

Всероссийский День трезвости

В нашей стране, ежегодно, 11 сентября проводится Всероссийский День трезвости, в целях сокращения потребления алкоголя и формирования приверженности к трезвому образу жизни.

Эта дата была выбрана не случайно, еще в дореволюционной России, по инициативе служителей Русской Православной Церкви, первый день трезвости был проведен в 1913 году. А в марте 1914 года Святейший Синод принял решение о ежегодном праздновании этого дня. Дело в том, что 11 сентября (29 августа по старому стилю) православные отмечают Усекновение главы святого Пророка Иоанна Предтечи, во время которого следует соблюдать строгий пост.

В России в этот день закрывались все винные лавки и прекращалась продажа алкогольных напитков. В православных храмах проводились крестные ходы и читались воззвания о важности и значимости трезвого образа жизни, а затем проводился молебен Иоанну Крестителю. Каждый желающий мог дать обет трезвости, который благословлялся священником. Все, кто хотел получить выздоровление от напасти, возносили молитвы к иконе «Неупиваемая Чаша», дарующей исцеление от болезней и пьянства.

Всероссийский День трезвости поныне отмечается в нашей стране. Теперь его организацией и проведением занимаются представители власти, медицинские и социальные учреждения, различные общественные организации. Нужно отметить, что в наше время, к сожалению, этот день, как никогда актуален. Судите сами!

Согласно стандартам Всемирной Организации Здравоохранения границей потребления спиртного, после которой начинается деградация общества, является потребление алкоголя в количестве 8 литров спирта на человека в год.

В России, в 1913 году, количество алкоголя на душу населения составляло 4,7 литра спирта в год. В те времена, 43% мужского населения в стране оставались абсолютными трезвенниками. К 1979 году доля непьющих мужчин сократилась до 0,6%. В 2021 году количество спиртного на душу населения, включая несовершеннолетних, составило 9 литров этанола в год.

Ежегодно в России умирают от причин, непосредственно связанных с употреблением алкоголя, до 50 тысяч человек. Кроме того, потребления алкоголя несет существенный вклад в смертность от заболеваний: 69% смертей от цирроза печени, 61% смертей от кардиомиопатии и миокардита, 47% смертей от панкреатита, 13,5% смертей от гипертонической болезни сердца, 4,4% смертей от инсульта (Глобальное бремя болезней). Более 60% людей, умерших от внешних причин (травмы, дорожно-транспортные происшествия, отравления), имели в крови алкоголь.

Следует отметить, что 61% людей страдающих алкогольной зависимостью, это люди в возрасте от 20 до 35 лет. Оставшиеся 39%, это люди в возрасте 35-60 лет.

Пагубное потребление алкоголя и алкоголизм, это проблема не одного человека, его здоровья и продолжительности жизни. Эта болезнь разрушает всё вокруг: взаимоотношения в семье, в трудовом коллективе, в обществе в целом. Принимать алкоголь или нет, по-прежнему остаётся свободным выбором каждого, выбором между счастливой жизнью и пьяной болезненной смертью. Но,

необходимо помнить, что алкоголизм, является болезнью, тяжело поддающейся лечению! Многие люди ошибочно полагают, что от этого недуга можно излечиться самостоятельно и пытаются справиться своими силами, спасая себя или близких людей. В действительности, самолечение лишь отнимает время, и не даёт никаких результатов. Успех возможен, только при условии проведения комплекса мероприятий со стороны врача и пациента, а также помощи и содействия со стороны семьи и друзей. В противном случае избавление может быть временным и непродолжительным.

Для получения помощи в решении столь серьёзной и деликатной проблемы для себя и своих близких, любой желающий, может обратиться за помощью к специалистам Новосибирского областного клинического наркологического диспансера или врачу наркологу в медицинскую организацию по месту прикрепления на медицинское обслуживание.

День трезвости - праздник, который следует проводить, сохраняя трезвость рассудка, радуясь возможности общения с близкими людьми, стремясь сделать так, чтобы трезвость стала естественным состоянием каждый день в году.

Ведь только трезвый человек может быть успешным, счастливым, иметь крепкую семью и уважение. Трезвость - естественное состояние личности, проявляющееся через здравомыслие. Отказываясь от употребления алкоголя, мы сможем сделать нацию более здоровой и сильной!