах (например, в метро, где разрушаются мраморные стены, чтобы повесить очередную рекламу американского ядовитого товара), тем быстрее идет разрушение страны, обнищание и гибель народа. Вся эта "теплая" компания для пропаганды своих идей по спаиванию народа использует целую армию пьющих людей, которые дружно и бесплатно агитируют за расширение винной и табачной продукции, боясь, что они лишатся этой ядовитой жидкости, которая разрушала их мозг, погасила нравственность, уничтожила патриотизм, предала забвению былое благородство и оставило в оскудевшем мозгу одно желание - выпить. И ради этого они дружно агитируют за вино, тем самым работая на преступную мафию.

Что же использует эта мафия, для того, чтобы доказать, что черное есть белое, что ядовитое вещество - не только безвредно, но даже полезно и необходимо для человека и общества. Для этого всё эти люди используют самую бессовестную и самую преступную ложь!

И мы имеем все основания утверждать, что - пьянство и табакокурение держится на лжи, которую под всяким предлогом преподносят народу враги трезвости. Стоит только пьющему человеку сказать правду, об алкоголе и табаке, но сказать так, чтобы он этой правде поверил, и человек навсегда бросает пить. На этом основан метод Шичко, позволяющий без всяких лекарств, без зароков, а только словами правды, отрезвлять пьющих, прекратить курение табака и т.д.

Но, к сожалению, правду об этом мы не слышим. Все средства массовой информации, в том числе кино, театр и даже литература - дружно пропагандируют ложь, поддерживая эти вредные привычки на самом высоком уровне.

Задача нашей брошюры - сказать людям правду об алкоголе, а также указать на отдельные примеры лживых аргументов, которыми чаще всего алкогольная мафия старается одуричь слабых людей и не выпустить их из алкогольных сетей.

## **ТРАГЕДИЯ НА ЛЕСНОЙ ДОРОГЕ**

В тот день литовская крестьянка Вирбицкене припозднилась с хлопотами по хозяйству: летом на дворе дел - непочатый край. Было уже около 10 часов вечера, когда ее внимание привлекла шедшая в сторону деревни легковая машина. Было что-то тревожное в том, как неслась она по пустынной дороге... Очень уж не "вписывалась" эта непонятная, нервная спешка в тихий покой деревенского вечера. Вирбицкене отмахнулась от недоброго предчувствия - мало ли, куда могут спешить люди.

Но через минуту-две она снова увидела на дороге тот же синий "Москвич". Он возвращался. Так же нервно и стремительно. И не успела женщина понять, почему так тревожно ей при виде этого несущегося в ночи автомобиля, как в том месте, где дорога делала крутой поворот, взметнулся столб пыли, и машина четырежды перевернулась, ударяясь о землю, -словно швырнули наземь детскую игрушку. Но это была не игрушка, и в ней находились не пластмассовые автогонщики из "Детского мира".

Женщина подбежала к перевернутой машине. Увидела, как выбираются из нее молодые парни. Вгляделась, ахнула: - Это же Бронюс Стукас! А этот, с окровавленным лицом, - один из братьев Рагаускасов - Гинтас... Ой, и девушка с ними. Так это же Вильма! Четвертого она не знала. "Парень в темном", - скажет она о нем позже на суде. - "Тот, который за рулем сидел..."

Это был Видас Норкявичюс. О таких как он говорят: "33 несчастья". Судьба его складывалась неровно, с ухабами и ямами. И в каждую он попадал, на каждой набивал шишку, а то и разбивался в кровь. Хотя поначалу у него все шло, вроде бы, как у всех. Учился в школе, поступил в строительный техникум...

Но была в нем червоточинка - тянулся к людям, от которых трудно ждать добра. Они бравировали показной силой, "независимостью" и такого рода "мужественностью" навыворот, которая измеряется количеством выпитого алкоголя, со всеми вытекающими из этого последствиями - агрессивностью, хамством, отсутствием всяческих нравственных тормозов.

За этой бравадой мальчишка не сумел разглядеть, что все это показное противостояние общепринятому идет от духовного убожества, и гроша ломаного не стоит.

Червоточинка имела свои причины. Три года назад его отец развелся с женой, и о сыне больше не вспоминал. Техникум Видас так и не закончил, поскольку был осужден за угон автомашины. Тогда ему было шестнадцать. Колония отца ему не заменила. Вернулся совершенно сломленный. Общался все с теми же дружками, а общение сводилось к беспробудному пьянству. Но люди говорили ему, брось, пожалей мать. Он попытался. Устроился на работу. И вроде бы начала налаживаться потихоньку нелепая его жизнь. И тут - пригласили его на день рождения.

...Они "праздновали" уже второй день подряд. Самогон носили бутылками. А когда питья не хватило, поехали искать еще...

... Из опрокинутого "Москвича" выбрались четверо. Машина была пуста. И в этот момент ошеломленная Вирбицкене увидела еще одного человека. Недалеко от смятого перевернутого автомобиля лежала девушка. Она не двигалась.

Вирбицкене взглянула на остальных. "Пьяные! Гинтас вроде потрезвее других, но все равно все слишком пьяны", -подумала женщина и услышала, как истерично закричала Вильма, как бросилась она на парня в темном:

- Тебе же говорили! Зачем ты так гнал?!

Она кричала и плакала одновременно, и в этом крике было все- ужас и боль и осознание непоправимости случившегося. Неподалеку от машины все так же неподвижно лежала девушка. Это была подруга Вильмы - Онуте.

Вирбицкене побежала вызывать "Скорую помощь".

Онуте скончалась меньше чем через сутки после аварии, так и не придя в сознание.

Владелец автомобиля Гинтас Рагаускас был осужден на два года лишения свободы, а Видас- "33 несчастья", который во время аварии был за рулем, - сроком на пять лет, с обязательным принудительным лечением от алкоголизма.

Медицинская экспертиза определила, что содержание алкоголя в крови того и другого было примерно одинаковое - доза, близкая к смертельной.

Затяжной день рождения закончился...

Случилось это в одной из деревень Купишского района Литвы, а могло произойти где угодно, в любом месте, где думают, что яд можно принимать безнаказанно.

## ПРАВДА И ЛОЖЬ

**ЛОЖЬ:** алкоголь - пищевой продукт.

**ПРАВДА:** "Алкоголь - наркотик, подрывающий здоровье населения", это 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 ученых.

Всероссийский съезд по борьбе с пьянством и алкоголизмом в 1910 году (на котором среди делегатов было 150 врачей и ученых медиков) вынес специальное решение по этому вопросу: "Пищевым продуктом может быть только такое вещество, которое является абсолютно безвредным для организма. Алкоголь же, как наркотический яд, в любых дозах, наносит человеку огромный вред, отравляя и разрушая организм он сокращает жизнь человека в среднем на 20 лет".

Госстандарт СССР №1053 ГОСТ 5964-82 постановляет: "Алкоголь - этиловый спирт, относится к сильнодействующим наркотикам".

Большая Советская энциклопедия т.2 стр.116: "Алкоголь относится к сильнодействующим наркотикам".

От причин, связанных с алкоголем погибает каждый третий, а от причин, связанных с табаком - каждый пятый из умерших. Это значит, что в нашей стране от этих наркотиков погибает около полутора миллиона человек ежегодно.

XI-й Пироговский съезд русских врачей принял резолюцию еще в 1915 году: "Алкоголь не может быть отнесен к питательным средствам, с чем необходимо ознакомить население".

В 1990 году 1700 врачей нашей страны обратились в Правительство с предложением официально признать алкоголь и табак наркотиками и распространить на них закон о защите населения от наркомании (обращение осталось без ответа).

Дарвин и другие мировые ученые еще в 19 веке писали, что потребление алкоголя наносит человечеству вреда больше, чем война, голод и чума вместе взятые".

Таков этот пищевой продукт, который правительство официально продает в гастрономических магазинах, зная отлично, что он отравляет народ. Мало этого, оно дает разрешение любым спекулянтам продавать его в любой час дня и ночи!

По существу, нет ни одного научного труда, в котором было бы не доказано, что алкоголь - это наркотик. Между тем, до сих пор находятся так называемые "ученые", 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, причая их легкомысленно относиться к наркотическому яду, эти ученые упорно и

бездоказательно настаивают на своей ошибочной и вредной установке (Э. Баба-ян).

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:** Умеренные дозы спиртного безвредны.

**ПРАВДА:** Для алкоголя, как наркотика не существует безвредных доз, как и для морфия, героина и других наркотиков, назначаемых только врачами в очень малых дозах и на короткий срок, т.е. на 1-2 дня. Иначе, как и от алкоголя возникает наркотическая зависимость, человек станет наркоманом и не может жить без него, обрекая себя на гибель.

Датские ученые установили, что при "умеренном" потреблении алкоголя, уже через 4 года у пьющих обнаруживается сморщенный мозг в 85% случаев. ("Наука и жизнь", N 10, 1985 г.)

Нет такого органа в человеческом организме, который бы не разрушался от любых доз алкоголя. Но больше всего страдает мозг.

Вот как патологоанатом описывает мозг "весельчака" и "балагура", который по мнению друзей пил "умеренно" и "культурно": "Изменения в лобных долях мозга видны даже без микроскопа, извилины сглажены, атрофированы, множество мелких кровоизлияний. Под микроскопом видны пустоты, заполненные серозной жидкостью. Кора мозга напоминает землю, после того, как на нее сбросили бомбы - вся в воронках. Здесь каждая выпивка оставила свой след (Рязанцев В.В., Киев 1987 г.) Разговор об "умеренных" дозах и "культурном" винопитии - это ловушка для простаков. Все пьющие и алкоголики начинали с "умеренных" доз и "культурно" пили, а кончали в психиатрических больницах или на кладбище на 20 лет раньше положенного срока.

Какой бы мы вопрос, касающийся действия алкоголя, не взяли - везде наглая ложь, направленная на обман в пользу алкоголя.

**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 тяжелому течению любых инфекционных болезней.

Об этом И.А.Сикорский писал еще в конце XIX в. Им установлено, что во время эпидемии тифа в г.Киеве пьющие рабочие заболели в 4 раза чаще, чем трезвенники.

**ЛОЖЬ:** "В лечебной практике алкогольные изделия применяются в следующих случаях: при упадке питания и угнетении пищеварительной функции..., при элементарной дистрофии и гипо-, авитаминозах; в период выздоровления, после перенесенных инфекционных заболеваний; при шоке, обмороке и

острой сосудистой слабости; при травмах, сопровождающихся резкими болевыми ощущениями; при длительном вынужденном пребывании на холоде; при общем тяжелом состоянии...

**ПРАВДА** заключается в том, что еще в 1915 г Пироговский съезд русских врачей вынес специальное решение, что нет ни одного заболевания, при котором современные лекарства не действовали лучше, быстрее, эффективнее и безопаснее, чем алкоголь. Поэтому спиртное должно быть полностью исключено 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 так упорно и безжалостно расстраивало здоровье миллионов людей, так резко разрушало 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, заболевших по вине алкоголя, не понимает, в чем причина их тяжелой болезни. Об этом лучше всех знают хирурги и патологоанатомы.

Как всякий яд, алкоголь, принятый в определенной дозе, приводит к смертельному исходу. Путем многочисленных экспериментов установлено наименьшее количество яда из расчета 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 7-8 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 3-4 градуса. Смерть наступает через 12-40 часов. Если сделать подсчет для водки 40°, то окажется, что смертельная доза равняется 1200 г.

Ядовитость алкогольных изделий, плохо очищенных, выражена сильнее, но основную отравляющую силу все же составляет спирт, а не примеси, на долю которых приходится 6% ядовитости, то есть как острое, так и хроническое отравление происходит главным образом за счет самого этилового спирта, за редким исключением (спирт "Роял").

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 3-5 раз чаще, чем в других европейских странах. Исходя из этих данных, ученые делают совершенно справедливое заключение, что в нашем отечестве существуют особые условия, вызывающие беспримерную по сравнению с другими странами алкогольную смертность, даже при более низком среднечеловеческом 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 ученые его приравнивают к принятой дополнительной дозе спиртных изделий, то есть в холодном климате доза алкоголя влияет также, 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 изделия уродуют жизнь человека и всего общества. Статистика неумолимо показывает, что потребление алкоголя в несколько раз увеличивает количество травм, несчастных случаев, преступлений, болезней и смертей.

Прием 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 страдания многим.

Какой бы раздел медицины мы не взяли, какие бы заболевания, повреждения или травму мы не 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 тяжелые 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 ученых показали, что кружка пива, выпитая шофером перед выездом, увеличивает количество аварий в 7 раз. При приеме 50 г водки - в 30 раз, а прием 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.

Виной автомобильных катастроф является не алкоголизм, не пьянство, как утверждает большинство авторов статей и брошюр. Виной этому является употребление алкоголя. Многие приписывают все беды злоупотреблению алкоголем и, прикрываясь этим культивируют потребление. Но 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 именно алкоголь! А сколько переломанных костей и черепов!?

## ВСКРЫТИЕ ПОКАЗАЛО...

**ЛОЖЬ:** надо выпить с "устатку", для аппетита, при болях в желудке, язве и т.д.

**ПРАВДА:** при приеме внутрь страдает прежде всего желудок. И чем крепче алкогольные изделия, тем тяжелее протекает поражение.

Под влиянием алкоголя происходят глубокие изменения во всем 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 приемах алкоголя защитные и компенсаторные механизмы выбывают из строя, и человек полностью попадает под алкогольную зависимость.

Проходя через печеночный барьер, этиловый спирт отрицательно влияет на печеночные клетки, которые под влиянием разрушительного действия этого ядовитого продукта погибают. На их месте образуется соединительная ткань, или попросту рубец, не выполняющий печеночной функции. Печень постепенно уменьшается в размерах, то есть сморщивается, сосуды печени сдавливаются, кровь в них застаивается, давление повышается в 3-4 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 тяжелых и безнадежных в смысле лечения заболеваний человека.

Цирроз печени как следствие потребления алкоголя, по данным ВОЗ, опубликованных в 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 дает 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 еще жить, если у него не осталось ни одного непораженного органа, способного выполнять положенную функцию.

## **ГДЕ ВИНЦО, ТАМ И ГОРЮШКО**

**ЛОЖЬ:** коньяк и водка расширяют сосуды; при болях в сердце - это 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 ученых, 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 алкогольного 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 ведет 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, найдет причину, от чего стать инвалидом или умереть преждевременно. По данным ВОЗ, средняя продолжительность жизни пьющего на 15-17 лет меньше средней продолжительности жизни, которая, как известно, высчитывается с учетом пьющих, если же сравнить с трезвенниками, то разница будет еще больше.

## **БЫЛ ИВАН, СТАЛ БОЛВАН...**

**ЛОЖЬ:** если пить "культурно", то в этом нет ничего плохого. Наоборот, в "культурном" винопитии заключен ключ к разрешению всей алкогольной проблемы.

**ПРАВДА:** культура, ум, нравственность - все 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 приема 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 спинно-мозговой жидкости -1,50, и в головном мозге -1,75.

При вскрытии наибольшие изменения имеют место в мозгу. Твердая мозговая оболочка напряжена, мягкие оболочки отечны, полнокровны. Головной мозг резко отечен, сосуды расширены, множество мелких кист диаметром 1-2 мм. Эти мелкие кисты образовались в местах кровоизлияний и некроза (омертвления) участков вещества мозга.

Более тонкое исследование мозга у погибшего от острого алкогольного опьянения 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. Улиц, 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 тяжелым последствиям: в мельчайших капиллярах, которые проводят кровь к отдельным мозговым клеткам, диаметр их приближается к диаметру эритроцита. И если произойдет 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 объема мозга, или, как говорят, "сморщенный мозг". Причем изменения выражены больше всего в тех отделах коры головного мозга, где происходит мыслительная деятельность, осуществляется функция памяти и т.п.

**ЛОЖЬ:** Все зло, причиняемое спиртными изделиями, относится к алкоголикам. Это алкоголики страдают, у них все изменения, а те, кто пьет умеренно, у тех 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 приемов, вне зависимости от того, относится ли этот человек просто к так называемым "пьющим" или к алкоголикам.

Кроме того, сами термины: алкоголик, пьяница, много пьющий, умеренно, мало пьющий 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 пьет 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 многое другое - все 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 пьет без всякого повода.

И он уверяет, что пьет "умеренно".

