

ИСТО



С комментариями:
Александра Муромского
Владимира Жданова
Геннадия Онищенко
Юрия Куклачева
Сергея Югая
Михаила Задорнова
Алексея Воеводы
Олега Газманова
Вячеслава Бутусова
Сати Казановой
Инны Гомес

РИЯ



ОДНОГО обмана

миф, который навязали России

1 000 000
ПРОСМОТРОВ
на **YOUTUBE**



проект Общероссийской общественной организации «ОБЩЕЕ ДЕЛО»

Ярослав Викторович Ковалевский
История одного обмана. Миф,
который навязали России
Серия «Общее дело»

Издательский текст

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=21975871

История одного обмана: миф, который навязали России:

Издательство АСТ; М.; 2016

ISBN 978-5-17-099968-2

Аннотация

Книга посвящена проблеме употребления алкоголя в российском обществе. Показан краткий, но при этом наглядный и правдивый исторический обзор о появлении и распространении спиртного в нашей стране, разоблачены распространенные мифы об алкоголе, приведена актуальная статистика, высказывания знаменитейших врачей. Также описаны приемы манипуляции сознанием человека, с помощью которых происходит втягивание молодежи в употребление спиртного. Книга дает четкое представление о процессах алкоголизации населения России, влиянии спиртного на здоровье человека и его судьбу. Для широкого круга читателей.

Содержание

Предисловие... «Я тогда напился и просто озверел...»	5
«Безобидная» химическая формула превращает людей в монстров	9
Экскременты дрожжевых микробов	12
«Виноградные гроздья» в сосудах	15
«Специфический» продукт питания	19
Кладбище погибших нейронов	20
Часть мозга – в унитаз	22
«Дитя веселого ужина»	25
«Прицельный огонь» по желудку и печени	30
Конец ознакомительного фрагмента.	31

**Ярослав Викторович
Ковалевский
История одного
обмана: миф, который
навязали России**

© Ковалевский, Я.

© ООО «Издательство АСТ»

Предисловие... «Я тогда напился и просто озверел...»



Знаете ли вы, что:

- в России 80 % убийств совершается в состоянии алкогольного опьянения;
- более половины всех изнасилований в России происходит по причине употребления алкоголя;
- на российских дорогах по вине пьяных водителей ежегодно происходит более 13 000 ДТП.

Прискорбно видеть, что страшная статистика трагедий, случившихся из-за алкогольного опьянения, сегодня мало кого потрясает, и многие люди с завидным упорством не хотят видеть и признавать алкоголь причиной социальных и экономических бед в нашей стране. Вот лишь несколько типичных примеров, показывающих, как люди разрушают свои судьбы.

АВАРИЯ

«Я в МГУ учился. С первого раза поступил. Первую сес-

сию когда сдал, Лешка с пацанами пришли. Ну... пили ром и пиво, кажется. В общем, выпили, и я сел за руль. Не помню, как нас на встречу вынесло. В общем, Леша-друг сразу погиб, и женщина в той машине тоже...».

ДРАКА

«Мы проект большой закончили в компании. Ну и, конечно, отметили это. Премию дали. Еще и за это выпили. Дальше все как в тумане. Домой пошел. Ребята какие-то стояли на улице.

Быстро все произошло. И удар-то не сильный был. Он упал, и все. На суде сказали – убийство. А я даже не знаю, из-за чего драка началась».

ИЗНАСИЛОВАНИЕ

«У меня мама, папа, бабушка есть. У нас компания во дворе была – нормальные все ребята. Мне девчонка одна нравилась из нашего района. Но она со мной не очень. А тут сидели – она идет. Я уже... выпил. Я за ней пошел, ну... там... заговорил, а она ни в какую. Короче, я что-то схватил ее, а тут еще двое наших подбежали. На суде я... не мог на нее смотреть».

УБИЙСТВО

«Она из армии меня дождалась, и сразу поженились. Ванька-сын родился. Меня менеджером взяли. Вот, просто

так. Представляете? А через год жена сказала, что уходит от меня. Из-за друзей, из-за пьянки. Я тогда напился. Сначала удержать ее хотел. Озверел просто. Опомился в милиции только. Ваня сейчас в детском доме».

Эти трагические истории случаются вовсе не с опустившимися пьяницами и хроническими алкоголиками, а с обычными людьми, которые хотели и могли бы учиться, работать, заботиться о своих семьях, дружить. Что же делает нормальных людей преступниками?

