



**Медико-социальные последствия
пьянства и алкоголизма, меры
по их предупреждению и преодолению
в Минской области**

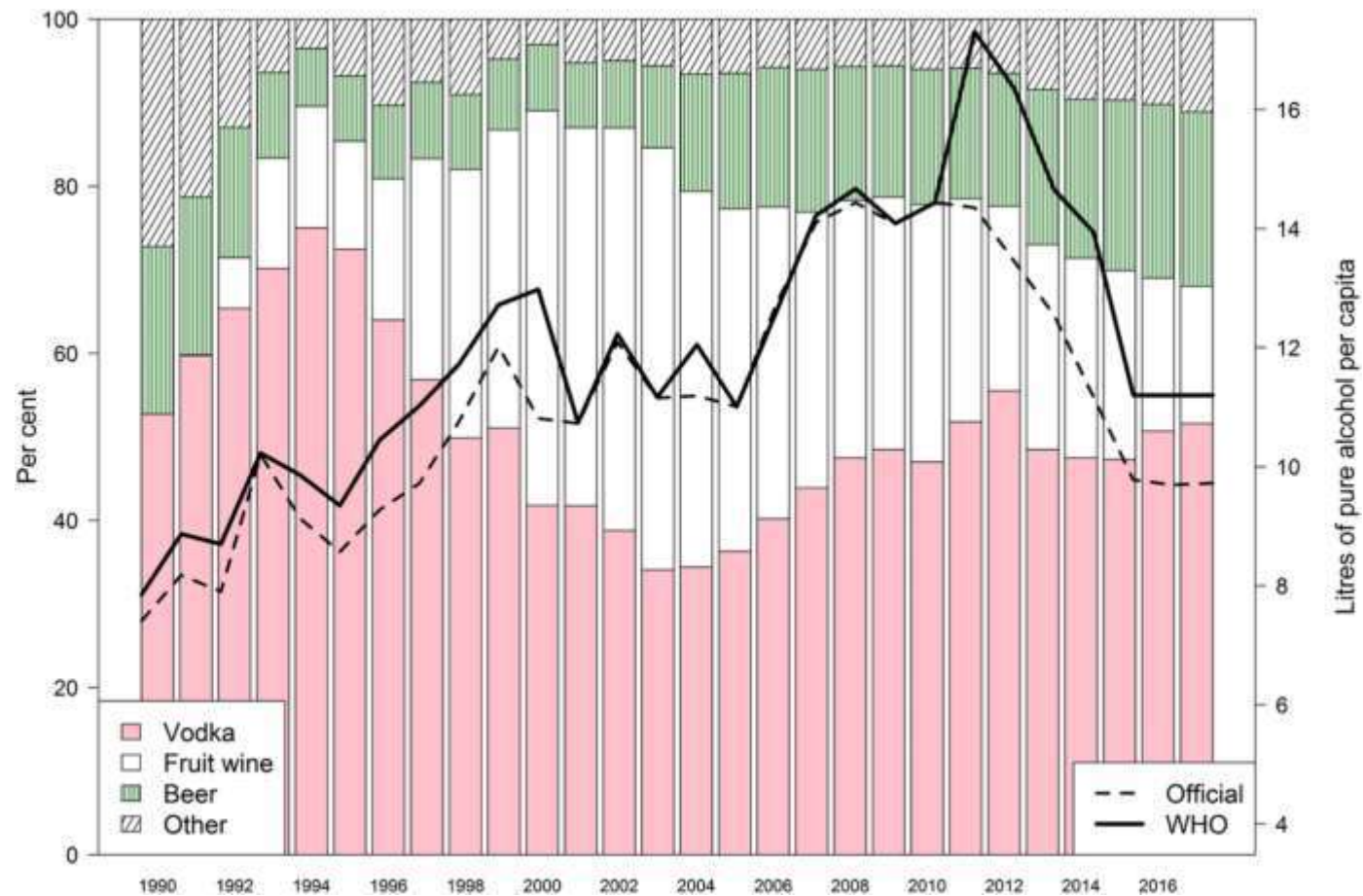
**Александров А.А.,
главный врач**

**УЗ «Минский областной клинический центр
«Психиатрия-наркология»**

Беларусь - не «самая пьющая страна»