Надо также признать неправомерным 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 дает 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, то 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 все 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 приема малых доз алкоголя рефлексy исчезают и восстанавливаются лишь на 8-12 день. Но рефлексy - это низшие формы мозговой функции. Алкоголь же действует преимущественно на ее высшие формы. Опытами, поставленными на образованных людях, доказано, что после приема 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 приемах, тем больше, чем чаще и в больших дозах принимаются спиртные напитки; по мере потребления для получения того же эффекта с каждым разом требуется все большая доза.

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

Специально проведенными 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 приеме 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 приема алкоголя возвращается к тому уровню умственного развития, который у него был неделю или месяц назад.

Если алкогольное отравление происходит часто, то субъект остается 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 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 ничем иным, как параличом известных частей мозга. К параличным явлениям в психической сфере относится также утрата тонкой внимательности, здравого суждения и размышления.

Паралич центров психических отправления 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 замедлено 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 тяжелых 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 приема даже небольших доз алкоголя возникает чувство довольства, эйфория. Опьяненный становится развязным, склонен шутить, заключать с кем попало дружбу. Позже он становится не критичным, 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 еще 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 возбуждение низких наклонностей и страстей.

При приеме еще больших доз происходит тяжелое нарушение функций всей центральной нервной системы с вовлечением спинного и продолговатого мозга. Развивается глубокий наркоз и коматозное состояние. При приеме дозы,

равной 7,8 г алкоголя на килограмм веса, что приблизительно равно 1-1,25 л водки, для взрослого человека наступает смерть. Для детей смертельная доза в 4-5 раз меньше, из расчета на килограмм веса.

При длительном приеме спиртных напитков развивается хронический алкоголизм, имеющий свою клиническую картину, которая варьируется по степени, но с характерной для всех пьющих 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, появляются элементы деградации. Если в это время не прекратить пить, полного восстановления личности не произойдет.

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, которые появляются очень рано, в ту пору, когда еще 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 пьет человек, тем сильнее страдает его нравственность. Алкоголики нередко принимают 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 серьезные 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 скоропроходящие 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 сужается и остается одно желание - напиться. В далеко зашедших случаях дело доходит до полного отупения и маразма. Чем больше людей пьет, 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, еще здоровых в умственном отношении, но уже не свободных от перемен характера, вызванных алкоголем. Это не простые, скоропроходящие 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 в одних случаях приближается к дебильности, в других - к плохому

му характеру. Таких людей, с различной степенью изменений умственного состояния и характера, среди пьющих становится все 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 приема 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 еще могут владеть собой и прекратить прием алкогольных напитков. Но их мозг, а отсюда и управление собой, находится на спуске. Еще немного, и они быстро покатаются вниз. Мозг придет в такое состояние, что он уже Ив сможет управлять поведением человека. Наступит полная алкогольная зависимость и откроется путь к деградации.

Ученые полагают, что алкоголь быстрее расстраивает здоровье населения и уносит больше жертв, чем самые тяжелые 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 влечет 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 тяжелые последствия потребления алкоголя и 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 и психической стороны деятельности мозга, алкоголь во все возрастающей степени приводит к полному выключению нормальной функции мозга, к появлению большого процента умалишенных.

## **БОЛЬНОЕ ПЬЯНОЕ ПОТОМСТВО**

Вы этого хотите? Нет? Тогда запомните -

**ЛОЖЬ:** когда начинаешь убеждать, что потребление алкоголя ничего не приносит, кроме вреда, то многие, даже соглашаясь с основными положениями, что вино приносит вред, все 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, все 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 произойдет в первую брачную ночь, когда молодые выпили за "здоровье", то они могут разрушить здоровье своего будущего ребенка и отравить свою собственную жизнь.



Алкоголь и молодожены - это 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.

## **Конечный ПРОДУКТ деятельности пивного завода "Абаканский". Таких младенцев у нас уже сотни тысяч...**

Влияние алкоголя на потомство идет 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. Еще хуже, если другая (женская) клетка при слиянии окажется алкоголизированной, в зародыше тогда произойдет как бы накопление дегенеративных свойств, что особенно тяжело отражается на развитии плода, на судьбе ребенка.

Учеными 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 вышлюда 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 тяжелыми 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 влиянии алкоголя на появление идиотов имеются убедительные данные. Так, во Франции еще 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, во всяком случае, в этом не признались. 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.

Новосибирские ученые установили, что 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 расчеты 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 еще обучаться в общеобразовательных школах, принося страдания окружающим, и страдая сами.

По существу и масштабам людские потери нашего государства от употребления алкоголя, за счет появления армии алкоголиков и пьяниц, людей с дефектами умственного и физического развития, подобны военным потерям. Коренное отличие от потерь, которые несет 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 невосполнимы. Появившиеся на свет умственно отсталые люди неизбежно дают такое же умственно неполноценное потомство, происходит все возрастающее 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. Ученые под микроскопом у длительно пьющих людей демонстрировали зародышевые клетки. 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 тяжелыми изменениями психики.

Если потребление алкоголя мужчиной неизбежно скажется отрицательно на потомстве, то женщина несет 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. Причем у последних, как правило, регистрировалось не одно, а несколько отклонений от нормы. Именно на плодах, на детях, у которых защитные механизмы еще очень слабы, отравляющее действие алкоголя сказывается особенно губительно.

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

Рождение дефективного ребенка 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 ребенка. 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 ребенка. И чем меньше вес, чем меньше организм, тем меньше нужно алкоголя, чтобы вызвать тяжелые изменения во всех тканях и даже смерть юного существа. Поэтому очень важно, чтобы дети не только не употребляли никаких алкогольных изделий, но чтобы 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 ребенок 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 прием даже "небольших" доз алкоголя представляет большую опасность для жизни ребенка.

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

Человек рождается совершенно беспомощным и остается 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. Ребенок получает защитные силы с молоком матери, а если мать отравляет себя ал-

коголем, она разрушает организм ребенка и надолго задерживает образование иммунитета. Даже пары алкоголя, находящиеся в комнате, где дети спят, отрицательно сказываются на вступающем в жизнь человеческом существе.

Ребенок 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 ребенок 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, пойдет 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 все это обставлено красиво, с хорошими пожеланиями, с уверенностью, что все это делается для пользы человека.

Между тем мозг и вся нервная система подростка находятся еще в стадии функционального развития. В этот период жизни происходят серьезные 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 определенную направленность в организме подростка, ведет к необычным реакциям на воздействие факторов внешней среды (различные психические перегрузки, травмы, случайное или умышленное потребление алкоголя).

Спиртные напитки, попадая в организм ребенка 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 тяжелые отравления и различные заболевания. Прием 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 тяжелые последствия, больше всего страдают женщины, а через них будущность семьи и общества. Положение осложняется тем, что сами женщины усиленно вовлекаются в пьянство, в результате чего женский алкоголизм растет 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 нравственной силе, а через нее 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 перестает 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 передается по наследству, а от заражающего примера. При этом надо еще раз подчеркнуть, что для детей более заразительно 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 будущность нации.

Многие педагоги в нашей стране проводят научные конференции, посвященные профилактике пьянства среди детей и подростков. Хорошее впечатление оставили две конференции в Риге, посвященные борьбе за отрезвление молодежи. 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, всерьез включилась в борьбу за отрезвление своего народа и в первую очередь юношества.

В принятой резолюции говорится: "Научно-практическая конференция "Актуальные проблемы противоалкогольного воспитания молодежи" рекомендует:

1. Единственным научно-обоснованным направлением противоалкогольного воспитания детей и молодежи 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 принесет пользы вся наша забота о них.

Основная причина контакта детей с алкоголем - 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, актер, 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.

## **КАЖДЫЙ ТРЕТИЙ УМИРАЮЩИЙ В МИРЕ - ЖЕРТВА АЛКОГОЛЯ**

**ЛОЖЬ:** производство и продажа алкоголя выгодны для государства. Противники отрезвления нашего народа в течение столетия, с тех пор как началась торговля водкой, представляли дело так, что, мол, винодельческая промышленность очень выгодна для государства.

**ПРАВДА:** крупнейший русский экономист, лауреат Ленинской премии, академик Струмилин С.Г. в своей статье "Хозяйственный расчет и проблемы ценообразования" писал, что "...торговля ядами, пусть и по самым высоким ценам, извлекая попутно и добавочную сверхприбыль за каждое новое отравление, - это такое занятие, с которым нельзя никак смириться. Ведь не торгуем же мы такой отравой, как опиум или героин, хотя за них душевнобольные люди готовы платить еще дороже, чем за водку и спирт. Алкоголизм угрожает нам стать величайшим бичом человечества. И с этой угрозой уже пора вступить в решительную борьбу.

Бесспорно, что без водки на первых порах несколько снизились налоговые доходы казны, но зато еще в большей мере возрос бы реальный народный доход.

С точки зрения трезвого хозяйственного расчета, расширение торговли водкой лишь умножает тот ущерб, который она причиняет 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 народно-хозяйственном обороте, а средства населения, расходуемые на вредоносный пропой, - это прямой вычет из нормального потребления трудящихся, который фактически снижает уровень благосостояния всей страны."

Производство и потребление алкогольных изделий для народа и государства наносит огромный ущерб, в первую очередь своими последствиями.

В современном обществе в тех странах, где потребление алкоголя получило широкое распространение, потери государства от пьянства и алкоголизма принимают чудовищные размеры, как это имеет место у нас.

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

Страна, которая не в состоянии справиться с алкогольной наркоманией, разоряется как материально, так и морально. Народ же идет к деградации.

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

**ПРАВДА:** расчеты академика С. Г. Струмилина, инженера И. А. Красноносова и других показывают: алкогольные напитки приносят общие экономические потери народному хозяйству примерно в 100-120 миллиардов рублей в год. Однако более поздние расчеты и уточнения говорят о том, что эта цифра сильно занижена. По расчетам экономиста Б. И. Исакова, каждый рубль, полученный за алкоголь, несет 4-5 рублей убытка. Помимо прогулов страна теряет в результате снижения производительности труда. По расчетам академика С.Г.Струмилина, полное отрезвление труда в промышленности повысит производительность на 10%. В суммарном выражении это составит 50-70 миллиардов рублей.

Лечение алкоголиков и больных по вине алкоголя, согласно данным ВОЗ, отнимает в ряде стран до 40% всех ассигнований на здравоохранение. Если применить этот расчет на наш бюджет, то это также обходится нам, как минимум, в 4-5 миллиардов рублей в год.

"За 11 пятилетку, до указа Правительства о борьбе с пьянством и алкоголизмом, продажа алкоголя дала казне нашей страны 169 миллиардов, т.е. 33 миллиарда "пьяных" рублей в год.

За это мы расплатились жизнью 5 миллионов человек, переломав их в опоях, пьяных драках, болезнях, других лабиринтах алкоголизации общества. Кроме того, унесла в виде разных убытков 600 миллиардов рублей, т.е. по 120 миллиардов рублей в год". (АН СССР, Шихирев П. Н. Жить без алкоголя. Москва, Наука, 1988 г.)

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

**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 дает 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 свое 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 приемах 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, еще не освободившемся от спиртных паров.

Руководящему работнику, когда он с похмелья, куда проще сказать "нет" и тем самым освободить себя от необходимости о чем-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 чем мечтали лучшие умы человечества - трезвая жизнь всего народа, в наших условиях полной грамотности населения, - это вполне возможно и осуществимо.

Введенный в 1914 году "сухой" закон принес полное отрезвление нашему народу, которое после Октябрьской революции 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.

Несмотря на отмену "сухого" закона, благодаря большой разъяснительной работе и массовому трезвенническому движению в 1928 г., когда интеллигенция говорила правду об алкоголе и призывала к трезвому образу жизни, когда каждого пьющего считали вредителем производства и врагом социализма, пьянство вновь резко пошло на убыль, и потребление алкоголя в течение тридцати лет было в 2-3 раза ниже, чем в 1913 году, то есть до введения "сухого" закона.

В 1928 г. создается "Всесоюзное общество по борьбе с алкоголизмом". В состав организационного комитета входили Н. А. Семашко, В. А. Обух, А. Н. Бах, С. М. Буденный, Н. И. Подвойский, Д. Бедный, Вс. Иванов и другие.

Благодаря здравому отношению со стороны интеллигенции и большинства партийных и советских работников, распространение пьянства шло очень

медленно. Достаточно сказать, что в 1928-1932 гг. душевое потребление у нас составляло 1,04 л. В дальнейшем оно поднималось в 1935-1937 гг. до 2,8 л, в 1940 г. снизилось до 1,9 л, а затем, во время, и в первые годы после войны опять снизилось. В 1948-1950 гг. мы имели такие данные: Франция - 21,5л, Испания - 10,0, Италия - 9,2, Англия - 6,0, США - 5,1, СССР - 1,85.

После пятидесятого года начался заметный рост производства и потребления алкогольных напитков во всем мире.

На основании данных выборочных исследований по 15 экономически развитым странам установлено, что ежегодный уровень хронического алкоголизма увеличился с 0,3 в 1900-1929 гг. и 3,3 в 1930-1940 гг. до 12,3 в 1955-1975 гг., то есть за 75 лет вырос в 40 раз. Если в конце XIX - начале XX века на 10 больных алкоголизмом приходилась одна женщина-алкоголичка, то позднее это соотношение стало 6 : 1, а ныне 3,6 : 1.

Особенно распространено в последние годы употребление спиртных изделий среди молодежи. По данным ВОЗ, во Франции алкоголики составляют 10-12% от общей численности населения. Таким образом, потребление алкоголя и его последствия - проблема не отдельных индивидов, а общества в целом, и острота возрастает по мере увеличения производства алкогольных изделий.

Крупным фактором, способствующим росту потребления алкоголя, являются низкие цены на спиртные напитки.

Так, например, в большинстве стран мира бутылка коньяка стоила в 2-3 раза выше, чем скажем мужские ботинки. У нас же, на стоимость мужских ботинок можно было купить - 3-5 бутылок водки. Везде алкоголь считается деликатесом, чтобы купить его, надо затратить большие деньги. В данное время, с начала 90-х годов, стоимость вина стала вообще ничтожной, по сравнению с продуктами питания. Особенно дешево продается американский спирт-сырец \* "Роял", сильно ядовитый. Им отравилась уже не одна тысяча человек, и, несмотря на протесты врачей и публикации в газетах, он и ввозится в страну без пошлин и продается в ларьках дни и ночи.

В настоящее время даже по сравнению с нашими прежними ценами спиртные изделия продаются совсем дешево, если сравнивать со стоимостью продуктов питания.

До реформы бутылка водки стоила 6 р. 80 коп. На эту сумму можно было купить почти 3 кг сливочного масла.

Ныне в 1994 г бутылка водки стоит дешевле 1 кг мяса.

**ЛОЖЬ:** от вина не умирают. В России уже тысячу лет пьют, а она все расширяется. Народ не вымирает, а его становится больше.

**ПРАВДА:** В России душевое потребление во все века было самым низким из всех промышленных развитых стран. Уровень потребления колебался волнообразно, но он оставался всегда на самом низком уровне в мире. Но у нас, в связи с тем, что употреблялись более крепкие напитки, пьяных на улице можно было встретить больше, чем, скажем, во Франции или Италии, где душевое потребление было много выше. Но так как там употребляли натуральные вина низкой крепости, пьяные на улицах встречались реже и алкогольных смертей

было меньше, чем у нас. Но, начиная с пятидесятых годов душевое потребление, как по команде из-за рубежа, у нас катастрофически резко стало нарастать и уже в шестидесятых годах вышло на одно из первых мест в мире. Это совпало с тем периодом, когда американский президент Кеннеди сказал: - Русских войной  
взять  
нельзя. Их надо разложить изнутри. И для этого надо использовать три фактора: водка, табак и разврат.

Для выполнения этой идеи многомиллиардный бюджет ЦРУ был переориентирован в основном на Россию.

**ЛОЖЬ.** Сухой закон нигде никакой пользы не приносил и принести не может. В США его в свое время ввели, но быстро отказались ввиду неэффективности. В России тоже, говорят, был введен сухой закон, но долго не продержался, т.к. пользы от него не было. Стали больше гнать самогон, увеличилась контрабанда алкоголя из-за границы, и т.д.

**ПРАВДА,** Если алкогольная мафия, не стесняясь лжет, когда вопрос идет об алкоголе и табаке, то в вопросах о сухом законе, она превзошла сама себя. Нет такой беспардонной лжи и дискриминации, которые бы все враги трезвости не распространяли бы по поводу сухого закона 1914-1928 гг. или Указа Правительства от 1985 г. "О преодолении пьянства и алкоголизма". А все это потому, что "сухой закон" оказал такое великое оздоравливающее влияние, что вся мафия перепугалась. Сначала она строго замалчивала этот вопрос, а когда замалчивать стало невозможным, стала обливаться его грязью, применяя свой излюбленный метод беспардонной лжи.

