

С 18 ПО 24 АВГУСТА 2025 ГОДА В РОССИИ ПРОХОДИТ НЕДЕЛЯ ОТКАЗА ОТ АЛКОГОЛЯ



ГБУЗ «ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО
ЗДОРОВЬЯ И МЕДИЦИНСКОЙ
ПРОФИЛАКТИКИ» МЗ КК



ЧТО ПРОИЗОЙДЕТ, ЕСЛИ ПРЕКРАТИТЬ УПОТРЕБЛЯТЬ АЛКОГОЛЬ?

1. УЛУЧШИТСЯ РАБОТА МОЗГА

Алкоголь нарушает
нейронные связи в
головном мозге.

Спустя
непродолжительное
время после отказа от
его употребления
заметно улучшится
память и исчезнут
головные боли.



ГБУЗ «ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО
ЗДОРОВЬЯ И МЕДИЦИНСКОЙ
ПРОФИЛАКТИКИ» МЗ КК



2. СНИЗИТСЯ РИСК ПОЯВЛЕНИЯ РАКОВЫХ, СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ И БОЛЕЗНЕЙ ПЕЧЕНИ.

Алкоголь оказывает
негативное влияние
на весь организм,
отказ от него
способствует
нормализации
функционирования
жизненно важных
органов.



ГБУЗ «ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО
ЗДОРОВЬЯ И МЕДИЦИНСКОЙ
ПРОФИЛАКТИКИ» МЗ КК



3. УЛУЧШИТСЯ РАБОТА НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ.

Алкоголь провоцирует появление бессонницы, повышенной раздражительности и плохого настроения.

От всего этого можно избавиться, исключив из своей жизни спиртные напитки!



ГБУЗ «ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО
ЗДОРОВЬЯ И МЕДИЦИНСКОЙ
ПРОФИЛАКТИКИ» МЗ КК



4. СНИЗИТСЯ РИСК ПЛОХОЙ НАСЛЕДСТВЕННОСТИ.

Алкоголь вносит изменения в структуру генетического кода ДНК.

По исследовательским данным, до 90% детей с физиологическими отклонениями рождается у людей, употребляющих спиртное.

! Позаботьтесь о будущем поколении!



ГБУЗ «ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО
ЗДОРОВЬЯ И МЕДИЦИНСКОЙ
ПРОФИЛАКТИКИ» МЗ КК



5. ЗДОРОВОЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ.

Спиртные изделия оказывают на психику эйфорическое воздействие на протяжении нескольких часов.

По окончании действия этого эффекта человек вступает в депрессивное состояние, сопровождающееся агрессией и приступами панического страха.

Отказ от алкоголя сулит гораздо большее удовольствие от жизни.
БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!



ГБУЗ «ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО
ЗДОРОВЬЯ И МЕДИЦИНСКОЙ
ПРОФИЛАКТИКИ» МЗ КК