Сейчас в российском обществе часто можно услышать жалобы на плохую экономическую, социальную ситуацию и криминогенную обстановку в стране. И, конечно, проще всего обвинить во всех своих проблемах кого-то другого: государство, соседей, коллег по работе, родственников и т. д. Но любой разумный человек должен честно задать себе вопрос: а что лично я могу сделать, чтобы моя собственная жизнь и жизнь тех, кто мне дорог, действительно стала лучше? Как только мы начинаем разбираться в этом вопросе, ответ, оказывается, найти не так уж трудно – все перемены к лучшему начинаются с самого себя.

В этой книге мы постарались представить честный анализ существующих в России проблем с учетом распространенного и, к сожалению, очень губительного для всех социального явления – употребления алкоголя. И если даже один человек из ста прочитавших эту книгу перестанет считать алкоголь продуктом питания, перестанет его покупать и упо-

треблять – мы будем считать свою миссию выполненной.

«Безобидная» химическая формула превращает людей в монстров



Химическая формула алкоголя – C_2H_5OH . Относится к классу органических соединений «спирты».

Это вещество имеет еще три названия: этиловый спирт, этанол, винный спирт. То есть четыре разных названия обозначают одно и то же вещество. С точки зрения биохимии алкоголь – это типичный яд, оказывающий на организм не только отравляющий, но и наркотический эффект.

Согласно ГОСТу этиловый спирт – это «легковоспламеняющаяся бесцветная жидкость с характерным запахом, **относится к сильнодействующим наркотикам**, вызывающим сначала возбуждение, а затем паралич нервной системы» (ГОСТ 18300-72).

Еще в 1975 году на 28-й сессии Генеральной ассамблеи Всемирной организации здравоохранения было вынесено специальное решение: считать алкоголь наркотиком, подрывающим здоровье людей (Женева, 13–30 мая 1975 г.).

Также, согласно техническому докладу экспертов ВОЗ

1968 года, алкоголь относится к наркотикам типа барбитуратов с перекрестным привыканием (Всемирная организация здравоохранения «Серия технических докладов. № 363»).

!

ИНТЕРЕСНО ЗНАТЬ

В 1990 году ВОЗ провела анализ 353 научных работ, посвященных проблемам алкоголизма и его последствиям. Что касается пользы употребления алкоголя, то в этих работах не приведено ни одного примера его положительного влияния на организм.

Этиловый спирт принято разделять на технический и так называемый «пищевой» (медицинский), хотя на самом деле это одно и то же вещество с той лишь разницей, что в техническом варианте могут присутствовать некоторые дополнительные примеси, делающие его еще более токсичным. Но самое сильное отравляющее действие в любом случае оказывает именно сам спирт – вещество с химической формулой C_2H_5OH , даже если он идеально очищен от всех примесей. Например, для некоторых целей технический спирт очищают так же тщательно, как и так называемый «пищевой» спирт, и тогда его называют «спирт этиловый технический ректифицированный», где «ректифицированный» означа-

ет очищенный путем ректификации. Такой спирт абсолютно идентичен по своему составу спирту, который добавляют во все алкогольные изделия.



Как появился термин «алкоголь»?

По одной из версий, термин «алкоголь» произошел путем искажения в европейских языках арабского слова «аль-кухуль». Арабские женщины изготавливали особый порошок, название которого звучало как «аль-ко (х) ль» (*ар.* al-kuhl), что означало «порошок, пудра, прах, пыль». Средневековые алхимики переняли это выражение, несколько переиначив его произношение, в результате чего любой мелкодисперсный порошок стали называть «алкоголь». В начале XVI века этот термин начали употреблять применительно к парам некоторых жидкостей, легко «воспаряющих», «возгоняющихся» в воздух. Например, образующийся при нагревании вина пар сначала называли «алкоголем вина», а потом стали говорить проще – «алкоголь», слово «вино» опустили.



Экскременты дрожжевых микробов

Из чего же делается современный этиловый спирт?

Существует несколько способов. Есть такая практика: агрохолдинги продают спиртовым заводам прошлогоднюю гнилую картошку и другие испорченные овощи. На спиртовом заводе гнилые продукты помещают в специальный чан, заливают водой и туда запускают дрожжи (одноклеточные грибки). Они начинают поедать эти овощи, а как отход своей жизнедеятельности выделяют этиловый спирт, то есть, по сути, алкоголь является экскрементами дрожжевых микроорганизмов. Постепенно процент алкоголя в чане увеличивается, и затем алкоголь отделяют от воды и остатков овощей. В XIX – начале XX века подобным образом спирт делали из зерна, поэтому водку в те времена часто называли «хлебным вином».