Вот историческая правда: в 1914 г. уже в преддверии и даже в начале войны, под давлением общественных патриотических сил, был издан царский указ о запрещении производства и продаже всех видов алкогольной продукции, на  
всей  
территории  
России.  
О том, какое благотворное влияние на все стороны жизни народа и государства России оказал этот закон имеется строго объективная научная литература. Поэтому, те, кто пишут, что он "не принес ничего хорошего" просто нагло лгут. На самом деле страна сразу же ожила: резко снизилась преступность, резко снизилось количество пьяниц и психических больных.

На производстве уже через год производительность труда повысилась на 9-13 процентов. Прогоулы снизились на 30-40%. В сберегательные кассы потекли крупные суммы денег, которые позволили министерству финансов ставить вопрос о больших финансовых реформах.

Главное же - это отношение народа к этому закону. Мафия предупреждала, что начнутся алкогольные бунты, будут громить винные магазины. На самом же деле народ воспринял это постановление как большой национальный праздник. И при опросе населения 84% высказались за то, чтобы сухой закон оставить не на время войны, как писалось в Указе, а на вечные времена.

Депутаты Госдумы от крестьян обратились к царю со специальной просьбой. Они писали: "Сказка о трезвости - этом преддверии земного рая стала на Руси правдой. Понизилась преступность, затихло хулиганство, сократилось

нищенство, опустели тюрьмы, освободились больницы, настал мир в семьях, повысилась производительность труда, явился достаток. Несмотря на пережитые потрясения (мобилизация и война), деревня сохранила и хозяйственную устойчивость и бодрое настроение. Да будет стыдно всем тем, которые говорили, что трезвость в народе немислима, что она не достигается запретом. Не полумеры нужны для этого, а одна решительная бесповоротная мера. Изъять алкоголь из свободного обращения в человеческом обществе на вечные времена".

О нашем сухом законе английский общественный деятель Ллойд Джордж сказал: "Это самый величественный акт национального героизма, который я только знаю".

В течение 1914-25 гг. душевое потребление в стране приблизилось к нулю, составляя 0,1-0,2 литра. Этот закон оказал большое воспитательное и самое благотворное влияние на ум и нравственность людей. Несмотря на его отмену, душевое потребление в стране колебалось от 0,83 до 2,0 л и только в пятидесятых годах начался катастрофический рост душевого потребления алкоголя, выйдя в восьмидесятых годах на первое место в мире.

Не меньшей дискриминацией подвергся и Указ Правительства 1985 г. о борьбе с пьянством и алкоголизмом, не говоря о том, что по поводу этого закона ни радио, ни телевидение не удостоились предоставить слово трезвенникам, они косвенно делали все, чтобы скомпрометировать его.

**ЛОЖЬ:** Указ 1985 г. привел к тому, что люди стали больше употреблять самогона и суррогаты, возникли перебои с сахаром, т.к. из него стали гнать самогон, стали рубить виноградники, за водкой возникли очереди, позорящие страну... По вине этого Указа страна за пятилетку недополучила в бюджет более 30 миллиардов рублей.

**ПРАВДА:** душевое потребление снизилось по различным регионам от 2 до 5 раз. Впервые за многие годы на работе перестали пить и жены увидели дома трезвых мужей. Не по слухам, распространяемых алкогольной мафией, а по статистическим данным, самогон стали гнать меньше, отравлений суррогатами стало меньше.

Действительно, в бюджет за пятилетку, поступило средств меньше на 39 миллиардов. А если учесть, что каждый рубль, полученный за алкоголь несет 4-5 рублей убытка, то это значит, что мы сохранили в стране 150 миллиардов. Среди ценностей, которые мы получили от недопитого алкоголя, мы получили бесценную прибыль.

За 1986-87 годы, то есть, относительно более трезвое время, рождалось в год по 5,5 миллионов новорожденных, на 500 тысяч в год больше, чем за предыдущие 20-30 лет. Умирало ежегодно на 200-300 тысяч меньше. Продолжительность жизни мужчин увеличилась на 2,6 года. Прогулы снизились на 30-40%. Повысилась производительность труда. В сберкассы денег поступило на 46 миллиардов больше, чем обычно, увеличилось поступление на многие миллиарды от продажи неалкогольных и других продуктов и товаров.

Такова правда. Что же касается того, что сахар стали больше потреблять из-за самогона, то по статистике никакого увеличения сахара в эти годы не было.

Что же касается очередей, то их создавала торговая мафия специально. Сократив продажу водки на 20-30%, количество магазинов, торгующих водкой сократили в 10 раз, чем и были вызваны эти очереди, которые специально снимали и показывали по телевизору.

Эффект от этого Указа оказался настолько благотворным для народа, что алкогольная и вся торговая мафия забеспокоились. Продажные борзописцы и средства массовой информации стали вопить, что народ чуть ли не готов восставать, требуя увеличения продажи водки. Между тем, весь народ впервые за многие десятилетия почувствовал дуновение свежего трезвого ветра. И если бы не происки этой мафии, мы бы наладили быстро здоровую трезвую жизнь.

Что касается того, что "стали вырубать виноградники", то это также очередная провокация. В постановлении было сказано, что в период, когда перезревшие лозы заменяются молодняком, необходимо больше сажать сладких сортов, для потребления винограда в свежем виде.

Мафия, снимая один процесс - уничтожения старой посадки, не показывала второй - посадки молодой лозы и кричала на весь мир, будто идет сознательное уничтожение виноградников. То есть это был очередной трюк алкогольной мафии.

Особенно быстрый рост потребления алкоголя в стране наметился за последние 20 лет, что привело к самым неблагоприятным последствиям.

Очень тяжелыми являются людские потери. Если бы в нашей стране сохранился уровень рождаемости 1960 г., мы бы за 20 лет имели дополнительно 30-35 миллионов человек. С 1960 по 1980 гг. смертность в нашей стране повысилась с 7,1 до 10,4 на тысячу, т.е. на 47%. И это при условии, что за эти годы мы выпустили дополнительно сотни тысяч врачей, построили тысячи больниц и других лечебных учреждений. В нашей стране работают свыше миллиона врачей, то есть треть всех врачей и 1/5 всех ученых мира.

Согласно данным ВОЗ, каждый третий умирающий в мире - жертва алкоголя, каждый пятый умирающий в развитых странах - жертва курения. Это значит, что мы теряем ежегодно почти 900 тысяч человек по вине алкоголя и свыше 500 тысяч по вине табака. Всего за последние 20 лет из-за этих ядовитых продуктов, так широко пущенных в нашу торговую сеть, мы потеряли не менее 15-18 миллионов человек!

С 1960 по 1980 гг. смертность в нашей стране повысилась значительно больше, чем в других странах, что соответствует и более быстрому росту душевого потребления алкоголя. С 1950 по 1970 гг. смертность уменьшилась в Японии - с 10,6 до 6,0, в Китае - с 17,6 до 6,2. В 1960 г. смертность в нашей стране была одной из самых низких, и душевое потребление алкоголя было почти самым низким в мире. Ныне оно в числе самых высоких. И других причин, объясняющих такое неблагополучие, кроме безудержного роста алкогольного потребления и курения, мы не знаем.

К прямым людским потерям, исчисляемым в 45-50 миллионов человек, надо отнести еще и целую армию "живых трупов" в лице пьющих.

Потребление алкоголя сказывается на потомстве и приводит к деградации нации, к деградации расы. Новейшие исследования показали, что вредные последствия алкогольных употреблений отцов отражаются более на дочерях, чем на сыновьях. Таким образом, зло алкоголизма мужчин более отражается в нисходящих поколениях на женщинах, чем на мужчинах. Вот почему женщинам необходимо знать, что алкоголизм угрожает им в первую очередь, а через них их будущей семье и обществу; он переносится ею тяжелее и дает более трагические последствия. И если 40 лет назад женский алкоголизм по отношению к мужскому составлял сотые доли процента, то ныне он по некоторым странам достигает мужского, то есть возрос во много раз.

Трудно допустить, что грамотные люди не знают всей правды о вине. Алкоголь расстраивает здоровье миллионов людей, увеличивает смертность при целом ряде заболеваний, является причиной многих физических и психических болезней, дезорганизует производство, разрушает семье, резко увеличивает преступность и в значительной степени подтачивает моральные устои любого общества, народа и государства. Однако самым большим злом является то, что он ведет к прогрессирующей деградации нации и человечества в целом, вследствие появления высокого процента умственно неполноценных детей.

**ЛОЖЬ:** когда захочу, тогда и брошу пить. Так говорили, начиная пить, все пьяницы и алкоголики. Они и теперь это повторяют.

**ПРАВДА:** эти люди не могут "захотеть". И миллионы из тех, кто, начиная пить, повторял эти слова, скатываясь по скользкой дорожке до принудительного лечения и психиатрической больницы.

Беря первую рюмку в руки, каждый должен понимать, к чему ведет тот путь, на который он становится. Это путь преступлений и тяжелых испытаний, путь разрушения семьи и общества, путь гибели человечества. Не каждый дойдет до преступления, но каждый пьющий этому способствует вольно или невольно и является кандидатом в алкоголики!

В первую очередь страдает сам пьющий. Он ворует у себя нормальную жизнь. Конечно, ему кажется, что уже через день от хмеля не осталось и следа. Однако исследования показывают, что самые высшие отделы человеческого мозга, те, в которых заложены мыслительные способности, память и ассоциации, оказываются в состоянии паралича еще много дней спустя после "умеренной" дозы алкоголя, особенно принятой повторно.

Находясь постоянно под легким "наркозом", он не видит и не может ощущать полного счастья ни от семьи, ни от детей, которые растут нередко нервными или психически неполноценными. Пьющий человек болеет во много раз чаще, чем непьющий, и болезни у него протекают значительно тяжелее, чем у трезвенников.

По существу, все пьющие - добровольные самоубийцы, которые за призрачное удовольствие побыть под хмельными парами расплачиваются болезня-

ми и ранней старостью. Нельзя сравнить, двух людей одного возраста, особенно после 50-60 лет, если один из них пьет, а другой нет.

У пьющего рано проступают признаки преждевременной дряхлости, изношенности организма, как будто он длительное время страдал изнурительной болезнью. Взгляд его тусклых глаз выражает усталость и безразличие, кожа суха и покрыта морщинами. Это объясняется глубокими и ранними изменениями в самом веществе головного мозга, а кроме того, - ранней гипофункцией и даже атрофией многих эндокринных желез. У пьющих людей довольно рано наступают изменения в половой сфере, включая потерю либидо, уменьшение продукции и даже атрофию семенников.

Но самое главное, у человека пьющего, резко обедняется его психическая жизнь, все больше отходя от высоких человеческих идеалов. Высшие ассоциативные центры, являющиеся более чувствительными к вредным агентам, таким, как алкоголь, угнетаются раньше. Самоконтроль ослабевает, берут верх низшие инстинкты. Поэтому пьяницы и алкоголики - это люди часто с грубыми, изменчивыми наклонностями, с низкой трудовой дисциплиной. Постепенно они опускаются еще ниже, общество полностью теряет над ними социальный контроль.

Употребление алкоголя приносит неисчислимы бедствия обществу. Оно разрушает семью. От 60 до 88% разводов совершается по вине пьянства одного или обоих супругов. А это значит, что миллионы детей становятся полусиротами, а то и круглыми сиротами несмотря на то, что оба родителя живы. По вине пьянства мужчин миллионы женщин в продуктивном возрасте остаются одинокими и бездетными, что само по себе наносит огромный ущерб обществу. Дети, оставшиеся без родителей, легко становятся на путь нарушения закона, рано начинают пить и пополняют армию преступников и алкоголиков, что оказывает вредное влияние на нормальное состояние общества.

Нарушение закона и преступления также совершаются чаще всего под влиянием алкоголя. Девять десятых преступлений, пятнающих человечество, совершено по вине алкоголя, писал Л.Н.Толстой.

Не менее тяжелым для нашей страны является резкое падение прироста населения в связи с потреблением алкоголя.

При массовом употреблении алкоголя неизбежен рост умственно неполноценных людей различных степеней, начиная от дурного или "взрывного" характера до полных идиотов.

## **ТРОПОЮ ЗЛА**

Последние десятилетия пьянство охватило почти все страны, а внутри страны почти все слои населения. По данным ученых средняя продолжительность жизни пьющих на двадцать лет меньше непьющих. У пьющих людей главными причинами, приводящими к смерти, является рак пищеварительной системы, пневмония, цирроз печени, суицидные попытки. Смертность от спе-

цифических и дегенеративных изменений мышцы сердца у пьющих в два раза выше, чем среди всего населения.

Один из важнейших показателей здоровья - временная утрата трудоспособности. В США временная нетрудоспособность у пьющих в четыре раза продолжительнее, чем у непьющих. По причинам, связанным с потреблением алкоголя, страна теряет около тридцати миллионов рабочих дней в году. У пьющих на первом месте стоят простудные заболевания, на втором -- травматизм, в том числе у 70% - бытовой, который почти в восемь раз чаще, чем у непьющих. Затем идут заболевания сердца и сосудов, периферической нервной системы и т.д. В результате, по гипертонической болезни нетрудоспособность у пьющих почти в четыре раза выше, чем у трезвенников.

В нашей стране 80% нарушений трудовой дисциплины связано с употреблением алкоголя. У пьющих прогулов в шесть раз больше, чем у остальных рабочих, а расходы на медицинскую помощь больше в три раза.

Беглое упоминание некоторых сведений о тех последствиях, которые несут за собой употребление алкоголя, должно бы ужаснуть каждого, кто хоть немного думает о себе, о своих близких, о своем народе. Между тем многие люди, бездумно относясь к своему здоровью и к своему будущему, пьют, а многие им в этом помогают.

Если коротко ответить на вопрос, почему люди пьют, надо сказать: пьют потому, что это наркотик, который широко рекламируется и свободно продается. Пьют потому, что алкоголь сделали легализованным наркотиком и продают его по дешевой цене, пьют потому, что не знают правды об алкоголе. Основная причина в этом. Остальное - "предпосылки", которых столько, сколько пьятиц на Земле.

Но тут сразу же будут возражения.

"Позвольте, ведь не все же становятся пьятицами, даже не все люди вообще употребляют спиртные напитки?!"

Да, конечно, все зависит от индивидуальных особенностей того или иного человека, от его интеллекта, силы воли, эрудиции. Кроме того, это зависит от окружающей среды, от внешних условий его жизни к т.д. Но это второстепенные вопросы, главное же то, что это наркотик. Не учитывать основной момент при обсуждении данной проблемы - это значит ломиться в открытые двери.

В тот период времени, когда еще не были достаточно известны свойства алкоголя как наркотического яда, второстепенные вопросы, совершенно правильные для того времени, считались как основные. Сейчас же данные науки расширили наши представления о всей проблеме в целом, и мы обязаны подходить к решению этого вопроса с современных позиций.

Ф.Энгельс объяснял распространение алкоголизма двумя причинами: тяжелыми условиями жизни трудящихся при капитализме и общедоступностью спиртных напитков. В наших социалистических условиях действует второй фактор, а именно - общедоступность.

"Но все же, что заставляет людей употреблять этот ядовитый продукт, который не приносит человеку никакой пользы, а несет одни несчастья ? - спросите Вы.

Здесь имеет значение чисто наркотическое свойство алкоголя, сохраняющего иллюзии, за которые слабый человек и цепляется в надежде хоть на время почувствовать себя тем, кем он хотел бы себя видеть. Алкогольная пропаганда и старается иллюзии выдать за реальность, освещая состояние эйфории как истинное повышение" жизненных показателей человека.

Причина тяги человека к алкоголю и лежит в его эйфорическом действии. Человек, выпив, чувствует себя более развязным, ему начинает казаться, что он с легкостью может преодолеть все трудности и житейские невзгоды. Это состояние слабым и безвольным натурам особенно нравится. Ради кратковременных иллюзий они идут на то, что после у них наступает отвратительное состояние похмелья. После двух-трех таких эйфорий вступает в свои права наркотик, который постепенно захватывает человека полностью. Его воля слабеет.

В ряде случаев действует прямое влияние родителей, которые нередко сами угощают детей вином.

Очень многие ученые пишут о том, что распространению пьянства в значительной мере способствует психологический климат, в котором живет и трудится человек. При этом большую роль играет общественное отношение к употреблению алкоголя, которое формируют средства массовой информации.