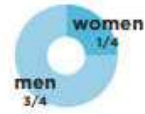
- По данным Глобального доклада о положении в области алкоголя и здоровья (ВОЗ, 2014 г.) по данным с 2008 по 2010 годы Беларусь была на 1 месте в мире (17,5 л) по потреблению абсолютного алкоголя на душу населения в возрасте 15 лет и старше в год (27,5 литра -на мужчину и 9,1 — на женщину).
- ФАКТ ВОЗ: потребление в Беларуси - 11 л чистого алкоголя на душу населения в возрасте 15 лет и старше (2019 г.)(21 место в Европе)
- Экономическое бремя алкоголя в Беларуси (оценки РНПЦ психического здоровья, Минск): 2008 г. -8% ВВП, 2013 - 4,6% ВВП).
- В 2021 г. в Беларуси врача наблюдалось 145 тысяч человек с зависимостью от алкоголя. 25 тысяч с употреблением алкоголя с вредными последствиями

Структура потребления алкоголя в Беларуси




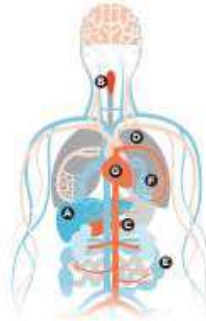
Alcohol and health World Health Organization








3 million deaths every year from harmful use of alcohol



Harmful use of alcohol causes

-  100% of alcohol use disorders
-  18% of suicides
-  18% of interpersonal violence
-  27% of traffic injuries
-  13% of epilepsy



-  48% of liver cirrhosis
-  26% of mouth cancers
-  26% of pancreatitis
-  20% of tuberculosis
-  11% of colorectal cancer
-  5% of breast cancer
-  7% of hypertensive heart disease

Reduce harmful use of alcohol

Best buy interventions

-  Regulate alcohol distribution
-  Restrict or ban advertising
-  Increase prices

