**Зачем пропагандировать алкоголь?**

*Когда верстался номер Н.А. Гринченко прислала в редакцию копию своего письма Министру здравоохранения В.И. Скворцовой по поводу её высказывания о «полезных» и «безвредных» малх дозах алкоголя. Учитывая, что это письмо содержит серьезные аргументы, подкрепленные ссылками на источники информации, которые могут пригодиться и вам в своих обращениях, мы позволили вернуться к этой теме и опубликовать письмо Гринченко.*

*Редакция*

Уважаемая Вероника Игоревна!

Вы уважаемый во всём мире министр здравоохранения, делаете много полезного для страны. Однако вызывает недоумение недавняя видеозапись с Вашим заявлением в интервью «ОК на связи» на канале «Москва 24». Вы говорили о пользе алкоголя, и это после всех усилий хоть как-то отрезвить страну после алкогольного коллапса 90-х годов. Зачем дополнительно пропагандировать алкоголь министру здравоохранения, когда и так это успешно делают все наши СМИ круглосуточно?

В начале 20 века великий русский физиолог Иван Петрович Павлов, узнав об открытии института для изучения влияния алкоголя на живые организмы и установления безвредной дозы алкоголя, который ему предложили возглавить, сказал: *«Институт, ставящий себе непременною целью открыть безвредное употребление значительного количества алкоголя, по всей справедливости, не имеет права именоваться или считаться научным институтом... А потому мне кажется, что все те, кому дороги государственные средства, здоровье населения и достоинство русской науки, имеют обязанность поднять свой голос против учреждения института такого назначения».* (Классики русской медицины о действии алкоголя и алкоголизме. М., «Медицина», 1988, с.58–67).

Современные учёные тоже в большинстве своём считают, что даже малые дозы алкоголя приносят вред.

Академик медицины Ф.Г. Углов указывал на то, что спирт-этанол независимо от того, содержится он в крепком или в слабоалкогольном «напитке», остается протоплазматическим ядом. У любителей вина хронический алкоголизм формируется в 4 раза быстрее. Систематическое употребление одного бокала шампанского в день приводит к алкоголизму даже быстрее, чем употребление другого алкоголя из-за его вкусовых качеств и эстетизации процесса употребления. Рост женского и детского алкоголизма в значительной степени обусловлен потреблением шампанского. Существует и пивной алкоголизм, развивающийся гораздо медленнее, чем винный и водочный, но не менее опасный. В XIX в. англичане, борясь с алкоголизмом, решили вытеснить крепкие алкогольные напитки пивом. Но вскоре пришлось отменить «пивной закон», поскольку его введение лишь усугубило пьянство (Углов Ф.Г. Правда и ложь об алкоголе. — Фурманов: «Издательский дом Николаевых», 2009. - 31с.) Аналогичную картину с пивом мы наблюдали в России, когда крепкий алкоголь пытались вытеснить пивом.

Как утверждает белорусский социолог Ю.Е. Разводовский, совокупный уровень потребления алкоголя в странах Южной Европы, где употребляют в основном вино, достаточно высок, высок и уровень смертности от цирроза печени (Разводовский Ю.Е. Экономическая доступность алкоголя и связанная с алкоголем смертность в Беларуси//Вопросы организации и информатизации здравоохранения". – 2013. - №1. – С.48-52). Для европейских мужчин каждая 7-я смерть, а для женщин каждая 13-я обусловлены употреблением алкоголя (http://www.euro.who.int/\_\_data/assets/)