Некоторые писатели стремятся выискивать причины пьянства в пережитках прошлого, в "тлетворном влиянии Запада", что надо рассматривать как недопустимое упрощение и непонимание условий современной жизни. О каких "пережитках" можно говорить, когда ныне потребление спиртных напитков в 4-5 раз выше, чем в довоенной, так называемой "пьяной России".

И если бедность, бесправие, нищета и толкали некоторую часть населения к потреблению спиртного, то этому способствовала сознательно и целенаправленно целая группа хищников, которые наживались на распространении алкоголя.

В наших условиях, когда полностью уничтожены социальные факторы, способствовавшие распространению пьянства в прошлом, на первое место выступают социально-психологические факторы и в первую очередь общественное мнение.

К употреблению алкогольных изделий предрасполагают также дефекты воспитания. Родители показывают дурной пример, потребляя вино или водку при детях. Среди злоупотребляющих алкоголем большинство воспитывалось в семьях, где алкогольные напитки употреблялись часто. По данным Ю .П. Лисицина и Н. Я. Копыта, 96,2% лиц, злоупотреблявших алкоголем, впервые приобщились к нему до пятнадцати лет, а треть из них вкус вина познали до десяти лет. Характерно, что детям в возрасте до десяти лет алкоголь впервые предложили близкие родственники. По данным тех же авторов, к 19 годам самостоятельно и систематически употребляли спиртные напитки (не менее двух раз в месяц) почти 90% обследованных. В школе же противоалкогольному и проти-

вотабачному воспитанию не уделяется должного внимания. При обследовании учащихся выявлено, что 49,8% мальчиков и 36,9% девочек в 9-Ю лет познали вкус спиртного.

Большую роль играют нездоровые традиции, возникшие в последние десятилетия под влиянием телевизионных передач и кинокартин, где любые встречи и события сопровождаются, как правило, обильными винопитиями без всякого осуждения этого со стороны авторов.

Немало способствует распространению пьянства снисходительное, благодушное отношение к этому явлению значительной части населения, которое под влиянием общественного мнения считает неудобным принять гостей или организовать встречу друзей без алкоголя. В этом отношении наша интеллигенция не только не подает хорошего примера, но, наоборот, показывает отвратительные образцы бескультурья.

Большую роль в распространении пьянства играют недостатки в санитарно-просветительной работе среди населения. По существу вся эта работа сводится к тому, что по телевидению показывают алкоголиков в стадии деградации, обвиняют в том, что они спились, стыдят их, в то время как их надо не стыдить, а лечить.

Многие исследователи, изучающие клинические аспекты алкоголизма, придерживаются мнения, что это не одно заболевание, а два: эмоциональное расстройство и интоксикация. Специалисты почти единодушно характеризуют личность пьяниц следующими чертами: эгоцентризмом, слабой сопротивляемостью трудностям, зависимостью, стремлением найти какую-то опору вне себя, преувеличенным мнением о своих возможностях, манией величия. Эти черты, по-видимому, служат компенсацией испытываемого в глубине души чувства собственной неполноценности. Это мнение о личности пьяниц можно в значительной степени перенести и на каждого пьющего, поскольку многие из них потенциальные алкоголики.

Некоторые специалисты подчеркивают роль алкоголя как питательного вещества. Безусловно, при его употреблении выделяется значительное количество энергии, равной 7 калориям из грамма чистого спирта. Однако эта энергия растрачивается нецелесообразно. Алкоголь идет не на создание, как белки, жиры и углеводы, а на сгорание. Он хаотически сгорает в организме и в своем пламени сжигает другие питательные вещества. При этом он сгорает вне потребностей организма, не являясь строительным материалом.

Наука в настоящее время полностью исключает какую-либо пользу алкоголя для организма. Вред же его огромен. Особенно коварен и опасен он тем, что быстро превращает пьющего человека в пьяницу со всеми вытекающими отсюда последствиями до хронического алкоголизма и тяжелых психических заболеваний. Чтобы стать алкоголиком, не требуется много труда. Достаточно начать пить, приучиться преодолевать защитный барьер организма -отвращение к спиртному, и вскоре его самого уже тянет к вину, как и ко всякому другому наркотику. У такого человека не хватает воли и ума, чтобы вовремя бросить пить, и он начинает пить постоянно. Ускоренному пути к алкоголизму способ-

ствуется врожденное ослабление защитных механизмов организма и слабая сила воли.

Конечно, не каждый пьющий становится алкоголиком. Мощные защитные силы заложены в человеке, благотворная микросреда, большая сила воли, внутренняя культура отдельных людей предупреждает некоторых от скатывания в болото алкоголиков. Эти-то примеры и создают у окружающих иллюзию безнаказанности пьянства. Эта иллюзия является одной из ведущих причин повсеместного распространения привычки к употреблению спиртных напитков, которая во многих случаях ведет человека к гибели.

Росту потребления алкоголя способствует изготовление не только государственного, но и кустарного хмеля (самогон, чача, вино), который не был вытеснен продажей водки. В результате, после отмены "сухого" закона производство алкоголя к 1973 г. возросло в 20 раз, в том числе самогона в 8 раз.

Люди начинают пить, потому что не знают правды о вине, так как вокруг спиртных напитков все время создается ложная реклама. Она заложена уже в том, как люди говорят о вине: "винцо", "коньячок", "водочка", "ах, как хорошо", "вот это здорово", "пей до дна", "на здоровье", "пьяница проспится, дурак никогда", "пошла по жилам чарочка" и т.д. Такие слова человек слышит с детства, и у него с ранних лет остается такое чувство, что это нечто хорошее, о чем говорят с нежностью: 'он любит в обед пропустить чарочку, другую'. Создается впечатление, что это что-то полезное, что "улучшает аппетит, согревает, веселит, делает человека сильным и храбрым". А если так про это вино говорят, тем более близкие, родители, родственники или солидные люди, ученые, писатели и т.д., - значит, это правда, значит, надо пить ! И если человек выпил первый раз и, убедившись, что это гадость, скажет об этом откровенно, его засмеют, пустят в его адрес целую гору обидных замечаний, а то и просто оскорблений: "какой ты мужчина?", "какой ты рабочий, если пить не умеешь?", "какой ты моряк?", "какой ты студент?" и т.д. Для любой профессии найдутся подходящие слова, чтобы выразить ему свое возмущение, убедить, что он ошибается, высказавшись отрицательно о водке.

Не каждому хочется быть плохим мужчиной, поэтому он в следующий раз, как бы ему не было противно, будет говорить: "Ах, как хорошо", вводя в заблуждение тех, кто еще не пробовал вина на вкус. А дальше? А дальше вступит в свои права наркотик, затуманивающий высшие центры мозга и создающий привыкание и потребность.

Невольно возникает вопрос, зачем пьющие люди, зная, что это гадость и вред, так настойчиво угощают, чуть не до ссоры, чтобы непьющий человек тоже с ним пил.

Почему пьющий не терпит трезвого? Да потому, что он отлично понимает, как отвратительно и глупо выглядит он по сравнению с трезвым. И он инстинктивно стремится этого избежать. Когда в компании все пьяные, они все воображают себя умными и талантливыми, но, понимая, что это не так, что это как раз наоборот, не хотят, чтобы кто-то в глубине души смеялся над ними.

Другая причина чисто эгоистическая: он отлично понимает, что отравляет себя и причиняет себе вред. И этот вред уже чувствует, но не может в этом сознаться даже себе, потому что не может бросить пить. Но если причиняет вред себе, то почему рядом сидящий за столом, не вредит себе? Нет! Пусть и он отравляется, раз находится в нашей компании!

Наконец, человек, выпив, чувствует потребность раскрыть себя и показать перед другими свою красивую, благородную душу! Он хочет заставить людей уважать себя. Задерживающие центры ослабли, но в глубине души какое-то подсознательное чувство, заложенное, может быть, в подкорке, говорит ему, что трезвому это неинтересно и смешно. Он чувствует себя как бы связанным перед трезвым и потому не может терпеть трезвого около себя. Только перед такими, как он, пьяными, он может полностью раскрыть себя, показать свой ум, свою силу, которая, ему кажется, переполняет его. Поэтому так часто, схватив своего соседа за рукав или за пуговицу, выпивший говорит и говорит о своих достоинствах и победах, потому-то все компании с выпивкой так однообразны и не оставляют после себя ничего, кроме головной боли. Так или иначе, пьющие люди являются рассадником пьянства.

Что же касается выражения "пей до дна", то оно должно быть полностью исключено и может быть применено только в том случае, когда речь идет о молоке или соке. Надо перестать говорить о вине или водке в ласкательном духе. Ибо такой разговор создает психологический настрой положительного заряда.

Пьют потому, что создано положительное общественное мнение вину в том или ином виде. Если же мы хотим победить это зло, то прежде всего, надо перестроить наше сознание в сторону его отрицания. Надо, чтобы люди твердо знали и говорили в один голос, что алкоголь - это яд, разлагающий человека и общество. Он несет зло и гибель людям в любом виде и в любой дозе.

## "ВИНО СКОТИНИТ И ЗВЕРИТ"

**Ф.М.Достоевский**

"Из всех пороков пьянство более других несовместимо с величием духа".  
Вальтер Скотт

**ЛОЖЬ:** сухие вина полезны, "умеренные" дозы безвредны, "культурное" винопитие - ключ к разрешению алкогольной проблемы.

Начатая с конца 50-х и начала 60-х годов пропаганда "умеренных" доз развернулась энергично.

В речах и статьях сквозило, что потребление алкоголя чуть ли не государственная установка и она не подлежит изменению. Весь вопрос заключается в борьбе с излишествами, со злоупотреблением, то есть с алкоголизмом.

**ПРАВДА:** каждому образованному человеку ясно, что бороться с алкоголизмом, не борясь с потреблением алкоголя, - бессмысленная вещь. Учитывая, что алкоголь - наркотик и протоплазматический яд, потребление его неизбежно приведет к алкоголизму.

Вести борьбу с пьянством, не запрещая потребление алкоголя, равносильно бороться с убийством во время войны. Говорить, что мы не против, мы за вино, но мы против пьянства и алкоголизма - это такое же ханжество, как если бы политики говорили, что мы не против войны, мы против убийства на войне. Между тем, совершенно ясно, что если идет война, будут и раненые и убитые, что если имеет место потребление спиртных напитков, то будут пьяницы и алкоголики. Не понимать этого могут только те, кто совершенно отравил свой мозг алкоголем, или же те, кто удовлетворен теперешним положением дел, кто хотел бы "стабилизации достигнутого уровня потребления".

Один из корифеев борьбы за трезвость, социолог из Орла И.А.Красноносое в своем письме приводит таблицу потребления алкоголя, составленную на основании данных ЦСУ, опубликованных в печати, из которой видно, что если за единицу принять уровень потребления алкоголя в 1950 г., то в 1981 г. уровень потребления повысился более чем в 10 раз. Он пишет, что цифры душевого потребления алкоголя, опубликованные в 1940, 1964 и 1978 гг., так же, как во Франции, не учитывают нелегального алкоголя. Он составляет (как считают французы) от 50% до 100% к легальному (Ю. П. Лисицин и Н. Я. Копыта).

Что такое "нелегальный" алкоголь? Это ворованный спирт! Ворованные напитки на винозаводах, самогон, садоводческие вина, суррогаты, промышленный спирт и, наконец, государственные и колхозные вина ("червивки"), пропущенные в продажу "сверх плана".

Ориентировочный расчет этих нелегальных факторов алкоголизации населения по состоянию на 1980 г. дает примерное удвоение официального "душевого потребления", а именно - не менее 18,5 л абсолютного алкоголя на душу населения в 1980 г. в девяностых годах эта цифра стала много больше.

Несмотря на столь тревожные цифры, в печати даже в 80-х годах продолжали вести упорную борьбу с теми, кто обосновывает неизбежность трезвого образа жизни.

Сейчас уже очень многим становится ясно: пьянство приняло у нас такие размеры, что, если не остановиться, последствия его станут необратимыми.

Вред от употребления спиртных напитков настолько очевиден, что уже никто в наше время не может защищать его открыто. Защита идет путем различных демагогических ухищрений.

Основное направление, по которому\* идет непрекращающееся насаждение пьянства и алкоголизма, это пропаганда так называемого "умеренного" и "культурного" винопития.

Считается элементарным правилом: прежде чем ученый начнет писать по тому или иному вопросу, он должен быть знаком с предыдущей литературой, с произведениями, написанными хотя бы классиками.

Н.Е.Введенский писал: "Устанавливать какие-либо нормы потребления, говорить о том, какие дозы могут считаться "безвредными", а какие уже вредными организму, - все это вопросы в высшей степени условные и иллюзорные. Между тем подобными вопросами стремятся отвлечь внимание от разрешения

практических вопросов по борьбе с пьянством как общественным злом, сказывающемся крайне губительно на благосостоянии народа, экономическом и нравственном, на его работоспособности и благоденствии. Подобное возбуждает во мне крайнее удивление и даже негодование. В другом месте он пишет: "Действие алкоголя (во всех содержащих его напитках: водки, ликеры, вина, пиво и т.д.) на организм в общем сходно с действием наркотических веществ и типичных ядов, как хлороформ, эфир, опий и т.п.

Как и эти последние, алкоголь в слабых дозах и вначале действует как бы возбуждающим образом, а позднее и в более сильных дозах - парализующе как на отдельные живые клетки, так и на весь организм. Указать количество алкоголя, при котором он мог бы действовать только в первом смысле, совершенно невозможно...".

Это значит, что невозможно определить "умеренную" дозу, которая не действовала сразу же парализующе. Как же можно рекомендовать "умеренные" дозы, если даже ученый не может определить, что это такое!

Корифей русской психиатрии В. М. Бехтерев писал: "С тех пор, как доказан безусловный вред алкоголя с научно-гигиенической точки зрения, не может быть даже речи о научном одобрении "малых" или "умеренных" доз алкоголя. Всем известно притом, что начало всегда выражается "малыми" дозами, которые постепенно переходят в дозы большие и большие по закону тяготения ко всем вообще наркотическим ядам, к каковым относится прежде всего алкоголь".

Все выдающиеся люди отлично понимали зловещую сущность пропаганды "умеренных" доз. Нельзя писать о пьянстве, предварительно не прочитав произведений, оставленных нам Л. Н. Толстым. Он очень обстоятельно, философски изложил вопрос об "умеренном" винопитии. Лучше не скажешь. А главное, все правильно и подтверждено наукой.

В 1890 г. он писал: "Ужасны для отдельных лиц, как описывают нам, последствия потребления опия и гашиша; ужасны знакомые нам потребления алкоголя на отъявленных пьяницах; но без сомнения ужаснее последствия для всего общества того, считавшегося безвредным, умеренного потребления водки, вина, пива и табака, которому предаются большинство людей, а в особенности образованные классы нашего мира. Эти последствия должны быть ужасны, если признать то, что нельзя не признать, что руководящая деятельность общества - деятельность политическая, научная, литературная, художественная производится большей частью людьми, находящимися в ненормальном состоянии, людьми пьяными.

Человек, выпивший накануне бутылку вина, стакан водки или две кружки пива, находится в обычном состоянии похмелья или угнетения, следующего за возбуждением, и потому в умственно подавленном состоянии, которое усиливается еще курением. Для того, чтобы человек, курящий и пьющий, постепенно привел мозг в нормальное состояние, ему нужно пробыть по крайней мере неделю или более без употребления вина и курения. Этого же почти никогда не бывает!".

Димитр Братанов, член ЦК Болгарской компартии, писал в "Рабочей газете" 20 мая 1982 года: "Мы резко выступаем против попытки учить людей "умеренно" пить - это беспринципный путь. Там, где пропагандирует "умеренное" питье, сводится на нет вся эффективность воспитательной работы, отрицается значение личного примера. Одна из причин, снижающих влияние нашего движения за трезвость, заключается в том, что в нем участвуют люди, считающие, что могут пить "умеренно". И вот находятся люди, которые вновь поднимают вопрос об "умеренных дозах".

Некоторые ревнителю пьянства, понимая, что пропаганда "умеренных" доз слишком явно противоречит данным науки и жизненному опыту, категорически против трезвости, но рекомендуют пить "культурно". Таких ревнителей "культурного" винопития находится все больше. И они не стыдятся об этом писать, хотя сами отлично понимают, что это такая же глупость, как говорить о горячем льде или мягком граните.

Еще Н.А.Семашко писал: "Пьянство и культура - вот два понятия, взаимно исключают друг друга, как лед и огонь, свет и тьма".