More key interventions



Prevent and treat alcohol use disorders



Raise awareness of alcohol-attributable health burden



Support community action to prevent and reduce the harmful use of alcohol



Provide consumer information on alcohol containers



Regulate informally produced alcohol



Implement drink-driving policies

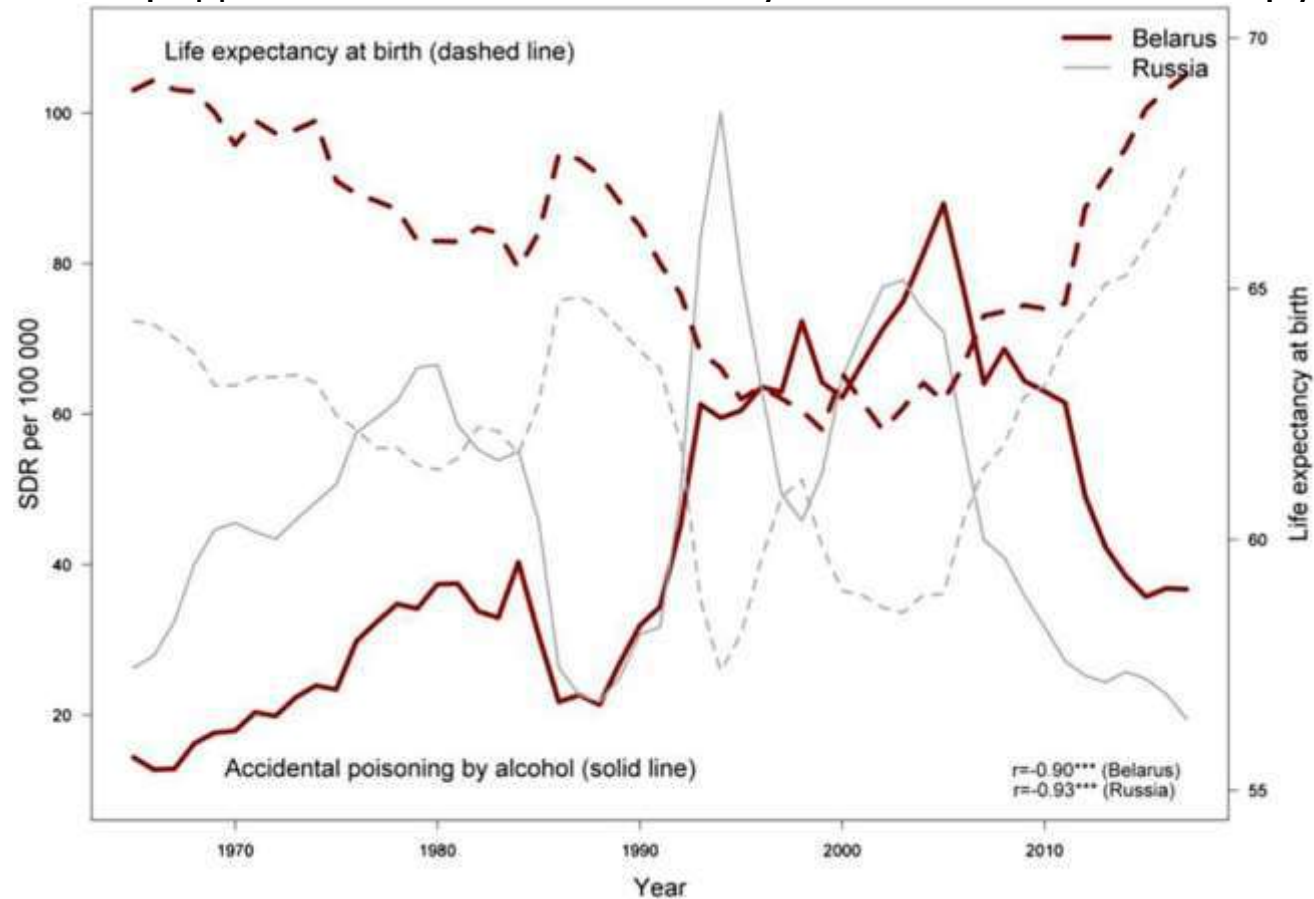


Develop surveillance systems for alcohol consumption, health consequences and policy