Интересно, что дрожжи могут переработать в спирт вообще любую органику. Поэтому сейчас распространен более дешевый способ производства спирта. Рядом с современными лесобработывающими предприятиями часто строят так называемые гидролизные заводы, на которых спирт делают... из опилок. В чан засыпают опилки, заливают воду, запускают дрожжи, и они начинают поедать эти самые опилки и буквально испражняются спиртом. На гидролизных заводах из 1 тонны опилок получают до 200 литров этилово-

го спирта, что позволяет заменить 1,5 тонны картофеля или 700 кг зерна. Естественно, опилки на порядок дешевле, чем картофель или зерно, ведь это, по сути, отход деревообрабатывающей промышленности.

Но есть еще более дешевый способ производства спирта. Современный этиловый спирт зачастую делают из... нефти. А точнее, из газа этилена – побочного продукта, выделяющегося при нефтепереработке, путем ряда химических реакций, иногда с присутствием концентрированной серной кислоты.

Этиловый спирт, изготовленный из картошки, опилок или нефти, имеет абсолютно одинаковую химическую формулу – C_2H_5OH и равнозначно используется в промышленности в технических целях, в медицине и, конечно же, при производстве водки, вина, пива, ликеров и т. д. И производитель алкоголя никогда не указывает на этикетке, из чего именно был сделан спирт, входящий в состав данного конкретного алкогольного изделия.

Этанол используется на производстве в различных охлаждающих системах, для очистки рабочих поверхностей, входит в состав многих лакокрасочных изделий, на его основе сделаны все средства для снятия лака с ногтей. Почему? Потому что спирт – это очень эффективный растворитель. И если девушка или женщина, сняв с его помощью лак с ногтей, следом заливает его себе внутрь, например в виде шам-

панского или вина, то он так же эффективно начинает растворять ее изнутри...

«Виноградные гроздья» в сосудах

Как алкоголь разрушает наш организм? Что происходит, когда алкоголь попадает через желудок и кишечник в кровь?

В обычном состоянии внешняя поверхность клеток крови покрыта защитной оболочкой, которая при трении о стенки сосудов электризуется. Клетки несут на себе однополярный отрицательный заряд, поэтому имеют изначальное свойство отталкиваться друг от друга. Спирт же удаляет этот защитный слой и снимает электрическое напряжение. В результате кровяные клетки, вместо того чтобы отталкиваться, начинают слипаться.

Это феноменальное явление обнаружили еще в 1961 году три американских физика: Найсли, Маскауи и Пеннингтон. Они изготовили длиннофокусный микроскоп для того, чтобы изучать человеческий глаз. Благодаря ему и боковой подсветке им удалось через зрачок сфокусироваться на мельчайших сосудах сетчатки глаза. В итоге впервые в истории науки ученые заглянули внутрь кровеносного сосуда человека! Что же увидели исследователи? Они увидели стенки сосуда, лейкоциты (белые кровяные тельца) и эритроциты (красные кровяные тельца, которые переносят кислород от легких к тканям, а углекислый газ – в обратном направлении). Весь процесс снимали на пленку.

Однажды ученые посадили к микроскопу очередного клиента и, изучая его глаза, сильно удивились: у человека по сосудам гуляли тромбы – сгустки, склейки эритроцитов. Причем в этих склейках они насчитали по 5, 10, 40, 400 и даже до 1000 штук эритроцитов! Исследователи образно назвали их «виноградные гроздья». Физики не на шутку испугались – не случится ли с несчастным какая беда? Но пациент сидел в кабинете как ни в чем не бывало, чувствуя себя на первый взгляд нормально.

На обследование пригласили еще трех пациентов. У второго и третьего состояние глаз было в норме, а у четвертого – тромбы. Всех обследованных расспросили об их образе жизни, и выяснилось, что двое – с тромбами в глазах – накануне пили спиртное. Тогда ученые решились на циничный эксперимент: трезвому человеку, у которого с сосудами все было в порядке, дали выпить кружку пива. Как показали исследования, уже через 15 минут в его крови появились алкогольные склейки эритроцитов.

