**Статья на тему: "Вредные привычки (никотин, алкоголь, наркотики). Их влияние на организм человека, социальные последствия"**

Ни для кого не секрет, что вредные привычки, такие как алкоголь, курение и употребление наркотиков, оказывают очень вредное влияние. Но очень опасными являются не только они, но и последствия вредных привычек. От них организм разрушается, оказывается негативное воздействие на мышечные ткани и умственную деятельность. Если чрезмерно употреблять алкоголь, то вследствие этого развивается такая опасная болезнь как алкоголизм, а его вылечить очень трудно. Если курить в течение длительного времени, то возможен рак легких, а также заболевания десен. А употребление наркотических веществ вообще в самый короткий срок ведет к разрушению мозга и самой личности. Так что как видите, влияние на здоровье вредных привычек налицо.

**Влияние на здоровье человека курения**

Курение является одной из наиболее распространенных и одной из самых вредных привычек. Учеными доказано, что в табачном дыме содержится более тридцати ядовитых веществ. Это никотин, углекислый газ, а также синильная кислота и аммиак, и много-много других веществ. В двух пачках никотина содержится смертельная доза никотина, и курильщика спасает только то, что вводится она в организм частями. Долю никотина нейтрализует формальдегид, который содержится в табаке и является также ядом. Выкурив около двадцати пяти сигарет в день, в кровь курильщика попадает около восьмисот грамм никотина. Те люди, которые давно и долго курят, чаще болеют различными заболеваниями. Не стоит забывать и о том, что почти сто процентов больных раком легких - это люди, которые были заядлыми курильщиками.

**Подробнее о никотине**

Никотин - это нервный яд, который в небольших дозах способен возбудить нервные клетки, от него также появляется учащенное дыхание и сердцебиение, может нарушиться сердечный ритм, появляется тошнота и рвота. Воздействуя на железы внутренней секреции, на надпочечники, происходит выделение в кровь адреналина, который вызывает спазм сосудов и повышает артериальное давление. Сердце начинает учащенно биться. Возможна даже половая слабость у мужчин, а значит, мужчина может стать импотентом.

**Заболевания, к которым приводит курение**

Курение очень часто приводит к появлению хронического бронхита, который сопровождается такими неприятными признаками как постоянный кашель и очень неприятный запах изо рта. Хроническое воспаление бронхов приводит к очень тяжелым последствиям. Может возникнуть пневмосклероз или недостаточности кровообращения. Недаром у заядлого курильщика возникает одышка, лицо одутловатое и голос с хрипотцой.

Также заядлые курильщики могут заболеть туберкулезом. Если у курящего человека появляется боль в сердце, то скорее всего, происходит спазм коронарных сосудов, которые питают мышцы сердца, таким образом развивается стенокардия. Очень часто у курильщиков встречается инфаркт миокарда.

При чрезмерном курении может возникнуть спазм сосудов нижних конечностей, который впоследствии может привести к страшному заболеванию - облитерирующему эндартерииту. В результате такого заболевания можно лишиться нижних конечностей.

На фоне курения может возникнуть никотиновая амблиопия и даже наступить полная или частичная слепота.

Не стоит забывать о пассивных курильщиках, которые находятся рядом с курящими людьми и во время их курения получают долю никотина, а значит тоже страдают.

**Влияние на здоровье человека алкоголя**

Несмотря на то, что спирт обладает лечебным действием, помогая при простудных и других заболевания, он еще и навредить может, если принимать его в чрезмерных количествах.

Среди людей бытует мнение, что алкоголь улучшает настроение и поднимает аппетит, а потому многие считает его отличным средством против усталости. Умеренное употребление алкоголя не навредит здоровью. Например, в малых дозах спирт благотворно влияет на сердце. Но не стоит забывать о том, что алкоголь оказывает воздействие на мозг, поэтому нельзя ни в коем случае под его воздействием садиться за руль.

При избыточном употреблении алкоголя в скором времени могут появиться очень неприятные заболевания, такие как повреждение почек и потеря памяти. Также начинает разрушаться психика человека и теряется эмоциональный контроль. Наступают необъяснимые депрессии и навязчивые состояния. У алкоголиков выводится из строя печень, начинается цирроз печени. От маленькой дозы спустя несколько дней печень восстанавливается, но если пить, не прекращая, можно просто умереть.

**Влияние на здоровье человека наркотиков**

Наркотик оказывает очень сильное влияние на функционирование организма человека. Если наркотические вещества применяются не по назначению врача, то они несут только вред для организма. Психоактивные наркотики приводят к галлюцинациям, которые могут привести к непредсказуемым последствиям.

**Почему злоупотребляют наркотиками?**

\* Во-первых, в этом виновна социальная согласованность. Если человек находится в той компании, где используют наркотики, то он хочет показать свою принадлежность к этой группе и начинает принимать их тоже.

\* Во-вторых, люди могут употреблять наркотики ради удовольствия. Это одна из главных причин, по которой люди становятся наркоманами. Погоня за «маленьким, коротким» радостями дорого потом стоит…

\* Третьей причиной является обыкновенное любопытство, из-за которого люди начинают принимать наркотики, а потом не могут остановиться.

\* Достаток и досуг также могут стать причиной употребления наркотиков. Становится скучно, теряется интерес к жизни, и на помощь приходят те самые наркотики, которые впоследствии могут привести к непредсказуемым последствиям.

Все вышеперечисленные вредные привычки приводят к неспособности воспроизводить здоровое во всех отношениях потомство, так как ведут не только к повышенной смертности и к снижению рождаемости, а также к возможности рождения неполноценного умственно и физически нездорового ребенка.

Вредные привычки наносят материальный вред обществу в целом, так как оно тратит огромные материальные средства для лечения этих людей от пагубных зависимостей, а также на проведение профилактических мероприятий, связанных с ними, вместо того, чтобы уделять больше внимания развитию здорового общества.