

підвищення безпеки праці на основі міжнародного співробітництва.

Отже, зважаючи на всі перераховані нюанси та принципи, можемо зробити висновок, що кожна людина має бути обізнаною в своїй робочій сфері.

Список використаної літератури

1. <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2694-12>
2. <https://zakon.help/law/2694-XII/edition20.01.2018>
3. <https://uk.wikipedia.org/wiki>
4. Конституція України «Загальні положення».

СОЦІАЛЬНА НЕБЕЗПЕКА: АЛКОГОЛЬ, ТЮТЮНОПАЛІННЯ

Федосенко А.В.

м. Полтава

*Людина часто сама собі найлютіший ворог.
(Цицерон)*

Проблема тютюнопаління і алкоголізму залишається актуальною та важливою. Зараз споживання тютюну і спиртних напоїв у світі характеризується величезними цифрами. Особливо велика кількість курців та тих, хто вживає алкоголь у молодіжному середовищі. Від цих шкідливих звичок страждає все суспільство, але, в першу чергу, під загрозою підрастаюче покоління: діти, підлітки, молодь, а також здоров'я майбутніх матерів. Адже алкоголь та нікотин активно впливають на несформований організм, поступово руйнуючи його. При систематичному вживанні алкоголю розвивається небезпечна хвороба – алкоголізм. Вона не тільки небезпечна для здоров'я людини, але і, практично, невиліковна. Це негативне явище завдає великої шкоди суспільству, його культурним, матеріальним і духовним цінностям. Паління, поряд з надмірним вживанням алкоголю, є складовими факторів ризику, що сприяють розвитку цілого ряду хронічних захворювань серця, судин, легенів, органів травлення, онкологічної патології, а також є потужним фактором високої смертності українців, особливо чоловіків.

З початком ХХ століття в повсякденне життя увійшли міцні алкогольні напої: віскі, горілка і т.п. Зі збільшенням кількості населення і поліпшенням якості життя алкоголь почав займати все більше місце в житті людей. Алкоголізм є причиною 4% всіх смертей у світі. На планеті налічується близько 140 мільйонів людей, які страждають від алкогольної залежності та потребують спеціального лікування. Україна посідає одне з перших місць у світі за кількістю вжитого алкоголю (15 літрів спирту в рік на особу). В Україні налічується близько 1 мільйона людей, які страждають від алкогольної залежності. 400 тисяч людей, що вмирають щорічно в Україні, гинуть через шкідливі звички, зокрема, через надмірне вживання алкоголю. Згідно з дослідженнями Всесвітньої організації здоров'я, 20% українців вживають алкоголь в кількості, що набагато перевищує норму. Нормою ж вважається вживання до 2 літрів спирту в рік. Зловживання алкоголем, яке призводить до формування залежності, починається ще в ранньому віці, а до 18 років стає повсякденною нормою. Пік вживання алкоголю припадає на осіб віком від 18 до 28 років. Більшість українців починають вживати алкоголь до 13 років. Відповідно до Всеєвропейського опитування молоді про вживання алкоголю і наркотичних речовин, близько 87% школярів в Україні хоча б раз вживали алкогольні напої, а понад 26% – вживають алкоголь кілька разів на місяць. Всесвітня організація здоров'я називає ще більш сумну статистику: 57% дітей у віці до 13 років вживають алкоголь, 40% молодих людей у віці від 14 до 18 років систематично п'ють, і їм уже необхідна реабілітація і спеціальне лікування [2].

Паління – одна зі шкідливих звичок. Дослідженнями доведено шкідливість паління. У димі тютюну міститься більше 30 отруйних речовин: нікотин, вуглекислий газ, окис вуглецю, синильна кислота, аміак, смолисті речовини, органічні кислоти та інші.

Нікотин – одна з найнебезпечніших отрут рослинного походження. Птахи гинуть, якщо до їх дзьоба лише піднести скляну паличку, змочену ніотином. Кролик гине від 1/4 краплі нікотину, собака - від 1/2 краплі. Для людини смертельна доза нікотину складає від 50 до 100 мг, або 2-3 краплі. Саме така доза надходить щодня в кров після вкурювання 20-25 сигарет (в одній сигареті міститься приблизно 6-8 міліграм нікотину, з яких 3-4 міліграм потрапляє в кров). Систематичне поглинання невеликих, несмертельних доз нікотину викликає звичку, пристрасть до паління [3].

У батьків-курців, діти протягом першого року життя часто хворіють на бронхіти та пневмонії, а мають ризик розвитку інших серйозних захворювань. Тютюновий дим затримує сонячні ультрафіолетові промені, які важливі для зростаючої дитини, впливає на обмін речовин, погіршує засвоюваність цукру і руйнує вітамін В3, необхідний дитині в період росту. У віці 5-9 років у дитини може порушитися функція легенів. Внаслідок цього в сім'ях, де палять, у дітей, особливо в ранньому віці, спостерігаються часті гострі пневмонії і гострі респіраторні захворювання. У сім'ях, де не палять, діти залишалися практично здоровими. У дітей, матері яких палили під час вагітності, є схильність до нападів епілепсії. Діти, що народилися від матерів, що палять, відстають від своїх однолітків в розумовому розвитку. Нікотин сприяє розвитку багатьох алергічних захворювань у дітей, і чим менша дитина, тим більшу шкоду заподіює його організму тютюновий дим. Паління підлітків, в першу чергу, позначається на нервовій і серцево-судинній системах. У 12-15 років підлітки вже скаржаться на швидку втомлюваність під час фізичних навантажень. Курці наражають на небезпеку не тільки себе, а й оточуючих. У медицині з'явився навіть термін «пасивне куріння». В організмі людей, які не палять, після перебування в накуреному і не провітреному приміщенні спостерігається значна концентрація нікотину [1].

Паління та алкоголізм є проблемою не тільки самого «хворого» (бо ці дві звички я особисто вважаю хворобою, від якої необхідно лікувати і лікуватися), але і проблемою всього суспільства в цілому. Паління є соціальною проблемою суспільства, як для тих хто палить, так і для решти населення: для першої – проблемою є кинути палити, а для другої – уникнути впливу нікотину на організм і не «заразитися» цією звичкою, а також – зберегти своє здоров'я від продуктів куріння, оскільки пасивне паління є не на багато безпечніше того, якби людина сама палила і приймала у себе нікотин і багато іншого, що входить у запалену сигарету.

Алкоголь «вражає» не тільки того хто його вживає, але і решту людей. Часто чоловіки або жінки, схильні до алкоголізму, нехтують своїми обов'язками, друзями, сім'єю і дітьми, для того, щоб задовольнити свою потребу. Пристрасть до алкоголю – причина різних злочинів. Відомо, що 50% усіх злочинів пов'язано з вживанням алкоголю. За алкоголізм батьків часто розплачуються діти. Дослідження психічнохворих дітей показали, що причиною їх хвороби часто є алкоголізм батьків.

Боротьба з алкоголізмом – найбільша соціальна і медична проблема будь-якої держави. Шкідливість алкоголю доведена. Навіть малі дози його можуть стати причиною великих неприємностей або нещастя: травм, автокатастроф, позбавлення працездатності, розпаду сім'ї, втрати духовних потреб і вольових рис людини.

Список використаної літератури

1. Гемкова Л.Л., Славков Н.Б. Почему это опасно. М.: «Просвещение», 1989. 96с.
2. Колесов Д.В. Беседы об антиалкогольном воспитании. М.: «Просвещение» 1987. 80 с.
3. Ягодинский В.Н. О вреде никотина и алкоголя. М.: «Просвещение» 1986. 97с.