Тот факт, что алкоголь сворачивает кровь в пробирке, был известен давно. Эти опыты даже проводят на уроках биологии в школах: в пробирку с водой капают небольшое количество крови, вода окрашивается в оранжевый цвет, сюда же капают несколько капель водки, и прямо на глазах кровь сворачивается хлопьями.

Опыты физиков доказали, что алкоголь сворачивает

кровь, то есть является тромбообразующим веществом не только в пробирке, но и в кровеносных сосудах человека.

Медицина определяет алкоголь как наркотический, нейротропный (действующий на нервную систему) и протоплазматический (действующий на уровне клеток) яд, то есть воздействующий и на нервную систему, и на все органы человека. Этот яд разрушает их структуру на клеточном и молекулярном уровнях.

Этот факт подтверждает Большая медицинская энциклопедия: «Этиловый спирт C_2H_5OH – бесцветная гигроскопическая жидкость жгучего вкуса, с характерным запахом.

На организм человека оказывает **НАРКОТИЧЕСКОЕ** и **ТОКСИЧЕСКОЕ** действие, а затем резкое угнетение центральной нервной системы.

Даже в небольших дозах приводит к нарушению важнейших функций организма и тяжелому поражению всех органов и тканей, вызывает органические заболевания нервной и сердечно-сосудистой систем, печени, пищеварительного тракта, ведет к моральной и психической деградации личности» (1, с. 372–373).

!

ИНТЕРЕСНО ЗНАТЬ

Ученые пришли к выводу, что от употребления любых видов спиртного необратимо гибнут клетки мозга. Одна вечеринка с алкоголем, к примеру, обойдется человеческому мозгу уничтожением около 60 тысяч клеток.

«Специфический» продукт питания

Широко распространено заблуждение, что алкоголь – это продукт питания, но специфический, и поэтому употреблять его можно, но в ограниченном количестве. При этом употребление спиртного часто сравнивают с употреблением сахара: если есть много сладкого, то может развиваться сахарный диабет, а если употреблять в меру, то это нормально и вкусно. Но здесь надо понимать, что ни один человек от переедания сладкого, ни один заболевший сахарным диабетом не станет, например, хвататься за нож и нападать на своего соседа за столом, не станет после сладкого обеда избивать и насиловать людей, громить витрины, разбивать телефонные будки.

Ведь излишнее употребление какого-то продукта питания может привести к плохому самочувствию, даже к развитию какой-то болезни, но не к помутнению сознания и не к утрате адекватности. В случае же с употреблением спиртных изделий, причем любых, происходит именно это: человек теряет адекватное восприятие реальности, то есть становится невменяемым. Это происходит потому, что алкоголь – не продукт питания, а наркотический яд, лишаящий человека разума, самоконтроля, памяти, совести и других хороших человеческих качеств.

Кладбище погибших нейронов

Как алкоголь действует на мозг?

Человеческий мозг состоит из 15 миллиардов нервных клеток – нейронов. Каждую нервную клеточку питает кровью свой сосуд – капилляр. Он настолько тонкий, что эритроциты буквально «протискиваются» по ним по одному. Наименьший диаметр капилляра – 8 микрон (0,008 мм), это в 50 раз тоньше человеческого волоса! Наименьший диаметр эритроцита – 7 микрон (0,007 мм). Поэтому появившаяся из-за алкоголя склейка эритроцитов не способна двигаться по капиллярам. Двигаясь по ветвящимся артериям (крупным кровеносным сосудам), она достигает сосудов, имеющих диаметр меньше диаметра склейки, и перекрывает их, как пробка, полностью прекращая кровоток к ним. Кровообращение отдельных групп нейронов головного мозга прекращается, и мозговые клетки человека навсегда и безвозвратно погибают. Таким образом после каждой «умеренной» выпивки у человека в голове появляется новое кладбище погибших нейронов.

Когда врачи-патологоанатомы вскрывают череп любого «умеренно пьющего» человека, то у всех они видят одинаковую картину: сморщенный, усохший мозг, покрытый микрорубцами и микроязвами – участками, разрушенными алкоголем. Если посмотреть под микроскопом мозг человека,

«культурно» употребляющего алкоголь, то можно увидеть сглаженные, атрофированные извилины с множеством мелких кровоизлияний, а также участки, заполненные серозной жидкостью. Кора головного мозга такого человека напоминает землю после того, как на нее сбросили бомбы – она вся в воронках. Каждая воронка – след от употребления алкоголя.