Попробуем с научных позиций рассмотреть этот вопрос. Прежде всего ни один из ревнителей "культурного" винопития не сказал, что это такое? Что понимать под этим термином? Как увязать эти два взаимно исключают друг друга понятия: алкоголь и культура?

Может быть под термином "культурного" винопития эти люди понимают обстановку, в которой происходит поглощение вина? Красиво сервированный стол, прекрасная закуска, изысканно одетые люди, и пьют они высшие сорта коньяка, ликера, бургундское вино или кинзмараули? Это культура винопития?

Как показывают научные данные, опубликованные ВОЗ, подобное винопитие не только не предупреждает, а наоборот, создает более благоприятную обстановку для развития пьянства и алкоголизма во всем мире. И по ее данным, в последнее время так называемый "менеджерский" алкоголизм, то есть алкоголизм деловых людей, ответственных работников выходит на первое место в мире. И если в понятие "культура" винопития вкладывается обстановка, то, как мы видим, это не выдерживает критики и приводит нас к еще большему развитию пьянства и алкоголизма.

Может быть ревнителю "культурного" винопития имеют в виду, что после принятия какой-то дозы вина люди становятся культурнее, умнее, интереснее, их беседа более содержательна, наполняется глубоким смыслом? После принятия "малых" и "умеренных" или уже после принятия больших доз? Об этом пропагандисты "культурного" - винопития умалчивают. Разберем оба положения с научной точки зрения.

Школой И. Павлова доказано, что после первой, самой малой дозы алкоголя в коре головного мозга парализуются те отделы, где заложены элементы воспитания, то есть культуры. Так о какой же культуре винопития можно говорить, если после первой рюмки исчезает в мозгу именно то, что приобретено воспитанием, то есть исчезает сама культура поведения человека, нарушаются высшие функции мозга, то есть ассоциации, которые заменяются низшими

формами. Последние возникают в уме совершенно некстати и упорно держатся. В этом отношении такие упорные ассоциации напоминают собою явление чисто патологическое. Изменением качества ассоциаций объясняется пошлость мыслей подвыпившего, склонность к стереотипным и тривиальным выражениям и к пустой игре словами.

Таковы научные данные о состоянии нервно-психической сферы человека, принявшего "умеренную" дозу алкоголя. В чем же здесь проявляется "культура"? Из представленного анализа нет ничего, что хоть в какой-то степени напоминало бы культуру, ни в мышлении, ни в действиях человека, принявшего любую, в том числе "малую" дозу алкоголя.

Я думаю, нет необходимости описывать научные данные поведения человека, принявшего большую дозу алкоголя. Там мы найдем еще меньше моментов в мышлении в поведении человека, что говорило бы о культуре.

Насколько энергично борются некоторые социологи за "умеренное", "культурное" пьянство, настолько же категорично они возражают против полного запрета производства и продажи алкогольных напитков.

Энгельс писал, что основной причиной алкоголизма является доступность алкогольных напитков. Всемирная организация здравоохранения через 100 лет после того, изучив опыт борьбы с алкоголизмом, признала, что распространение алкоголизма регулируется ценами на спиртное, что все виды пропаганды без законодательных мер не эффективны.

Мне как врачу особенно тяжело и больно слушать об "умеренных дозах" и "культурном" винопитии потому, что очень уж часто я встречаюсь с трагедиями, в основе которых лежит "культурное" винопитие и "умеренная" доза. Об этих трагедиях, наверное, все знают, но не все соприкасаются с ними так близко, как врачи.

Почему эти люди не воспитывают культуру общечеловеческого общения без употребления этого яда? Казалось бы, если человек говорит об алкоголизме, как о бедствии, то основная и единственная задача должна быть - воспитание в человеке отвращения к нему, а не приписывать алкоголю какие-то "культурные" свойства, которых у него нет и быть не может.

Характерно, что все те, кто борется против "сухого" закона, не приводят ни одной цифры, ни одного научного факта. Лишь общие рассуждения: "больше", "чаще" и т.д.

Однако само стремление народа к трезвой жизни неизбежно и неотвратимо как к здоровому, прогрессивному образу жизни, ибо сама жизнь, сам прогресс, какие бы препятствия ни стояли на его пути, идет только по пути добра и правды.

Вот почему, несмотря на то, что некоторые органы печати и средства массовой информации идут по ложному пути, пропагандируя ограничения потребления вина, в народе все сильнее и неотвратимее возникает движение за полное отрезвление народа. Возникают клубы, кружки, общества трезвости, выносятся решения на конференциях и собраниях о том, что надо идти по пути трезвости.

**ЛОЖЬ:** вино снимает напряжение.

**ПРАВДА:** вино создает иллюзию снятия напряжения. На самом же деле напряжение в мозгу и во всей нервной системе сохраняется, и когда пройдет хмель, напряжение оказывается еще большим, чем до принятия вина... Но к этому добавляется еще ослабление воли и разбитость. .

**ЛОЖЬ:** вино необходимо принимать "для веселья".

**ПРАВДА:** веселье и смех - очень важные моменты в жизни человека. Они дают отдых мозгу, отвлекают мысли от повседневных забот, чем укрепляют нервную систему, подготавливая ее к новым трудам и заботам. Но смех и веселье полезны только в тех случаях, когда они возникают у трезвого человека. Пьяного веселья нет и быть не может в научном и разумном понимании этого состояния. Пьяное "веселье" есть не что иное, как возбуждение под наркозом, первая стадия наркоза, стадия возбуждения, которую мы, хирурги, наблюдаем повседневно при даче больному других наркотических средств (эфира, хлороформа, морфия и др.), тех, что по своему действию тождественны с алкоголем и так же, как алкоголь, относятся к наркотикам.

Эта стадия возбуждения ничего общего с весельем не имеет и после нее нет никакого отдыха нервной системе. Наоборот, вместо отдыха наступает угнетение со всеми последствиями (головная боль, апатия, разбитость, нежелание работать и т.д.). Что никогда не наблюдается при трезвом веселье.

Так что алкоголь не друг, а враг веселья. Он сводит на нет то время, которое человек отводит для веселья и отдыха. Вместо этого он получает головную боль и разбитость. Точно так же алкоголь действует при усталости. Выходной день дается человеку, чтобы он и физически, и умственно отдохнул и с новыми силами, с появившимся желанием трудиться принялся за работу после отдыха.

Между тем алкоголь, принятый в выходной день, лишает человека нормального отдыха. У него появляется только иллюзия отдыха, а на самом деле вся усталость не только сохраняется, но еще больше накапливается, отчего понедельник становится днем "тяжелым", так как никакого отдыха нервная система из-за вина не получает.

Во всех подобных случаях алкоголь действует как злой обманщик, создавая видимость добра, он творит зло.

Правда - это могучий фактор в отрезвлении народа, в избавлении его от иллюзий, которых придерживается народ о вине, не замечая того, что от него гибнут сотни тысяч и миллионы людей в самом цветущем возрасте.

Из этого краткого сопоставления Лжи и правды об алкоголе видно, что ложь является сильным оружием в руках тех, кто хотел бы спойть и погубить наш народ. Поэтому, чтобы защитить его от пьянства, несущего за собой деградацию нации, необходимо закрыть доступ всякой неправде об алкоголе и говорить и писать только правду. Тех же, кто под разными предлогами и под разным соусом будет протаскивать ложь об алкоголе, - рассматривать как злейших врагов нашего народа.

Многолетние усилия добиться законодательного запрещения производства и продажи алкоголя, то есть повторить опыт России 1914 года, до сих пор

не увенчались успехом. Последние годы усилия борцов за трезвость были направлены на освобождение пьющих и курящих от алкогольной и табачной зависимости по методу Шичко. Последний состоит в том, что пьющему в течение нескольких дней читаются лекции или ведутся беседы, где говорят правду о губительном влиянии алкоголя на человека, на его здоровье, на его будущее. Слушатели каждый вечер пишут дневники и отвечают на специально заданные вопросы так же письменно.

Через 7-10 дней все слушатели сами отказываются от алкоголя и табака и активно ведут борьбу за освобождение от наркотической зависимости других людей.

При этом все руководители таких занятий, как правило, бывшие алкоголики, единодушно отмечают, что "умеренно" пьющие ни за что не хотят посещать эти занятия и даже ведут упорную борьбу за то, чтобы и другие на эти занятия не ходили.

Новосибирские ученые заинтересовавшись этим вопросом тщательно и всесторонне изучили его и установили очень интересные данные. Они установили, что «культуропитейство» - самая тяжелая форма алкогольной зависимости. Сотни тысяч алкоголиков и пьяниц приходят на курсы, чтобы избавиться от алкогольной зависимости. Культурно-питейщики, как правило, не только не приходят на эти курсы, но и издеваются над теми, кто их посещает. Они хвалятся тем, что они, мол, пьют, а пьяницами не становятся, поэтому надо пить культурно. Именно этим и приносится огромный вред обществу, так как соблазняют молодежь и детей следовать их примеру. Эти люди опаснее и вреднее для общества, чем пьяницы. Алкоголик, валяющийся в луже, не вызовет у ребенка желания следовать его примеру, так как он видит, что алкоголь - это яд, доводящий людей до скотского состояния.

Между тем каждый «культуропитейщик» показывая, что алкоголь якобы приносит только радость, соблазняет молодежь. В среднем такой человек за 17 лет доводит до пьянства 10 человек и одного или двух доводит до смерти, (не редко родного сына или дочь), то есть он становится убийцей. Может быть не всякий «культуропитейщик» превратится в пьяницу или алкоголика, Но, все до одного пьяницы и алкоголики начинали с «культуропитейства.» Вот почему мы вправе считать «культуропитейство» самым вредным и опасным видом потребления алкоголя.

И всякого рода пропаганду "умеренных" доз и культурного винопития рассматривать как враждебную акцию, направленную не на отрезвление, а на спаивание людей.

Между тем стремлением украсить пьянство, сделать его не столь отвратительным, каким оно есть на самом деле, со стороны многих любителей алкоголя, или стремящихся сподать нас, не прекращаются. Совсем недавно я получил письмо от Т. Меркова вместе с брошюрой под названием "Гигиена пьянства". В письме автор просит дать положительный отзыв на его творение, чтобы размножить эту брошюру.

Я ему ответил письмом, из которого видно до какой глупости доходят люди в своем стремлении украсить это безобразное явление в жизни народа, каковым является пьянство.

Чтобы не повторять эти доводы, я приведу выдержки из моего письма, поскольку оно будет ответом и другим, желающим spoить наш народ.

"Уважаемый Т. А. Мерков! Прочитал Вашу брошюру-памятку "Гигиена пьянства" и не могу дать положительного отзыва, так как она основана на ложных постулатах и потому несет ложь. А пьянство держится на лжи, значит Ваша брошюра будет поддерживать пьянство.

Вы, по-видимому, не достаточно знакомы с правдой об алкоголе и не читали правдивую антиалкогольную литературу. У Вас, что ни слово, то ложь, а этой лжи наш народ напичкан достаточно и без Вашей брошюры.

Посудите сами - зачем учить людей гигиене пьянства, когда надо учить гигиене трезвости. Пьянство есть зло, в какие бы наряды его не рядили, и чем красивее Вы его нарядите, тем больше привлечете людей к потреблению алкоголя. Надо говорить не о гигиене пьянства, а об омерзительности пьянства, чтобы людей от одной мысли об алкоголе тошнило.

Как можно говорить о гигиене пьянства, когда алкоголь в любых дозах антигигиеничен. Это издевательство над людьми. Это все равно, что говорить о нежности убийства или о любезном грабеже.

Вы пишете, что "под гигиеной употребления спиртного Вы понимаете культуру человека". Но ведь истинная культура не совместима с потреблением алкоголя, так как еще И.П.Павлов доказал, что от самых малых доз алкоголя у человека в мозгу погибает все, что добыто воспитанием, то есть культура.

В своем письме Вы показываете, что пользуетесь ложными данными, которые нам насаждают враги трезвости. Эта ложь лежит в основе всей Вашей брошюры. Вы пишете, что от запретительных мер пострадала экономика: На самом же деле за каждый рубль, полученный от продажи алкоголя, мы получили 5-6 рублей убытка. Это доказано всеми выдающимися экономистами мира. Вы пишете, что запретительные меры привели к вырубке виноградника. А Вы видели хоть один участок земли, где был вырублен старый виноградник, а не посажен - новый? Это мафия освещает так этот вопрос, а Вы, не проверив, повторяете, то есть опять говорите ложь. А правда заключается в том, что в правительственном Указе сказано: при очередной замене старого виноградника на новый, заменять винные сорта на сладкие. Так мафия, фотографировала вырубку старого, но не фотографировала посадку свежего, сладкого винограда. А наши лежковерные люди охотно верят этой лжи, и сами ее пропагандируют.

Вы пишете, что после Указа "развилось подпольное самогонование". Но ведь это также очередная ложь, так как строго научно доказано, что развитие самогонования идет строго 'в ногу' с ростом официального хмеля; чем больше в продаже официального хмеля, тем больше варят самогон. И доказано, что после Указа наряду с сокращением производства официального хмеля резко сократилось производство самогона.

Тоже самое надо сказать и об отравлениях суррогатами. Официально доказано, что вместе с понижением уровня потребления алкоголя, резко снизилось и количество отравлений суррогатами.

Вы пишете, что после Указа "духовность, культура, медицина, быт - все было оставлено без внимания". По-Вашему, все эти показатели были лучше, пока люди пили больше? Но ведь это же абсурд. Начать хотя бы с того, что в 1986-87 гг наши женщины впервые за много лет могли видеть у себя дома своих мужей трезвыми, которые и читать стали литературу, и вместо пивных шли с детьми в театр, музей.

А Вы знаете, что в 1986-87 гг, когда сократилось потребление алкоголя, у нас родилось на 500 тысяч детей в год больше, чем за десятки предыдущих лет, что продолжительность жизни мужчин увеличилась на 2,6 года, что прогулы снизились на 30-40% ! Это что, от плохих условий жизни и быта ?! Нет, так нельзя писать! У Вас, что ни слово, то - ложь ! А основываясь на лжи можно написать только лживое произведение, которое ничего кроме вреда принести не может.

Извините за категоричность моих суждений. Я убежден, что Вы пишете не со злым умыслом, а не сознательно, - и поэтому не должны обижаться на сказанную правду.

Читали ли Вы мои книги: "В плену иллюзий", "Ламехузы". Если не читали, то постарайтесь прочесть. Там изложена вся правда об алкоголе.

С уважением Углов Ф. Г.

Пропаганда умеренных доз, будучи лживой по существу, является основным препятствием к принятию единственно правильного и неизбежного для человечества решения - полного отказа от алкогольных изделий, в любом виде и в любых дозах. Только тогда человечество придет к нормальной жизни, когда полностью откажется от всех видов наркотиков в любой дозе и, в первую очередь, от вина и табака, как легальных наркотиков.

Среди тех бед, что несут наркотики, и особенно алкоголь, надо особо подчеркнуть рост преступлений. Давно лучшие умы человечества, Всемирная организация здравоохранения, а также статистические данные, подтвердили, что от 60 до 90% преступлений совершается в нетрезвом виде. При этом заядлые алкоголики совершают преступления не так часто. Значительно чаще их совершают пьющие "умеренно". "Выпить для храбрости", так обычно говорят идущие на совершение темных дел. На самом деле пьют чаще не для храбрости, а для заглушения совести, чести, стыда. Как писал Л. Н. Толстой: человеку стыдно украсть, убить, или сделать какой-то недостойный человека поступок, а он выпил вина, и ему не стыдно. Выпив, он "смело" идет на любое грязное дело, на преступление, на убийство.

Этим пользуются те, кто хотел бы, чтобы другой сделал не дозволенный поступок. Для этого, он этого человека напоит. И тот идет на любой грязный поступок, на который, будучи трезвым, он бы не пошел. По мнению многих ученых, прекращение производства и продажи алкоголя, отрезвление общества, позволит закрыть девять десятых тюрем.

Однако редкое правительство идет на это. Ибо "пьяным народом легче управлять". Да и многие из тех, кто управляет страной имеет прямое или косвенное отношение к алкогольной мафии, получая от нее немалые проценты. Иначе трудно объяснить, почему никто в Правительстве даже не поднимает вопрос о трезвости. Мало того, оно строго смотрит за тем, чтобы средства массовой информации не пропустили бы что-нибудь, что поднимет народ на трезвость. С приходом к власти демократов, быстро был скомпрометирован и сведен на нет Указ Советского Правительства о борьбе с пьянством и алкоголизмом 1985 года.