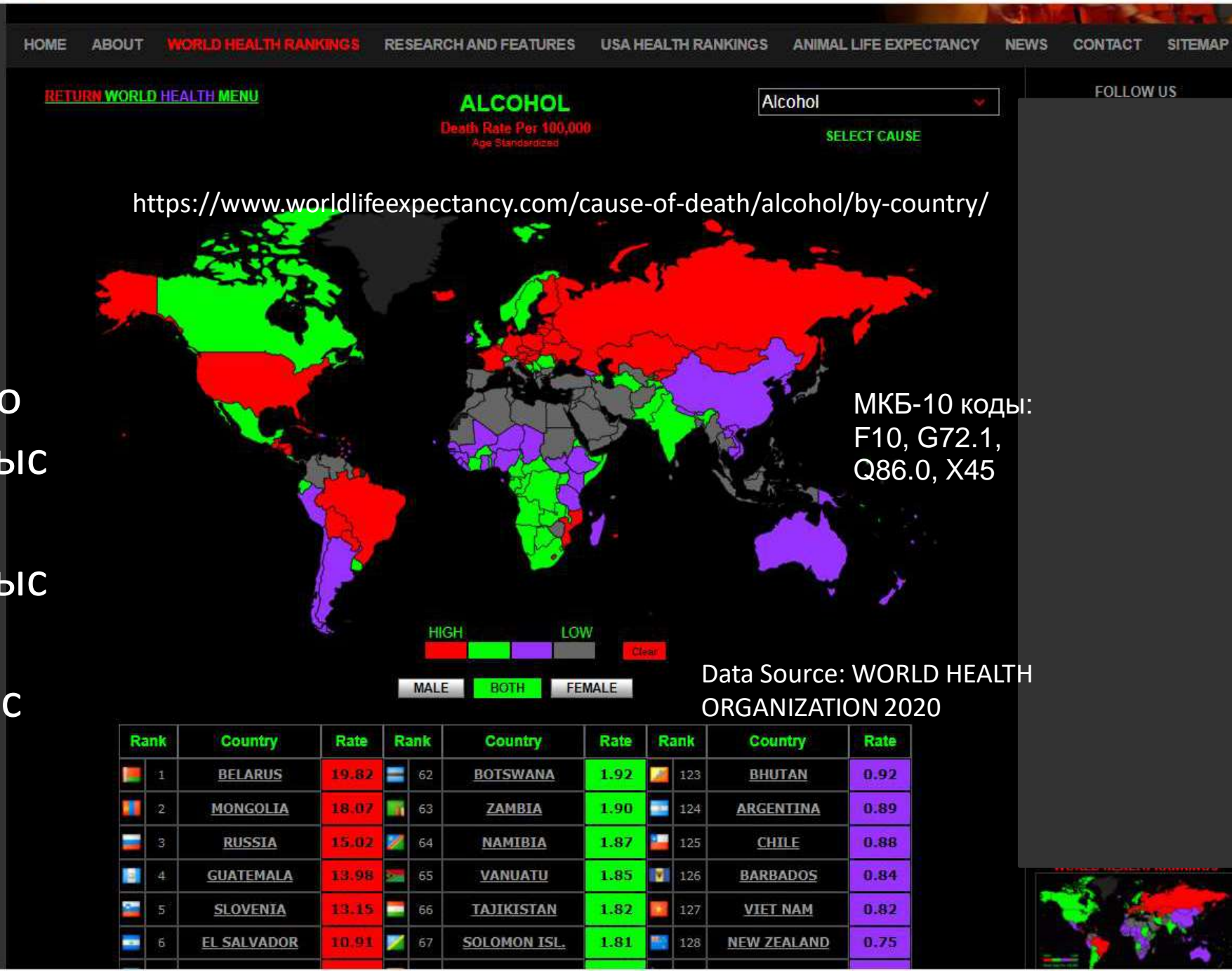
10% reduction in the harmful use of alcohol by 2025

Смертность от отравлений алкоголем и ожидаемая продолжительность жизни мужчин в России и Беларуси