!

ИНТЕРЕСНО ЗНАТЬ

Прием 40 граммов алкоголя увеличивает число ошибок в 6 раз, счет ухудшается почти на 10 %, оценка длительности интервалов времени – более чем на 50 %.

Часть мозга – в унитаз

Почему после употребления алкоголя появляется похмелье?

Мертвые клетки головного мозга, как и любая мертвая материя в теплых условиях (нормальная температура тела человека – 36,6 градуса), начинают активно разлагаться, отравляя токсинами весь организм. Чтобы избежать летального отравления процессами гниения, организм запускает защитный механизм, активно направляя воду, забираемую из других клеток, в головной мозг. Именно это давление воды, вымывающей мертвые клетки мозга, вызывает у выпившего алкоголь человека головную боль, а также сухость в горле, что является результатом обезвоживания других органов тела. Мертвые клетки мозга выводятся из организма с мочой. Фактически после каждого принятия алкоголя человек смывает часть своего мозга в унитаз.

Коварство алкоголя заключается еще и в том, что организм молодого человека обладает значительным, приблизительно десятикратным запасом капилляров. То есть в каждый момент в организме функционирует лишь около 10 % всех капилляров. Поэтому алкогольные нарушения кровеносной системы и их последствия проявляются в молодости не столь явно, как в более поздние годы. Однако со временем «запас» капилляров постепенно исчерпывается, и послед-

ствия отравления алкоголем становятся все более ощутимы. При современном уровне употребления алкоголя «средний» в этом отношении мужчина «вдруг» сталкивается с самыми разными недугами в возрасте около 30 лет. Чаще всего это болезни желудка, печени, сердечно-сосудистой системы, неврозы, расстройства в половой сфере. Впрочем, болезни могут быть самыми неожиданными, ведь действие алкоголя универсально: он поражает все органы и системы человеческого организма. Согласно исследованиям, после 100 граммов водки навсегда отмирают не менее 8 тысяч активно работающих клеток, главным образом половых клеток и клеток головного мозга. Таким образом, алкоголь – это невидимое, но очень мощное оружие, направленное на то, чтобы лишить человека разума.



Хочешь душевно поговорить? Налей чаю, а не водки

Юрий Куклачев – народный артист России, писатель, общественный деятель

– Спиртное нас разрушает. Выпил маленькую рюмку – и умирают тысячи мозговых клеточек, которые человек буквально спускает в унитаз вместе с мочой, которая выводит эти «трупы» из организма.

Меня удивляют те компании, которые собираются вместе, чтобы поговорить, но без вина у них беседа

не идет. Это говорит об их внутренней пустоте. Ведь можно просто всем сесть за стол, налить чаю, посмотреть друг другу в глаза и завести душевную беседу. А что хорошего в том, что ты налил себе рюмку, окосел и начинаешь изливать душу чужим людям, которые, тоже окосевшие, только кивают головой, но остаются равнодушными к твоим проблемам. А тебе кажется, что тебя слушают, сочувствуют, и радуешься этому. На самом деле это самообман. Лучше просто налить чаю и поговорить.



«Дитя веселого ужина»

Как алкоголь действует на половые клетки человека, на его репродуктивное здоровье?

В прежние века люди знали, что если супруги прикладываются к бутылке, то у них может родиться больной ребенок. Например, у французов есть даже такое выражение – «дитя веселого ужина», в котором народная мудрость запечатлела прямую связь между употреблением алкоголя и рождением неполноценных детей.

!

ИНТЕРЕСНО ЗНАТЬ

Газета «Известия» от 16 мая 1984 года в публикации «Быть или... пить? – вот в чем вопрос» привела данные французского исследователя Морреля. Он проследил за жизнью четырех поколений, употребляющих алкоголь, и записал результаты: «В первом поколении наблюдались нравственная испорченность, алкогольные излишества; во втором – пьянство в полном смысле этого слова; представители третьего поколения страдали ипохондрией, были склонны к убийству, самоубийству; в четвертом –

тупость, идиотизм, бесплодие...»

