

## 11 июля – День профилактики алкоголизма



Алкоголь или алкогольные напитки содержат этанол – психоактивное и токсичное вещество, способное вызвать зависимость. Хотя алкоголь широко используется во многих культурах на протяжении столетий, его употребление связано с серьезными рисками и вредом для здоровья.

В 2019 г. во всем мире 2,6 миллиона случаев смерти были связаны с употреблением алкоголя, в том числе 2 миллиона среди мужчин и 0,6 миллиона – среди женщин. Самые высокие показатели смертности в связи с алкоголем на 100 000 населения наблюдаются в Европейском и Африканском регионах ВОЗ и составляют соответственно 52,9 и 52,2 случая смерти на 100 000 человек.

В непропорционально большей степени от употребления алкоголя страдают лица молодого возраста (20–39 лет): в 2019 г. в этой возрастной группе была отмечена самая высокая доля случаев смерти, связанных с алкоголем (13%).

Данные о глобальном употреблении алкоголя за 2019 г. показывают, что, согласно оценкам, 400 миллионов человек в возрасте 15 лет и старше страдают расстройствами, вызванными употреблением алкоголя, и примерно 209 миллионов человек имеют алкогольную зависимость.

В этой области достигнут некоторый прогресс: за период 2010–2019 гг. число смертей в связи с употреблением алкоголя на 100 000 человек в общемировом масштабе сократилось на 20,2%.

Наблюдается устойчивый рост числа стран, разрабатывающих национальную антиалкогольную политику. Почти во всех странах введены акцизы на алкоголь. При этом страны сообщают о продолжающемся вмешательстве алкогольной промышленности в разработку такой политики.

Данные за 2019 г. показывают, что около 54% из 145 стран, представивших доклады, имеют национальные руководящие принципы/стандарты в отношении специализированных услуг по лечению расстройств, вызванных употреблением алкоголя, но лишь 46% стран ввели

в действие правовые нормы, защищающие конфиденциальность лиц, проходящих лечение.

Масштабы доступа к скринингу, кратковременному вмешательству и лечению для лиц с опасным употреблением алкоголя и расстройствами, вызванными его употреблением, по-прежнему незначительны, как и уровень доступа к лекарственным средствам для лечения расстройств, связанных с употреблением алкоголя. В целом доля лиц с расстройствами от употребления алкоголя, обращающихся за медицинской помощью, колеблется от менее 1% до не более 14% во всех странах, где имеются такие данные.

### **Риски для здоровья, связанные с употреблением алкоголя**

Употребление алкоголя является причиной более чем 200 заболеваний, травм и других нарушений здоровья. Однако количественная оценка глобального бремени болезней и травм, вызванных употреблением алкоголя, возможна только по 31 виду нарушений здоровья на основе имеющихся научных данных о влиянии употребления алкоголя на их развитие, распространенность и исходы.

Употребление алкогольных напитков ассоциировано с риском развития неинфекционных заболеваний, например, болезней печени, сердца и различных видов рака, а также психических и поведенческих состояний, таких как депрессия, тревожность и расстройства, связанные с употреблением алкоголя.

По оценочным данным, в 2019 г. употребление алкоголя стало причиной 474 000 случаев смерти от сердечно-сосудистых заболеваний.

Поскольку алкоголь является признанным канцерогеном, его употребление повышает риск развития нескольких видов рака, включая рак молочной железы, печени, головы и шеи, рак пищевода и колоректальный рак. В 2019 г. 4,4% случаев рака, диагностированных во всем мире, и 401 000 случаев смерти от рака были связаны с употреблением алкоголя.

Кроме того, употребление алкоголя наносит большой вред не только употребляющему его лицу, но и окружающим. Значительная часть бремени болезней, связанных с алкоголем, возникает из-за травматизма, например, в результате дорожно-транспортных происшествий. В 2019 г. из 298 000 случаев смерти от ДТП, связанных с употреблением алкоголя, 156 000 случаев смерти произошли в результате употребления алкоголя каким-либо другим лицом.