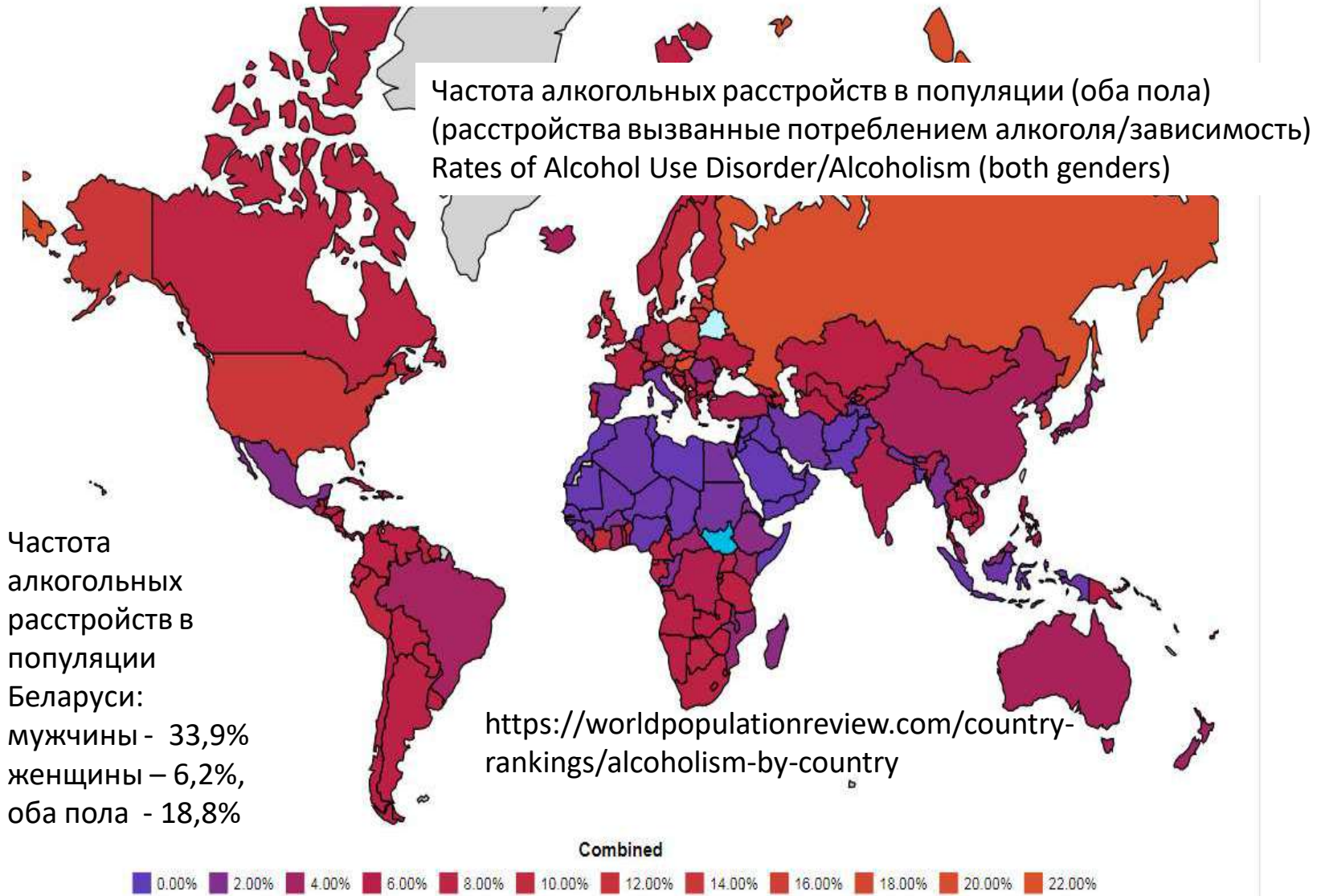
Association between mortality from accidental poisoning by alcohol (ages 20–64 years) and life expectancy at birth; Belarus and Russia, males, 1965–2017.
*** Pearson correlation coefficient at $P < 0.01$. SDR, standardised mortality rate.

Смертность
от причин,
связанных
с алкоголем:
Беларусь-всего
19,82 на 100 тыс
мужчины -
33,25 на 100 тыс
женщины-
8,83 на 100 тыс



Alcoholism by Country 2022

Ad closed by Goo



Belarus

Male: 33.90%

Female: 6.20%

Combined: 18.80%





Всемирная организация
здравоохранения
Европейское региональное бюро



STEPS 2020

РАСПРОСТРАНЕННОСТЬ ФАКТОРОВ РИСКА
НЕИНФЕКЦИОННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ



ПО РЕГИОНАМ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

2021

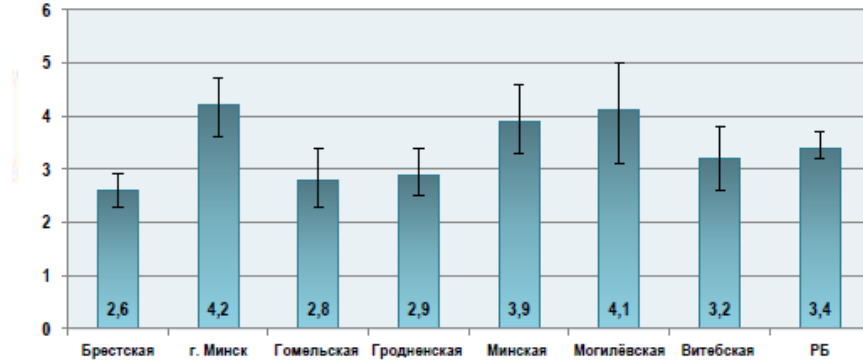


Рис. 15 – Среднее число случаев употребления алкоголя среди пьющих в настоящее время (за последние 30 дней)