Началась алкогольная вакханалия, которая за последние 2-3 года свела в могилу десятки, а может быть и сотни тысяч тех, кто так легко "клянуул" на бешеную рекламу спирта и табака. Пьянство, как ничто другое способствует и провоцирует преступления. Наряду с гибелью людей от алкоголя, все ярче разгорается пламя самых жутких преступлений, с чудовищными убийствами, ни в чем не повинных людей.

Правительство издает указы, якобы для борьбы с преступностью, оставляя пьянство в стране не тронутым. Для младенца ясно, что при таком разгуле алкогольного беспредела, преступность будет нарастать, сколько бы Указов и Приказов не издавалось. Правительство не заинтересовано в уничтожении ни того, ни другого. Организованное самой властью или преступниками убийство запугивает народ и позволяет безнаказанно издеваться над ним, да и попутно, конечно, не бескорыстно уменьшает православный народ в угоду закордонным правителям. В настоящее время народ должен понимать, что при современном уровне потребления алкоголя преступность не обуздать, ни тем более, приостановить, невозможно.

И первым шагом в борьбе с преступностью должно быть полное отрезвление народа. Опыт России 1914 года показал, что уже через 3-4 недели "опустели тюрьмы, освободились участковые камеры, хулиганство, как рукой сняло" и т.д.

Если 60-90% преступлений совершается людьми, находившимися в нетрезвом состоянии, то лишь одно прекращение производства и потребления алкоголя во много снизит преступность и создаст условия для нормальной борьбы, с преступлениями. Пока мы не прекратили пить, наша страна ни к чему разумному не придет, и быстрыми темпами будет катиться к пропасти. Вот почему седьмой съезд Союза борьбы за народную трезвость, на котором участвовали 270 делегатов, представляющих 58 городов и 6 бывших Союзных республик (РФ, Украина, Беларусь, Молдавия, Казахстан, Таджикистан) единодушно поддержали требование 1700 врачей об официальном признании алкоголя и табака наркотиками, распространив на них закон о борьбе с наркоманией. Их требование, вновь направленное в Правительство и Государственную Думу не может не поддержать ни один из тех, кто любит свой народ и желает ему добра. Только заклятые враги русского народа могут остаться равнодушными и не вынести соответствующего решения в защиту жизни и будущего своего народа.

Здесь приводим это обращение дословно и просим всех, согласных с ним, присоединить свой голос в защиту трезвости. По благословению высокопреосвященнейшего ИОАННА митрополита Санкт-Петербургского и Ладожского.

**По благословению высокопреосвященнейшего ИОАННА митрополита Санкт-Петербургского и Ладожского.**

## **ОРУЖИЕ ПРОТИВ НАЦИИ**

### **Обращение 1700 врачей**

Мы, врачи, профессора и академики медицины обращаемся к Вам с просьбой обсудить и вынести решение об официальном признании наркотиками алкоголя и табака, получивших массовое распространение в нашей стране, причинивших и причиняющих огромный вред человеку и обществу, ставящих под угрозу само существование нашего Отечества как культурного государства.

Все выдающиеся ученые как прошлого, так и настоящего, бескомпромиссно установили, что алкоголь является сильным наркотическим ядом.

А.Н.Тимофеев в книге "Нервно-психические нарушения при алкогольной интоксикации" (П.,1955 г.) пишет: "Алкоголь относится к наркотическим веществам, действующим парализующим образом на любую живую клетку..., особенно на клетки коры головного мозга... оказывает парализующее действие на высшие отделы центральной нервной системы (ЦНС), растормаживает механизмы нижележащих отделов. Этим объясняется возбужденное состояние выпившего человека, так как тормозной процесс в высших отделах уже пострадал".

В. К. Федоров, ближайший ученик И. П. Павлова, в статье "О начальном влиянии наркотиков (алкоголя и хлоралгидрата)" утверждает, что алкоголь есть наркотик, и как всякий наркотик имеет свои особенности, и лишь в деталях отличается от других наркотиков: все фазы влияния алкоголя на ЦНС растянуты... эйфория при алкоголе более отчетлива, чем и объясняется тяготение в человеческом обществе к алкоголю' ("Труды физиологической лаборатории И.П.Павлова, 1949 г.).

И. Я. Введенский считает: "Алкоголь относится к наркотическим ядам и из всех тканей тела имеет наибольшее сродство с ЦНС" ("О вменяемости алкоголиков", М., 1935 г.).

Н. Е. Введенский в 7-м томе ППС (Л., 1963 г.), в статье "О действии алкоголя на человека" говорит о том, что "действие алкоголя во всех содержащих его напитках (водки, ликеры, вина, пиво и т.п.) сходно с действием наркотических веществ и типичных ядов, таких, как хлороформ, эфир, опий и т.п."

В. Т. Кондратенко и А. Ф. Скугаревский в книге "Алкоголизм" (Минск, 1983 г.) пишут: "Основной фармакологическим действием алкоголя на ЦНС является наркотическое".

Особо опасное действие алкоголь проявляет на организм ребенка. По данным фармаколога И. Н. Кракова, у детей, не достигших десяти лет, сильный токсический эффект, то есть отравление и даже смерть наблюдается от 2-3 столовых ложек водки, что соответствует приблизительно 15 г чистого алкоголя (цитир. по Ю. Груббе: "Алкоголь, семья, потомство", 1974 г.).

В 1975 году Всемирная ассамблея здравоохранения вынесла решение: "Считать алкоголь наркотиком, подрывающим здоровье". Даже с формальной стороны признано, что алкоголь - наркотик. В Большой Советской Энциклопедии сказано дословно: что "алкоголь относится к наркотическим ядам" (т.2, стр.116). Госстандарт СССР 1982г.: "Алкоголь, этиловый спирт... Относится к сильнодействующим наркотикам" (№ 1053 ГОСТ 5964-82). Крупнейшие умы мира, такие, как Дарвин, еще в XIX столетии писали, что "зло, причиняемое потреблением алкоголя, превышает те беды, что несут человечеству чума, голод и война вместе взятые".

Несмотря на все эти научные данные, в нашей стране имеет место странный парадокс - наркотический яд свободно продается даже в гастрономических магазинах.

То же самое надо сказать и о табачном наркотике, ядовитое и наркотическое действие которого испытывают на себе повседневно миллионы людей и расплачиваются за это многими годами жизни и здоровья. Из всех наркотиков только алкоголь и табак не находятся под запретом законов, потому что они служат могущественным оружием мафии для обогащения и эксплуатации людей, для совершения многих бесчеловечных преступлений. Беды, которые эти вещества наносят человечеству, далее нетерпимы.

Алкоголь и табак разрушают здоровье миллионов людей, приводят к появлению на свет сотен тысяч и миллионов дефективных и дебильных детей; увеличивают преступность; снижают производительность труда, увеличивают брак и аварии; несут раннюю смерть и рост смертности в обществе, сокращают продолжительность жизни человека на 15-20 лет; разрушают экономику, губят экологию. Но самое сильное и губительное действие алкоголь оказывает на мозг и репродуктивные органы, что ведет к разрушению и гибели не только настоящего, но и будущего человека как разумного существа.

Установлено, что даже кружка пива вызывает структурные изменения в организме. При длительном употреблении алкоголя перерождаются и атрофируются ткани, что особенно резко и рано проявляется в мозгу... Сначала происходит атрофия больших полушарий и мозжечка, разрежение и запустение их коры в связи с гибелью корковых нейронов. (В.К.Болецкий, "Тезисы научной конференции", М., 1955г.).

Изменение структуры головного мозга возникают уже при умеренном потреблении алкоголя. Шведские ученые установили, что после 4-х лет употребления спиртных напитков имеет место сморщенный мозг, из-за гибели миллиардов клеток коры мозга. У "умеренно пьющих" сморщенный мозг обнаружен в 85% случаев" ("Наука и жизнь", №10, 1985 г.).

Уже давно лучшие умы человечества требуют узаконить запрет на употребление этих наркотиков, распространив на них закон о борьбе с наркоманией. 80 лет назад 800 врачей из Англии, Германии, Австрии обратились с воззванием прекратить считать алкоголь пищевым продуктом и отнести его к наркотикам. Но тогда силы врагов трезвости были велики и врачам не удалась их благородная миссия. Ныне мы вновь поднимаем свои голоса в защиту и за спасение людей.

Мы - люди самой гуманной профессии, призванные защищать жизнь и здоровье людей, не можем далее терпеть, что в нашей стране от причин, связанных с потреблением алкоголя и табака ежегодно погибают почти полтора миллиона человек; рождается более 200 тысяч дефективных и больных детей. Здравый смысл требует решить этот вопрос логично и законно.

Почему наркотики - алкоголь и табак, по своему губительному действию не отличаются от других наркотиков, таких, как морфий, опий, хлороформ, эфир, марихуана, а вреда приносят в десятки и сотни раз больше - до сих пор не подчинены закону о борьбе с наркоманией? Может быть, потому, что с их помощью можно погубить больше людей, потому, что они позволяют вершить темные и грязные дела менее заметно для одурманенных глаз? Не пора ли перестать следовать указаниям мафии, наживающейся на уничтожении жизни и здоровья людей, производстве и продаже спиртного и табака?! Будучи освобожденным от этих наркотических ядов, человек сможет защитить свое настоящее и будущее, будущее планеты.

Для признания алкоголя и табака наркотиками и распространения на них запрета, касающихся остальных наркотических средств, необходимо решение ООН. Но в этой организации нельзя исключить сильное влияние коммерческих и иных интересов винно-водочной промышленности, трудности его преодоления. Поэтому мы вправе решить этот вопрос внутри своей страны, как и поступил ряд арабских государств.

Учитывая, что потребление алкоголя и табака растет и получило в нашей стране распространение, не имеющее себе равного по размаху в мире, принимая во внимание огромные нравственные, демографические, экономические и экологические потери, которые уже понес и продолжает нести наш народ и государство; учитывая, что дальнейшее отношение к алкоголю как к пищевому продукту и свободная его продажа грозит полным подрывом здоровья; жизни и будущности нации и может закончиться катастрофой в самом недалеком будущем, - мы, врачи всех специальностей, вносим предложение: признать алкоголь и табак наркотиками и распространить на них закон о защите населения от наркомании.

Письмо подписали академики медицинских наук России

- Ф. Г. Углов, Санкт-Петербург,
- В. В. Кованов, Москва,
- Е. А. Вагнер. Пермь,
- Е. Н. Калнберз, Рига,

- Л. Т. Малая, Харьков,
  - Е. И. Гонарчук, Киев, и другие;
- члены-корреспонденты АМН
- Р. И. Вагнер, Санкт-Петербург,
  - Н. С. Кисляк, Москва,
  - Л. В. Тимошенко, Киев,
  - Г. М. Соловьев, Москва,
  - П. П. Коваленко, Ростов-на-Дону, и другие;
- профессора и врачи
- Л. В. Лебедев, Санкт-Петербург,
  - В. В. Гриценко, Санкт-Петербург,
  - К. Н. Самсонова, Брянск, и еще тысяча шестьсот восемьдесят шесть
- подписей из Москвы, Санкт-Петербурга, Саранска, Омска, Первоуральска, Харькова, Иркутска, Душанбе и пр.

Подлинные документы с подписями хранятся по адресу: 197689, Санкт-Петербург, ул.Л. Толстого, 8, Санкт-Петербургский медицинский институт им. акад. И. П. Павлова. Ф. Г. Углов.

## **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Все те, кто под тем, или иным предлогом пропагандирует потребление алкоголя (не важно, как: "культурно" или "умеренно"), будь то представитель алкогольной мафии, тайный агент ЦРУ или просто опустившийся пьяница - все они без исключения боятся ПРАВДЫ ОБ АЛКОГОЛЕ ибо все они хорошо знают, что правда есть самое сильное оружие против алкоголя. Об этом говорит хотя бы такой факт. Известно, что средства массовой информации (печать, радио, телевидение) прочно захвачены антинародной мафией, куда входит и алкогольная. Поэтому вы не услышите слов правды об алкоголе. Они будут или молчать об этом, как будто никакой алкогольной беды не существует, или будут говорить ложь. Они боятся правды как огня.

Даже после принятия Указа о борьбе с пьянством и алкоголизмом в 1985 г., ни по радио, ни по телевидению не было представлено слово никому из тех, кто говорит правду об алкоголе и табаке, несмотря на то, что многие конференции посылали телеграммы в центр с просьбой предоставить руководителям Союза борьбы за народную трезвость слово для доклада. Им везде был отказ. Разве это не боязнь правды, как мощного оружия в борьбе за трезвость? Прогрессивные ученые, патриоты, все благородные люди страны призывают народ к борьбе за трезвый образ жизни, за полное искоренение из нашего общества такого безумного акта, как потребление наркотического яда. Теперь дело за нами. Многие говорят: почему не ввели "сухой" закон? Голое администрирование в этом вопросе, когда все органы массовой информации, многие органы печати и многие ученые, вопреки здравому смыслу, на все лады призывают к "культурному", "умеренному" винопитию, в это время простой запрет

дает очень мало. Надо повернуть наше сознание в сторону трезвого образа жизни, и к этому нас призывает общество борьбы за трезвость.

Что же нам делать?

Прежде всего осознать, что алкоголь - яд, разрушающий жизнь и здоровье не только одного человека, но и всего общества. И этот яд опасен в любых дозах. Поэтому каждого, кто в том или ином виде будет пропагандировать "умеренные" дозы, "культурное" винопитие и сухие вина, надо рассматривать как злейшего врага, идущего в разрез с истиной и несущего народу гибель и деградацию.

Учитывая опасность алкоголя в любых дозах, надо решительно и бесповоротно отказаться от него, помня, что трезвая жизнь - это именно то, к чему во все века стремились лучшие умы человечества и без которой не может быть разумного счастья.

Чтобы осуществить это, надо прежде всего начать с себя, со своей семьи. Объявить "сухой закон" для себя, как это уже сделали десятки и сотни патриотов, заявив, что они ни дома, ни в гостях сами не пьют и никогда не угощают алкогольными изделиями.

Освободившись от страшных, смертельных пут алкоголя, сбросив с себя ярмо, накинутае на нас внутренней и внешней мафией, надо не останавливаться на этом, а вести борьбу за спасение от этого наркотического яда своих друзей, знакомых, товарищей по труду.

И уже коллективно, требовать от правительства введения обязательной трезвости для всего народа. Те, кто не может сам освободиться от алкогольной зависимости - идите в клубы трезвости, которые по методу Шичко освободят Вас от этой вредной привычки.

Могу Вас заверить, что пройдет немного времени, и как только полностью выветрятся хмельные пары, каждый пьющий на себе убедится, насколько неузнаваемо улучшилась вся его жизнь. Сейчас вопрос стоит так: или мы перейдем на нормальный образ жизни и полностью познаем счастье и радость, или же мы будем идти алкогольной дорогой, прямым путем к деградации и гибели.

**Третьего пути нет!**

## **ПОСЛОВИЦЫ, ПОГОВОРКИ**

**Выл Иван, а стал болван, а все винцо виновато.**

**Вешний путь не дорога, а пьяного речь не беседа.**

**В луже водки и богатыри тонут.**

**Водку пить себя губить.**

**Водка не лечит, а калечит.**

**Водка без огня разум сожжет.**

**Вино полюбил семью разорил.**

**Вино приходит стыд уходит.**

**Где винцо, там и горюшко.**

**Голод да холод дорогу в кабак протоптали.**

**Где опьянение, там и преступление.**

**Кабак построили горе да Беда.**

**Кто бражкой упивается, тот слезами умывается.**

**Кто вино любит свое сердце губит.**

**На пьяницу в семь сох не напашешься.**

**Пить да гулять добра не видать.**

**Пьяница в народе, что сорняк в огороде.**

**Пьяный решетом деньги мерит, а проспится, не на что и решето купить.**

**Пьяница не сам идет его хмель ведет.**

**Река с ручья начинается, а пьянство с рюмочки.**

**С водкой дружить здоровье прожить.**

**Стаканчики да рюмочки доведут до сумочки.**

**Стаканчики граненые, а хата разваленная.**

**У пьяного семь клетей, а проспится один плетень.**

**У трезвого, кулаки дерево рубят, у пьяного и топор не берет.**

**Хватил винца не стало молодца.**

## **ВЫСКАЗЫВАНИЯ ВЫДАЮЩИХСЯ ЛЮДЕЙ**

Вино сообщает каждому, кто пьет его, четыре качества. Вначале человек становится похожим на павлина - он пыжится, его движения плавны и величавы. Затем он приобретает характер обезьяны и начинает со всеми шутить и заигрывать. Потом он уподобляется льву и становится самонадеянным, гордым, уверенным в своей силе. Но в заключение он превращается в свинью и, подобно ей, валяется в грязи.