К числу других травматических событий преднамеренного или непреднамеренного характера относятся падения, утопление, ожоги, сексуальное нападение, насилие со стороны интимного партнера и самоубийство.

Выявлена причинно-следственная связь между употреблением алкоголя и заболеваемостью или течением таких инфекционных болезней, как туберкулез и ВИЧ.

Употребление алкоголя во время беременности повышает риск рождения ребенка с фетальными расстройствами алкогольного спектра (ФАСН), наиболее тяжелой формой которых является фетальный алкогольный синдром (ФАС), связанный с нарушениями развития и врожденными

дефектами. Употребление алкоголя во время беременности также может увеличить риск осложненных преждевременных родов, включая выкидыш, мертворождение и рождение недоношенных детей.

Употребление алкоголя в непропорционально большей степени оказывает негативное воздействие на лиц молодого возраста: в 2019 г. самая высокая доля (13%) смертей, связанных с алкоголем, была зафиксирована в возрастной группе 20–39 лет.

В долгосрочной перспективе вредные и опасные уровни употребления алкоголя могут привести к социальным проблемам, включая семейные конфликты, проблемы на работе, финансовые затруднения и безработицу.

### **Факторы, влияющие на употребление алкоголя, и связанный с алкоголем вред**

Безопасной формы употребления алкоголя не существует. Даже низкий уровень его употребления чреват определенными рисками и может причинить вред.

Уровень риска зависит от нескольких факторов, включая количество потребляемого алкоголя, частоту его употребления, состояние здоровья человека, возраст, пол и другие личностные характеристики, а также контекст, в котором происходит употребление алкоголя.

Некоторые группы и лица, которые уязвимы или находятся в группе риска, могут иметь повышенную восприимчивость к токсическим, психоактивным и вызывающим зависимость свойствам алкоголя. В то же время лица, придерживающиеся малорисковых моделей употребления алкоголя, могут избежать высокой вероятности наступления негативных медико-санитарных и социальных последствий.

К социальным факторам, влияющим на уровни и модели употребления алкоголя и связанные с ним проблемы, относятся культурные и общественные нормы, доступность алкоголя, уровень экономического развития, а также принятие и проведение в жизнь антиалкогольной политики.

Воздействие алкоголя на хронические и острые нарушения здоровья в значительной мере определяется общим объемом потребляемого алкоголя и формой его употребления, особенно характеризующейся эпизодическим употреблением алкоголя в больших количествах. Наибольшая часть вреда, обусловленного алкоголем, связана с эпизодическим или продолжительным злоупотреблением алкогольными напитками.

Контекстуальные факторы, связанные с употреблением алкоголя, играют важную роль в причинении связанного с алкоголем вреда, особенно в результате алкогольной интоксикации. Употребление алкоголя может оказывать воздействие не только на заболеваемость, травматизм и возникновение других нарушений здоровья, но и на их исход или дальнейшее течение.

Как в употреблении алкоголя, так и в смертности и заболеваемости, связанных с алкоголем, наблюдаются гендерные различия. В 2019 г. на момент сбора данных алкоголь употребляли 52% мужчин, но при этом доля женщин, употреблявших алкоголь в течение последних 12 месяцев, составляла лишь

35%. Объем потребления алкоголя на душу населения составлял в среднем 8,2 литра для мужчин по сравнению с 2,2 литра для женщин. В 2019 г. употребление алкоголя стало причиной 6,7% всех смертей среди мужчин и 2,4% всех смертей среди женщин.

**Организация оказания наркологической помощи в г. Минске:**

- все виды анонимной наркологической помощи (УЗ «Городской клинический наркологический диспансер», тел. 2373701);
- по субботним дням регистратура наркологического диспансера по ул. Гастелло, 16, работает 8.00-14.30, тел.2035821;
- неотложная помощь в вечернее время, субботние, выходные и праздничные дни оказывается по ул. Передовая, 11;
- платные медицинские услуги оказываются во всех подразделениях городского наркологического диспансера анонимно.

Врач-эпидемиолог службы главного  
врача-диетолога

Т.В. Красовская