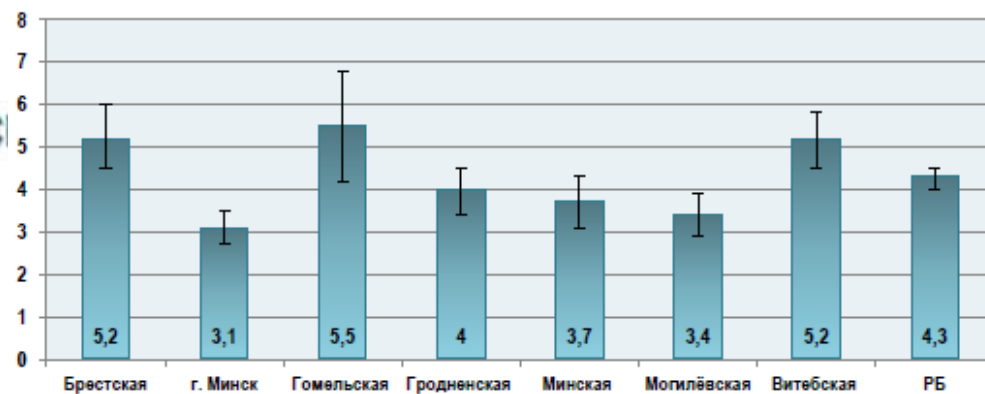


Рис. 16 – Среднее количество стандартных доз, выпитых за один случай употребления алкоголя, среди пьющих в настоящее время (за последние 30 дней)

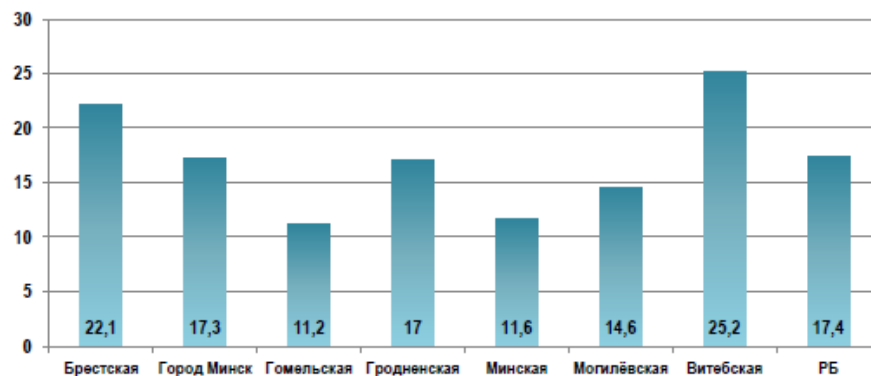


Рис. 17 – Доля лиц, употребивших шесть или более ст.д. за 1 случай по крайней мере 1 раз в течение последних 30 дней, среди всего населения, %

Ступенчатая модель работы с потреблением алкоголя



Типы потребления алкоголя

- **Умеренное потребление алкоголя** (Moderate Alcohol Consumption)
- ЗА: снижение риска ИБС и смерти от нее, потенциальное снижение риска развития ишемического инсульта и диабета
- ПРОТИВ: заболевания, дети, беременные, риск рака, вождение
- **Употребление алкоголя с низким риском** (Low-risk drinking)
- **Рискованное потребление алкоголя** (Risky Alcohol Consumption)
- **Опасное потребление алкоголя** (Hazardous Alcohol Consumption)
- **Вредное потребление алкоголя** (Harmful Alcohol Consumption)
- **Злоупотребление алкоголем** (Alcohol abuse)
- **Зависимое потребление алкоголя** (Alcohol addiction/dependence)

или нет, и держать его под контролем, нужно знать следующее:

¹
¹ **Что такое алкогольная единица?**

Это 10 грамм чистого (100%) этилового спирта, которые содержатся:



в 330 мл
(маленькая
бутылка)
слабоалко-
гольного
напитка
крепостью 3%

в 250 мл.
(половине
бокала)
пива
крепостью 4%

в 125 мл.
(фужере)
сухого вина
(шампан-
ского)
крепостью
9-11%;

в 50 мл.
крепленного
вина
(вермута)
крепостью
18%;

в 25 мл
крепких
алкогольных
напитков
крепостью
40%.

Установлено, что риск развития проблем со здоровьем минимален, если взрослый человек, не имеющий зависимости от алкоголя, выпивает в сутки:
мужчина - не более 20 г. чистого этилового спирта,
женщина - не более 10 г. чистого спирта.