**АБУЛЬ-ФАРАДЖ**

Пьянство - мать всех пороков.

**АБУЛЬ-ФАРАДЖ**

Чрезмерное пристрастие к вину закрывает дверь для всех достоинств и открывает ее для всех пороков.

**ВАЛЕРИЙ МАКСИМ**

Пьянство - причина слабости и болезненности всех детей.

**ГИППОКРАТ**

От вина гибнет красота, вином сокращается молодость.

**ГОРАЦИЙ**

Пьянство есть упражнение в безумстве.

ПИФАГОР

Никакое тело не может быть столь крепким, чтобы вино не могло повредить его.

ПЛУТАРХ

Пьянство - это добровольное сумасшествие.

СЕНЕКА

Вино оглушает человека, дает возможность забыться, искусственно веселит, раздражает; это оглушение и раздражение тем больше нравится, чем меньше человек развит и чем больше сведен на узкую, пустую жизнь.

А.И.ПЕРЦЕН

Вино скотинит и зверит человека, ожесточает его и отвлекает от светлых мыслей, тупит его.

Ф.М.ДОСТОЕВСКИЙ

Вино губит телесное здоровье людей, губит умственные силы, способности, губит благосостояние семей и, что всего ужаснее, губит души людей и их потомство.

А.Н. ТОЛСТОЙ

Люди от употребления вина становятся грубее, глупее и злее.

Л.Н.ТОЛСТОЙ

Наш разум и наша совесть самым настоятельным образом требуют от нас того, чтобы мы перестали пить вино и угощать им.

Л.Н.ТОЛСТОЙ

Пьяница никогда не идет вперед ни в умственном, ни в нравственном отношении.

Л.Н.ТОЛСТОЙ

Спирт также консервирует душу и ум пьяницы, как он консервирует анатомические препараты.

Л.Н.ТОЛСТОЙ

То, что очень трудно перестать пить вино и курить, есть ложное представление.

Л.Н.ТОЛСТОЙ

Водка белая, но красит нос да чернит репутацию.

А Л. ЧЕХОВ

Пьяному и на светлой улице темно.

К.Д.УШИНСКИЙ

Пьют и едят все люди, но пьянствуют и обжираются только дикари.

В.Г.БЕЛИНСКИЙ

Алкоголизм является таким социальным злом, которое трудно вообще переоценить.

В.М.БЕХТЕРЕВ

Не пейте спиртных напитков.

Пьющим – яд.

Окружающим – пытка.

В.МАЯКОВСКИЙ

Алкоголь разрушает здоровье человека не только тем, что отравляет организм; он предрасполагает пьющего ко всем другим заболеваниям.

Н.А.СЕМАШКО

Можно сказать, что сколько мужья выпили водки, столько их жены и дети пролили слез.

Н.А.СЕМАШКО

Пьянство и культура - вот два понятия, взаимоисключающие друг друга, как лед и огонь, как свет и тьма.

Н.А.СЕМАШКО

Физкультура и пьянство несовместимы.

Н.А.СЕМАШКО

Никакие напасти и преступления не уничтожают столько народа и народного богатства, как пьянство.

Ф.БЭКОН

В чарке тоска ищет облегчения, малодушие - храбрости, нерешительность - уверенности, печаль - радости и находят лишь гибель.

Б.ДЖОНСОН

Знаете ли, что пьет этот человек из стакана, дрожащего в его трясущейся от пьянства руке? Он пьет слезы, кровь, жизнь своей жены и своих детей.

Ф.ПАМЕННЕ

Среди других прегрешений пьянство представляется мне пороком особенно грубым и низменным.

М.МОНТЕНЬ

Пьяный человек - не человек, ибо он потерял то, что отличает человека от скотины, - разум. Пьянство унижает человека, отнимает у него разум, по крайней мере на время, и в конце концов превращает его в животное.

Ж.-Ж.РУССО

Люди боятся холеры, но вино гораздо опаснее ее.

О.БАЛЬЗАК

В бутылке я вижу ужасы, которые будут порождены их содержимым: мне представляется, что передо мною склянки с уродцами, змеями и эмбрионами в естественнонаучном музее.

Г.ГЕЙНЕ

Причина многих злоключений лежит на дне винного стакана.

И.ВАЗОВ

Мы пьем за здоровье друг друга и портим собственное здоровье.

ДЖЕРОМ К.ДЖЕРОМ

Начало пути – рюмка, середина - выпивающая компания, легкая выпивка, пара рюмок за обедом. Конец- в тюрьме за убийство в пьяном виде, за растрату, в психиатрической больнице, в могиле от случайной легкой болезни.

Д.ЛОНДОН

Пьяный способен на такие дела, каких никогда бы и не замыслил, если бы не выпил.

Д.ЛОНДОН

Хмельное всегда протягивает нам руку, когда мы терпим неудачу, а мы слабеем, когда мы утомлены. Но обещания его лживы: физическая сила, которую оно обещает, призрачна, душевный подъем обманчив.

Д.ЛОНДОН

Из всех пороков пьянство более других несовместимо с величием духа.

В.СКОТТ

## ПРАВОСЛАВНАЯ ЦЕРКОВЬ О ПЬЯНСТВЕ

Дьявол говорит: "Никогда и ни в чем я так не веселюсь и не радуюсь, как о пьяных христианах, потому что в пьянстве полная моя воля. Для меня пьяница лучше поганых. Погань Бог может очистить, а пьяниц ненавидит и гнушается. Пьяный мой - трезвый БОЖИЙ". Дьявол говорит бесам: "Идите и научайте христиан на пьянство и на волю моего хотения".

- Если вино мы назовем виноградной лозой, - говорит святитель Дмитрий РОСТОВСКИЙ, - то найдем в нем десять гроздей, приносящих человечеству вред и печаль.

Первая гроздь - помрачение ума.

Вторая гроздь - бесстыдство.

Третья гроздь - не соблюдение тайны.

Четвертая гроздь - возбуждение плотской похоти.

Пятая гроздь - ярость, гнев, вражда, спор, кровопролитие.

Шестая гроздь - повреждение здоровья.

Седьмая гроздь - расточение имущества, потеря богатства.

Восьмая гроздь - утрата спасения. Человек, который через пьянство лишился всех добродетелей, лишает себя спасения и отчуждает себя от небесного спасения. Апостол говорит: пьяница царство небесное не наследует.

Девятая гроздь - гнев БОЖИЙ.

Десятая гроздь - самый горький плод пьянства - всеконечная погибель души.

Вот какова эта виноградная лоза: хотя на вкус она и кажется вначале сладкой, но потом эта сладость превращается в горечь, в яд змей и аспидов.

Избегайте общества пьяниц, не общайтесь с теми, кто называясь братом, остается пьяницей. С таким даже и не есть вместе.

Сейчас дьявол стал особенно силен и многолик, а духовная опора подорвана. И враги трезвости, понимая значение духовной жизни и Православной веры, очень часто богохульствуют, подрывая тем самым духовные основы выздоровления человека и освобождения его от дьявольских пут.

## КУРЕНИЕ - РАЗРУШИТЕЛЬ ГЕНЕТИЧЕСКОГО КОДА

"Медленное самоубийство – так озаглавлена статья в журнале "Здоровье мира", в которой речь идет о курении. Если 60-70 лет назад курение считалось хотя и незначительной, но более или менее невинной забавой, то уже в последние 25-30 лет ученые мира на основании неоспоримых научных данных доказали огромный вред этой привычки для самого курильщика, его окружающих и государства.

В настоящее время все объективно мыслящие ученые признают, что курение действительно является медленным самоубийством и считают, что это настоящая национальная трагедия, когда невинные, ничего не подозревающие

дети приобретают привычку, которая так часто приводит к болезням и смерти. И очень многим людям на земле неудобно за свое правительство, что оно ничего не делает, чтобы защитить народ от этой опасности, начиная с детского возраста. Более того, все, кто имеет право издавать директивы, часто равнодушно смотрят на то, как бездарные романисты, драматурги, режиссеры фильмов и сами артисты, не зная, чем занять своего героя, заставляют его достать пачку сигарет и закурить или пить коньяк.

Это приносит неисчислимый вред народу, ибо действует на молодое поколение, как обязательное условие всех сложных или трудных ситуаций в жизни. А отсюда и стремление к подражанию.

Английское королевское общество врачей, тщательно изучив этот вопрос, установило, что каждая выкуренная папироса стоит курильщику 15 минут жизни. Это немало. В среднем, согласно статистическим данным, у многокурящих продолжительность жизни меньше, чем у некурящих на 6-7 лет. А в конкретной жизни как часто мы видим людей, погибающих от рака легкого, то есть от болезни, вызванной курением, в 45-48 лет, то есть теряющих 15-20 лет, а то и 30 лет жизни.

Передо мной прошли многие сотни и тысячи таких больных. И каждый раз все внутри меня протестовало против того, что люди добровольно воруют у себя десятки лет жизни.

Последствия курения для человека надо рассматривать не только с точки зрения смертности, но и заболеваемости. Ибо курение не только сокращает жизнь, но всегда приносит или усугубляет болезнь. Известно, что среди курильщиков смертность от всех причин вдвое выше, чем у некурящих. Курящие по сравнению с некурящими чаще страдают от простудных заболеваний, аллергических нарушений. Процесс выздоровления после многих заболеваний органов дыхания и хирургических операций длится дольше и чаще дает осложнения. Курение увеличивает степень риска заболеть тяжелыми хроническими заболеваниями или умереть преждевременно, то есть не дожить до положенного срока жизни.

Перечень бед, приносимых курением, самой ужасной которых является рак, столь же длинный, столь и устрашающий. К числу других болезней, тесно связанных с курением, относятся пептическая язва желудка, коронарная болезнь сердца, хронический бронхит, эмфизема легких и другие, где влияние табака усугубляет тяжесть течения болезни.

Угроза, нависшая над обществом, связанная с курением, усиливается от того, что привычка курить и потребление табака нарастает из года в год. Так, по данным сельскохозяйственного департамента США, в 1900 году в среднем на каждого американца старше 15 лет приходилось только 54 сигареты в год. В 1958 году среднее потребление сигарет составляло уже 3700 на каждого старше 15 лет. Эти данные совпадают с данными, опубликованными в других странах, и самое печальное, что они продолжают нарастать.

В табачном дыме имеется несколько составных элементов, действующих вредно на человека. Из них наиболее важными являются два. В одном кило-

грамме табака, который, как правило, человек выкуривает за месяц, содержится 70 миллилитров табачного дегтя. А это значит, что за десять лет через дыхательные пути курильщика проходит свыше 8 литров табачного дегтя. Нетрудно себе представить, что при всех возможностях организма к самозащите, ему невозможно противостоять против такого количества канцерогенного вещества, которое систематически изо дня в день подается организму.

Были проведены такие эксперименты: с помощью электрического мотора "выкуривалось" сразу 60 сигарет. Дым собирался и охлаждался. Внезапное охлаждение дыма вызывало осаждение дегтя, который растворялся в ацетоне. Этим раствором 3 раза в неделю смазывалась кожа мышей. Контрольные мыши смазывались одним ацетоном. И в то время, как у последних не было даже раздражения кожи, у первых рак кожи развился в 44% случаев. Средняя продолжительность смазывания равнялась 71 неделе, что составляет немногим более половины продолжительности жизни мышей.

В настоящее время установлено, что рак легкого у многих курящих встречается в 20-30 раз чаще, чем у некурящих, что 96% больных раком легкого курят более 20 лет, что некурящие среди больных раком легкого составляют 1-2%.

Коэффициент смертности от рака легкого на 100 тысяч населения выражается следующими цифрами: некурящие - 3,4, курящие менее чем полпачки сигарет в день - 51,4, от половины до 1 пачки - 144, у курящих более 40 сигарет - 217, то есть у них рак легкого встречается в 63 раза чаще.

С точки зрения здравомыслящего человека курение выглядит очень неразумно, если не сказать больше. Если бы люди, освободившись хоть на некоторое время от действия этого наркотика, могли представить свое будущее, тот вред, который причиняет табак всем органам и тканям, всему их организму в целом - у них бы несомненно возникло отвращение и ужас по отношению к этому коварному веществу.

Вредно действует табачный дым в любых дозах не только на легкие, но и на сердце, на сосуды, зародышевые органы и на потомство. Крупнейший специалист в области легочной патологии профессор Оверхольт нашел, что легкие у курильщиков в 50 лет имеют те же изменения, которые некурящие имеют только в 70-80 лет.

Канцерогенная роль курения сказывается не только на легких.

Установлено, что раки других локализаций, как например, рак полости рта, языка, желудка, пищевода и т.д. у много курящих наблюдается приблизительно в два раза чаще, чем у некурящих.

По многочисленным исследованиям тысяч курящих и некурящих доказано, что показатели нетрудоспособности у курящих людей выше, чем у некурящих. У курильщиков число невыходов на работу вдвое больше, чем у некурящих. Курящие около 10 лет болеют в 3,5 раза больше, чем некурящие, вследствие чего в 5 раз чаще отсутствуют на работе. Курящие менее устойчивы к холоду и неблагоприятным производственным факторам. Среди курящих отмечено большее число случаев травматизма на производстве.

Хронический бронхит диагностируется у курящих в 2 раза чаще, а вся группа респираторных заболеваний в 4 раза чаще, чем у некурящих. Курение усиливает отрицательное действие различных вредных веществ на производстве.

Курение вызывает тяжелые заболевания легких не только у самих курящих, но и у тех, кто с ними общается, особенно у детей. Это так называемые "пассивные курильщики". Изучение этого вопроса показало, что среди детей до 5 лет, в семьях, курящих часто болеющих 73,9%. В семьях с двумя курильщиками - 77%. При обследовании семей с тремя курильщиками ни одного здорового ребенка не выявлено.

Само пребывание нормального человека в обществе курящего всегда тягостно. Он часто кашляет, и днем, и ночью. Плохо спит, нередко ночью поднимается, чтобы выкурить папиросу, а так как многие из них из-за деградации личности теряют элементарное понятие о поведении, они могут закурить и в присутствии некурящих, в том числе женщин и детей, бросить выкуренную сигарету в недозволенном месте, разговаривать с женщиной или человеком старшего возраста с папиросой во рту и т.д. Он теряет чувство приличия. Не следя за гигиеной рта, он дышит на окружающих тяжелым, удушливым, зловонным запахом махры, не заботясь о том, что он трудно переносим в обществе.

Курение табака оказывает резко отрицательное влияние на сердце и сосуды. В табачном дыме, кроме дегтя, содержится никотин, являющийся чрезвычайно ядовитым веществом. Один миллиграмм никотина принятый через рот, является смертельной дозой. При выкуривании пачки сигарет, поглощается столько никотина, что этого достаточно, чтобы убить человека. Только благодаря тому, что при длительном курении у него вырабатывается некоторая устойчивость, противодействующая этому яду, и благодаря тому, что это поглощение происходит не сразу, а в течение дня, отравления не наступает. Однако о вредном действии никотина на организм и особенно на его центральную нервную систему, можно судить по тому влиянию, которое оказывает первая выкуренная им папироса: тошнота, рвота, "холодный пот" - эти симптомы говорят об отравлении клеток мозга никотином, и такое отравление клеток мозга имеет место каждый раз, хотя организм к этому и приспосабливается.

При курении стенки сосудов спазмируются. Курение табака, как правило, усиливает или вызывает приступы коронарной недостаточности.

Статистика свидетельствует, что курящие страдают стенокардией в 13 раз, а инфарктом миокарда в 12 раз чаще, чем некурящие. По материалам Института кардиологии 82% больных, поступающих в институт в срочном порядке с острым инфарктом, являются курильщиками.

О губительном действии курения на сердце говорят следующие данные американских авторов: средний возраст умерших от сердечных приступов у некурящих был равен 67 годам, а у заядлых курильщиков 47 годам (Урланис, стр.202).

При всех приступах грудной жабы у курящего человека основой лечения должно быть прекращение курения. Очень часто только этого одного достаточно, чтобы ангиозные боли исчезли. В ряде случаев они исчезают навсегда.

У курильщиков в резкой степени страдают сосуды не только сердца. У них часто возникает болезнь периферических сосудов, которая называется облитерирующий эндартериит, то есть идет закупорка сосуда изнутри. В начале она проявляется так называемой перемежающейся хромотой: при ходьбе появляется резкая боль в икрах ног, которая заставляет человека останавливаться. Боль постепенно проходит, но через несколько минут ходьбы вновь появляется и вновь человек должен останавливаться. Это грозный сигнал курильщику: надо немедленно бросить курить, иначе будет очень плохо, так как никакое лечение при курении не помогает.