Новейшие исследования американских и финских учёных показали, что кардиопротекторные свойства малых доз алкоголя миф, который опровергается при добросовестное исследовании (Башарин К.Г. Опыт западных коллег// *http://sbnt.ru/files/K.Basharin-Obosnovanie\_trezvosti.pdf*) (дата обращения: 14 ноября 2017) Французские учёные обнаружили, что ежедневное употребление бокала вина на 168 процентов увеличивает риск рака горла или ротовой полости и что регулярное употребление малых доз алкоголя приносит даже больше вреда, чем эпизодическое в больших дозах. Американские учёные изучали регулярное употребление алкоголя на мозг на выборке из 2800 человек старше 50 лет. Тщательное медицинское обследование, учитывающее количество употребляемого алкоголя и табака, показало, что даже малые дозы алкоголя приводят к атрофии мозга. Канадские ученые обнаружили, что люди, которые постоянно употребляют небольшое количество алкоголя, попадают в группу риска стать алкоголиками вне зависимости от возраста. Изучив 600 тысяч семей, они также выяснили, что в тех семьях, в которых 15-летним подросткам родители разрешали употреблять алкоголь, риск развития алкоголизма был намного выше, чем в тех семьях, в которых алкоголь детям строго запрещён (Daily use of alcohol in small doses//http://medical-best-help.com/en/pages/691528 Medical Best Help “Proper Nutrition” Daily use of alcohol in small doses (дата обращения: 14 ноября 2017)

Что касается влияния алкоголя на организм человека в целом, то в документах Всемирной организации здравоохранения содержится достаточное количество доказательств того, что алкоголь разрушает человека на всех уровнях – физическом, социальном, духовно-нравственном.

Возникает вопрос: ответственно ли рекомендовать даже малые дозы алкоголя, когда есть много других, куда более безопасных, способов снятия стресса? Лучший выбор – трезвость, и особенно для подростков и молодёжи.

Достоин подражания опыт Исландии. Чтобы отвлечь подростков от курения или алкоголя, школьникам включили бесплатные мастер-классы по любому виду спорта или искусства, которым бы они хотели обучиться. Каждому предложили участие в программе на 3 месяца. Но многие продолжают участвовать в программе и спустя 5 лет. Танцы, музыка, рисование, занятия спортом вызывают биохимические процессы в мозге, которые позволяют лучше справляться со стрессом. Одновременно в Исландии запретили рекламу сигарет и алкоголя, а также создали специальные родительские организации, которые вместе со школой помогали ученикам решать психологические проблемы.

Результаты превзошли все ожидания. Если в середине 90-х годов исландские подростки входили в число самых пьющих и курящих в Европе, то в 2017 году они возглавляют таблицу европейских стран, в которых подростки ведут самый здоровый образ жизни. Число регулярно выпивающих подростков сократилось с 48 до 5 процентов, число курящих – с 23 до 3 процентов («Мы решили предложить им кое-что получше». Как в Исландии отучили подростков пить и курить//Феникс. Информационный бюллетень Международной Независимой ассоциации трезвости. – 2017. - №23 (305). – С.2).

Вызывает особую озабоченность образовательная программа «Семейный разговор», принятая советом Федерации РФ, которая уже кое-где внедряется в школах. Вот цитаты из брошюры «Семейный разговор»: *«Для людей, пьющих ответственно, употребление алкоголя – нормальная часть жизни», «Если вы пьёте благоразумно, ваши дети легко переймут положительные привычки», «С медицинской точки зрения алкоголь – успокоительное средство».* Здесь нарушается один из главных принципов антиалкогольной политики, заложенный в документе «Распоряжение правительства Российской Федерации» от 30 декабря 2009 года: *«Взаимодействия органов государственной власти, общественных организаций, религиозных объединений, представителей бизнеса и граждан,* ***не связанных с алкогольной индустрией»*** (выделено мной).

Антиалкогольные ограничения, принятые на государственном уровне в последнее десятилетие, принесли положительные результаты. Создаётся впечатление, что алкогольный капитал опять диктует свою политику и мы рискуем снова скатиться к алкогольному беспределу 90-х годов. Вызывает сожаление Ваше заявление о безопасности алкоголя далеко не малых доз (90-300 граммов алкоголя в неделю, что в переводе на чистый спирт составляет до полутора бутылок водки в неделю, и якобы, не приносят особого вреда). Оно уже тиражируется (https://www.youtube.com/watch?v=ZVRkKV4zevI) и похоже будет принято как руководство к действию. А малые дозы у всех, как известно, свои.

**Наталья Александровна Гринченко,**

доцент Елецкого государственного

университета им. И.А. Бунина, профессор

Международной академии трезвости,

председатель Липецкого отделения СБНТ,