Сколько же спирта содержится в разных алкогольных напитках?

Как «выпивать» «без проблем»?

Интервьюер! Покажите цветную таблицу перевода объемов алкогольных напитков в стандартные порции (СП) и дождитесь ответа респондента.
Одна стандартная порция содержит 10 г этилового спирта. На рисунках представлены примеры одной СП. Если в типичный день Вы употребляете несколько разных алкогольных напитков, то суммируйте число СП.

<small>Маленький бокал вина или шампанского, 100 мл Крепость 12–13%</small>	<small>Половина кружки пива, 250 мл Крепость 4,5–5%</small>	<small>Бокал крепленого вина, 60 мл Крепость 16–22%</small>	<small>Маленькая рюмка крепкого алкоголя, 30 мл Крепость 40%</small>	
				

Не более 2 стандартных доз
алкоголя за день для мужчин и 1
для женщин

Минимум 2 трезвых дня в неделю.

Не более 3 дней подряд и
отсутствие тяжелых выпивок (6
доз алкоголя за один день в
неделю).

1
3

Сколько же спирта содержится в разных алкогольных напитках? ПИВО, СИДР



ВОДКА, КОНЬЯК, ВИСКИ



Как сократить потребление алкоголя?

- 1. Ограничительные меры:
 - повышение цены, повышение возраста,
 - ограничение мест и времени продаж,
 - монополия на продажу,
 - запрет продажи спиртного пьяным.
- 2. Образование и пропаганда.
- 3. Консультации врачей, психологов, специалистов по социальной работе по вопросам потребления алкоголя.

Роль руководителей в выявлении и помощи людям с алкогольными проблемами

- **Первичная профилактика** среди:
- Всех сотрудников
- Скрининг для выявления злоупотребления алкоголем среди проблемных
- Участие в диагностике проблемы
- **Вторичная профилактика** посредством мотивации проблемно пьющего человека
- **Участие в лечении** (психологическая и социальная поддержка на уровне работы)

Модель изменения потребления

алкоголя



- Опросник для оценки потребления алкоголя



Буклет об уровнях потребления алкоголя с рекомендациями



- Информационный материал про алкогольную зависимость



Факторы защиты

- Семейная сплочённость
- Развитие альтернативных (здоровых) интересов (хобби)
- Продолжение обучения (профессионального)
- Духовное воспитание
- Поддержка окружения
- Самодостаточность и самоэффективность
- Развитые социальные навыки

Доступная помощь психиатра, нарколога,
психотерапевта, психолога в центре Минска жителям
всей Минской области



**Минский областной клинический центр «Психиатрия –
наркология» (г. Минск, ул. П.Бровки, 7) (МОКС.ВУ)**

Минский областной клинический центр
«Психиатрия – наркология»

1. амбулаторное наркологическое отделение,
2. амбулаторное психиатрическое отделение,
3. отделение для анонимной наркологической помощи,
4. дневной психонаркологический стационар,
5. реабилитационное стационарное наркологическое отделение «Исток» для наркоманов и алкоголиков,
6. отделение оказания психологической помощи,
7. центр заместительной терапии наркомании,
8. центр социального сопровождения наркозависимых,
9. анонимный консультативный пункт для наркоманов
10. прием врач-сексолога,
11. областной центр пограничных состояний
12. 24 часа телефона доверия экстренной психологической помощи
13. консультация доцентов кафедры, кандидатов меднаук
14. С 01.06.2022 – детский психиатрический дневной стационар

8 017 311 00 99
8 029 899 04 01

МОКС.ВУ



ТЕЛЕФОН

ДОВЕРИЯ

8 017 311-00-99
8 029 899 04 01
Telegram, Viber,
WhatsApp

ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ

Психологическая помощь
в кризисной ситуации

АНОНИМНО, БЕСПЛАТНО
ОКОНФИДЕНЦИАЛЬНО

КРУГЛОСУТОЧНО

Профессиональные
психологи Вам помогут!

Звоните, мы Вас
услышим!

МОКС.ВУ