Если человек не бросит курить, то болезнь развивается дальше. Омертвевает большой палец ноги, затем вся стопа. Приходится отнимать ногу. Если и в этом случае курильщик не расстанется с папиросой - процесс переходит на другую ногу, а затем и на руки...

Советую всем, прочитавшим эти строки: если хотите сохранить здоровье и не оказаться в положении такого человека, немедленно бросьте курить, пока еще есть сила воли!

Для таких больных не только курение, но даже пребывание в атмосфере табачного дыма может быть губительным. Конечно, причин сердечно-сосудистых заболеваний много и каждая из них может привести к гибели больного. Но курение создает условия, при которых легче возникают и тяжелее протекают все сердечно-сосудистые заболевания.

Сухая морщинистая кожа, желтый цвет лица, дряблые мышцы, тусклый усталый взгляд, сниженный интерес к окружающему, вялость в движениях. Курящий и выглядит много старше своих лет. Все это резко усугубляется, если к тому же этот человек употребляет спиртное.

Увеличивая смертность в два раза, курение уносит дополнительно многие тысячи жизней.

По данным отечественных авторов, при поражении сосудов сердца, курящие умирают в среднем на 19 лет раньше. В среднем, курящие мужчины умирают по сравнению с некурящими от различных заболеваний на 15 лет раньше, от заболеваний коронарных сосудов сердца - примерно на 18 лет раньше, от хронического бронхита - на 14 лет, от рака легкого - на 11 лет раньше.

Сколько же горя несет папироса, сколь счастливых дней человек теряет за сомнительное удовольствие подышать ядовитым дымом. И ведь удовольствие от папиросы испытывает человек, когда он становится табачным наркоманом. Пока он не наркоман, курение ничего, кроме отвращения, не вызывает. Курящие в свое оправдание говорят некурящему: ты, мол, лишаешься большого удовольствия тем, что не куришь. Это слова наркомана. Как лишенный наркомании, могу сказать: никогда в жизни не пожалел, что не курю, потому, что для нормального человека курение -- отвратительная вещь!

Для курящего, то есть уже ставшего наркоманом, это возможно и удовлетворение, но это удовольствие патологическое, вызванное извращением психики, как у всякого наркомана. То же самое чувствуют и говорят морфинисты, курящие опий и т.д., то есть люди, находящиеся в крайней степени деградации личности, с глубоким изменением в мозгу, и таким поражением во всех органах, которые быстрыми темпами ведут человека к гибели. Такое же разрушение мозга, психики и всего организма имеет место и у курящего, здесь только темпы несколько замедленные, но сущность остается та же. Вот почему я обращаюсь к юношам и девушкам: не испытывайте судьбу, не начинайте курить! Курение - это наркомания, это расстройство всех функций организма, это частые болезни и преждевременная смерть! Ничего хорошего не несет и нести не может, ибо табак - это наркотик, а наркотик - это злой обманщик, злой дух!

А главное, табак, разрушает генетический код и потомство курящего будет слабее и болезненнее, чем он сам!

Курение табака сказывается отрицательно и на желудочно-кишечном тракте.

Установлено, что выкуривание двух сигарет значительно поднимает кислотность желудочного сока более, чем на 1 час. Этим и объясняется, почему, по мнению специалистов, курение активизирует язвенный процесс, и некоторые из них отказываются лечить больного язвой желудка, который не согласен бросить курить.

Наблюдение за язвенными больными показало, что при курении снижается эффект лечения и часто делает его бесполезным.

Изучение отдаленных результатов показало, что рецидив заболевания у тех, кто продолжает курить, в 4 раза чаще, чем у тех, кто прекратил курить. Даже после хирургического лечения было отмечено, что те больные, которые продолжали страдать от язвенных симптомов после операции были те, кто продолжали курить.

С невероятной быстротой растут жертвы сигарет. В США, где статистический учет поставлен хорошо, считается, что ежегодно 300 тысяч преждевременных смертей есть результат рака легких, ишемической болезни сердца, хронических бронхитов и эмфизем, то есть болезней, связанных с курением сигарет. Для лечения таких больных государство тратит огромные средства.

Большой вред наносят курящие тем, что загрязняют воздух. Некурящему достаточно провести 1 час в накуреной комнате, чтобы в его организм попали вредные вещества в количестве, которое содержится в одной выкуренной сигарете.

Курение очень часто начинается с детства. Если подросток выкурил хотя бы две сигареты, то в 70% случаев он будет курить всю жизнь. Это указывает на то, что важно не давать возможность детям даже пробовать курить сигареты.

Ряды курильщиков пополняются в большей степени, чем раньше, подростками, девочками и женщинами. И это начинает вызывать тревогу во всем мире, особенно в связи с великой и благословенной миссией, предназначенной женщине - быть матерью будущего человека.

Всего лишь 80 лет назад курящие женщины были исключением. Сегодня их настолько много, что они представляют собой подлинное социальное явление. Результаты опроса, проведенного в июле 1979 года показали, что в возрасте от 50 до 64 лет на 5 курящих мужчин приходится 1 курящая женщина, в то время как в возрасте 17-18 лет число курящих юношей и девушек почти одинаково. Плохо также то, что все методы борьбы с курением оказывают на женщин меньше воздействия, чем на мужчин.

Вредные последствия курения сказываются на женщине, как на будущей матери. Среди курящих матерей наблюдается отчетливо выраженная смертность при родах. Кроме того, среди детей, родившихся от курящих матерей, значительно выше отмечается заболеваемость, отставание в умственном и физическом развитии.

Отравление никотином угрожает и грудным младенцам у курящих матерей, так как он содержится в их молоке.

В личном плане курящая женщина во многом проигрывает и эстетически: преждевременные глубокие морщины, плохой цвет лица, пожелтевшие пальцы, ногти и испорченные зубы не украшают ее.

Сочетание сигарет с противозачаточными средствами повышает риск сердечно-сосудистых заболеваний для женщин всех возрастов в 38 раз по сравнению с женщинами, которые не курят и не принимают таблеток.

У курящих женщин коэффициент смертности в первые три года также значительно больше, чем у некурящих, а частота преждевременных родов стоит в прямой зависимости от интенсивности курения женщины.

Было проведено наблюдение за кроликами, когда крольчихи вдыхали табачный дым, равный 20 сигаретам, выкуриваемым человеком в день. При этом оказалось, что у маток, вдыхавших табачный дым, мертворождение встречалось в 10 раз чаще, чем у вдыхавших обычный воздух... Кроме того, у родившихся живыми вес был на 17% меньше, чем в норме.

Мыши, находившиеся в комнате с табачным дымом, не размножались в течение года, в то время, как контрольные размножались нормально. Установлено, что отсутствие размножения среди экспериментальных животных вызвано атрофическими изменениями в органах размножения. При этом оказалось, что ранее известные патологические изменения, вызванные инъекциями раствора никотина у мышей и крыс, совершенно параллельны тем изменениям в органах размножения, которые наблюдаются у мышей и крыс, вдыхавших табачный дым.

Другие лабораторные опыты показали, что самки крыс, находившиеся в атмосфере табачного дыма, страдали от временного бесплодия и аборт. Точно так же они в среднем имели непропорционально большое количество мертворожденных плодов...

В последнее время в общей печати все чаще появляются сообщения о вреде, который наносится женщине курением, особенно в период беременности.

Высокий рост наступления тромбоэмболических осложнений имеется в послеоперационном периоде у пожилых курящих женщин. Особенно высока степень этого риска при проведении операции в зимнее время года. Появились сообщения о наступлении инфарктов миокарда у молодых курящих женщин (в возрасте до 40 лет).

Курение табака сказывается отрицательно на половой функции и мужчин.

В Англии обследованы 500 мужчин, в свое время бывших курильщиками, но полностью прекратившие курить. Их рассказ Представляет определенный интерес - оказалось, что чем дольше продолжалась их привычка курить, тем более выраженным было снижение их половой активности.

Вредное воздействие табака на репродуктивную функцию, как у мужчин, так и у женщин, отмечено уже давно. Объясняется это тем, что хроническое отравление никотином отражается на деятельности желез внутренней секреции. Никотин активизирует деятельность надпочечников и выделение ими адреналина, обладающим сильным сосудосуживающим действием. Повышается кровяное давление, резко сужается просвет сосудов: мозга, нижних конечностей, внутренних органов, особенно сердца, а также половых желез. Функция последних снижается, некоторые женщины приобретают мужеподобный вид: у них грубеет голос, кожа лица становится землистого цвета, запах изо рта у женщин вызывает отвращение. Действуя на центр половой функции, никотин при длительном введении его в организм, может стать причиной нарушения менструаций, а иногда прекращения их.

Почему же курение табака так губительно действует на человека? Дело в том, что при курении, под влиянием высокой температуры из табака выделяется около 30 вредных веществ: никотин, сероводород, аммиак, азот, окись углерода и различные эфирные масла, среди которых особенно опасен бензидин, стопроцентный канцероген. Главный яд - никотин. По своей токсичности он не уступает синильной кислоте.

Американские исследователи установили наличие в табачном дыме при сгорании табака значительное количество полония 200, который излучает альфа-частицы. При выкуривании одной пачки сигарет человек получает дозу облучения, равную 36 рад, что в семь раз больше дозы, установленной соглашением по защите от радиации.

Никотин разрушает деятельность нервной системы, сердца, легких, печени, органов пищеварения, половых желез. Он вызывает резкий спазм сосудов, в результате чего наступают различные мозговые расстройства. Никотин влияет на деятельность органов чувств, понижает остроту зрения и слуха, притупляет обоняние и вкус (цитир. по Тимошенко Л., Киев, Об-во "Знание" 1979 г "Влияние алкоголя на репродуктивную функцию человека").

Все это не может не сказаться на средней продолжительности жизни человека, так и на здоровье и на трудоспособности каждого курящего. Нет ничего удивительного в том, что по данным ВОЗ, много и настойчиво изучающей эту проблему, каждый пятый умерший умирает от причин, связанных с курением.

Если применить этот расчет к нам, то в нашей стране мы ежегодно теряем от курения около 500 тысяч человек.

Несмотря на столь губительное действие табака на здоровье человека, этот ядовитый продукт получает все большее распространение во всем мире.

Мировое производство сигарет к 1976 году достигло 3850 млрд. штук. Производители, стремящиеся сбыть свой товар, не скупятся на рекламу. По данным противоракового общества США, табачные компании на рекламу затрачивают ежегодно свыше 300 млн. долларов.

Правительства, стимулирующие табачную промышленность, считают, что они получают большую выгоду от нее в виде налогов и сборов. Но выгодно ли на самом деле государству разведение табака и производство сигарет? С обывательской или чисто ведомственной точки зрения считается, что табак - выгодная сельскохозяйственная культура, технология его возделки и переработки легко доступна, что табак - удобный способ получения государственного дохода и перспективен как источник иностранной валюты.

Однако, с точки зрения государства, общества и народа это не так. Во-первых, земли, засеянные табаком, часто в очень удобных и богатых в климатическом смысле регионах, могли бы дать полезную для народа сельскохозяйственную культуру. Во-вторых, для прогревания одного гектара земли, засеянной табаком, необходимо сжечь количество древесины, занимающей гектар земли. А лес является важнейшим биологическим стимулятором жизни и огромным богатством, которое катастрофически быстро исчезает.

Нехватка древесного топлива ощущается даже в такой, богатой лесом стране, как Бразилия, занимающей ведущее место в развивающемся мире по производству табака. Исчерпав местные запасы, многие фермеры импортируют топливо из дальних районов. Подобные проблемы характерны и для Пакистана, где по данным отчета о торговле табаком, использование леса для сушки табачных листьев в качестве топлива безмерно истощает лесные ресурсы страны.

Государство, общество и народ несут огромные потери.

По приблизительным подсчетам только в нашей стране для этих целей ежегодно сжигается миллиард деревьев. К сожалению, в отчетах эти данные по непонятным причинам не публикуются.

Расстраивается здоровье миллионов людей, сокращается средняя продолжительность жизни на 5-6 лет, наносится огромный вред природе, миллионы гектаров земли вместо пользы приносят людям вред!

Мы жалуемся, что у нас мало бумаги. Ее экономят даже на детских изданиях. Между тем, лучшие сорта бумаги и в немалых количествах идут на изготовление папирос, пачек и коробок, которые безжалостно сжигаются, принося, кроме того, огромный вред, в первую очередь тем же детям, у которых мы отнимаем бумагу.

Из 350 кг бумаги люкспринт, то есть, ее лучших сортов, покупаемых за рубежом за золото, изготавливается один миллион сигарет. А точнее говоря, у нас в 1976 году, когда собрали 299000 тонн табака, изготовили 340 млрд. сигарет. И

если на один млн. их пошло 350 кг бумаги люкспринт, то всего на табачные изделия мы расходуем ежегодно 100 тысяч тонн первоклассной бумаги.

Если мы подсчитаем, что тратит общество ежегодно на производство табачных изделий, то получается довольно мрачная картина: огромные площади первоклассной земли в лучших климатических регионах страны засеваются табаком, ежегодно сжигается миллиард деревьев, тратятся ценнейшие продукты питания и вещества, тысячи тонн первоклассной бумаги; тысячи рабочих рук, сотни ученых работают в этой области и для чего? Чтобы ежегодно в результате страна теряла около полумиллиона человек от болезней, связанных с употреблением табака. Это уже безвозвратные потери. А если учесть многие миллионы болеющих по вине табака, сотни миллионов дополнительных дней нетрудоспособности, то вряд ли разум человеческий может не то что оправдать, а просто понять пределы абсурда, до которого современные люди дошли с курением.

По данным ВОЗ, "Мировая табачная промышленность поставляет на рынок около 4-х триллионов сигарет, доход от продажи которых составляет огромную сумму -- 85-100 млрд. долларов ("Здоровье мира" II-III, 1980 г., стр. 26)".

За эти барыши расплачиваются своей жизнью и здоровьем люди всей земли, особенно дети. Именно с детского возраста начинается эта привычка, и именно на детский организм табачный дым оказывает особо опасное влияние. От табака дети начинают страдать еще до своего рождения, если их родители курят. Среди детей, отцы которых были интенсивными курильщиками, в два раза чаще наблюдаются тяжелые пороки развития. Установлено, что эти дети, наблюдавшиеся с 5-6-летнего возраста, часто в значительной мере отставали в своем умственном и физическом развитии. Если подросток выкурил хотя бы две сигареты, в 70% случаев из 100 он будет курить всю жизнь.

Пример родителей - очень важный фактор: в семье с некурящими родителями число курящих детей не превышало 10%, тогда как в семьях, где родители были курильщиками, курили 67% мальчиков и 78% девочек!

Родители! Обратите внимание! Пожалейте своих детей!

Надо удивляться взрослым, особенно образованным людям, имеющим детей, какой пример они подают и на что своим примером толкают детей!

Чем объясняется, что у нас, курение получает все большее распространение.

Причин этому много. Прежде всего, виноваты врачи и учителя, которые сами курят и тем самым сводят на нет любую разъяснительную работу, так как население, доверяя им, и видя, что они курят, считает, что это, по-видимому, не столь большое зло.

Большую отрицательную роль в распространении этой вредной привычки играют наши торгующие организации, которые пропагандируют папиросы и табак с энтузиазмом, достойным лучшего применения.

По существу, в вопросах пропаганды табака наше искусство и торговые организации могут посоревноваться с табачными компаниями за рубежом.

Между тем молодой человек обычно начинает курить, пока он еще является несмышленищем и, следовательно, курение для молодого человека есть признак его незрелости.

До тех пор, пока у нас не прекратят продажу табачных изделий, не прекратят пропаганду курения через искусство, пока дети будут иметь возможность приобрести табак и папиросы, нам очень сложно бороться с этой глупой и опасной привычкой. Пока папиросы и табак будут доступны каждому, дети будут курить. А если будут курить дети, будут курить и взрослые и наоборот. Получается "порочный круг".

По глубокому убеждению, настала пора поставить преграду наркотическому яду, уносящему ежегодно полмиллиона жизней и приносящему людям болезни и потерю трудоспособности.

Для этого, помимо налаживания антикурительной пропаганды и категорического запрета прямой и косвенной пропаганды курения, необходимо ввести ряд законодательных мер, создающих экономические и нравственные преграды для этого ядовитого наркотика, распространив на табак, как и на алкоголь, закон о защите населения от наркомании.

г. Санкт-Петербург, 1995 год