Алкоголь даже в малых дозах повреждает мембраны клеток, разрушая естественную жировую оболочку, которой они покрыты. Разрушая оболочку клетки, он проникает внутрь, вызывает деструктивные процессы в самой клетке, а также позволяет проникнуть любым ядам и токсинам из загрязненной окружающей среды. Самое страшное, когда это происходит с женскими половыми клетками – яйцеклетками. Именно из таких поврежденных спиртом яйцеклеток рождаются дети с физическими и умственными отклонениями, врожденными уродствами и неизлечимыми болезнями. В отличие от многих других клеток человеческого организма, например клеток кожи, яйцеклетки не обновляются. С рождения у девочки существует готовый запас половых клеток, который постепенно активизируется в момент полового созревания и остается активным во время всего репродуктивного возраста. И этот запас на протяжении всей жизни уже не пополняется. Неизвестно, какая яйцеклетка выйдет для оплодотворения в очередной момент женского цикла: поврежденная алкоголем или здоровая. И чем чаще девушка или женщина употребляет спиртное, тем меньше у нее шансов родить здорового ребенка: здоровых яйцеклеток в организме остается все меньше, тогда как вероятность оплодотворения поврежденной яйцеклетки возрастает.

!

ИНТЕРЕСНО ЗНАТЬ

Новосибирские ученые путем анализа данных, опубликованных в печати, с помощью точных математических вычислений установили, что 99 % дефективных и умственно отсталых детей стали такими в результате употребления алкоголя их родителями. Каждый литр спирта, потребляемый в России на душу населения, приводит к появлению на свет 10–12 тысяч дефективных детей. Если учесть только официально признанный уровень потребления 13–14 литров спирта на душу населения, то получится, что из-за алкоголя ежегодно рождается 130–140 тысяч больных детей. В 1983 году 16,5 % родившихся в нашей стране детей имели явные дефекты здоровья, из них 3,5 % – крайней степени.

Многие считают, что мужчинам выпивать можно, им же не рожать. Но сейчас это заблуждение полностью развенчано наукой. В семенниках у мужчины находятся особые клетки – сперматогонии, из которых поэтапно формируются сперматозоиды – мужские половые клетки. Новые сперматогонии появляются путем деления, при котором образуются генетически одинаковые клетки. Алкоголь, особенно в момент де-

ления клеток, разрушает их ДНК, в результате чего все вновь появляющиеся сперматозоиды несут в себе уже поврежденные гены. Если мужчина регулярно употребляет алкоголь, то через несколько лет в его семенниках большинство сперматозоидов будут поврежденными. К сожалению, такой человек сам уменьшает свои шансы иметь здоровое потомство.



У пьющей женщины успешный ребенок не рождается

Лейла Сеймуровна Намазова-Баранова – доктор медицинских наук, профессор, ведущий педиатр России

– Самое интересное, что на сегодня единственная страна мира, которая предупреждает беременных женщин о том, что алкоголь может быть опасен для их будущих детей, – это Франция. У них на бутылках с алкоголем стоит маленький значок – перечеркнутая фигура беременной женщины. В других странах, в том числе и нашей, этот вопрос обходят молчанием. Но бытует такое мнение: нет ничего плохого в том, если будущая мама выпьет за ужином бокал вина, а может и два. Рассуждают при этом примерно так: «Ребенок будет спать крепче в животике».

На самом деле это совершенно не соответствует действительности. На сегодня уже доказано, что, к сожалению, существует фетальный алкогольный синдром – группа состояний, возникающих вследствие действия на развивающийся плод даже небольших доз

любого алкоголя. И уже не принципиально, выпила ли беременная стопку водки, или две кружки пива, или полтора бокала вина, – действие будет практически одинаково. Токсическое действие алкоголя на плод колоссально!

Мозг будущего ребенка, который поражен токсическим действием алкоголя внутриутробно, никогда не сможет развиваться полноценно. И из этого человечка никогда не вырастет ни Эйнштейн, ни мало-мальски успешный в какой-либо профессии специалист.

Молодые женщины, которые хотят быть мамами, должны для себя сделать выбор, что для них важнее: вести привычный образ жизни, ни в чем себя, любимую, не ущемляя, или родить здорового полноценного ребенка.



«Прицельный огонь» по желудку и печени

Также от спиртного страдают желудок и печень. Как только алкоголь попадает в желудок, происходят серьезные повреждения желез, расположенных в его стенках и вырабатывающих желудочный сок, который необходим для переваривания пищи. Сначала железы, реагируя на токсичное действие алкоголя, выделяют много слизи, а затем атрофируются. В результате возникает гастрит, который может перейти в рак желудка.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.