

Н. С. Басенков, Н. О. Шишкин

АСОЦИАЛЬНОЕ ВЛИЯНИЕ ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК В МОЛОДЕЖНОЙ СРЕДЕ

В статье рассматриваются актуальные вопросы воздействия пагубных привычек на молодой организм. Изучено влияние алкоголя, курения, в том числе курительных синтетических смесей (спайсов) и их разрушающее действие на формирующийся организм.

Проблема употребления алкоголя очень актуальна в наши дни. Сейчас употребление спиртных напитков в мире характеризуется огромными цифрами. От этого страдает все общество, но в первую очередь под угрозу ставится подрастающее поколение: дети, подростки, молодежь, а также здоровье будущих матерей. Ведь алкоголь особенно активно влияет на несформировавшийся организм, постепенно разрушая его.

Вред алкоголя очевиден. Доказано, что при попадании алкоголя в организм, он разносится по крови ко всем органам и неблагоприятно действует на них вплоть до разрушения.

При систематическом употреблении алкоголя развивается опасная болезнь – алкоголизм. Алкоголизм опасен для здоровья человека, но он излечим, как и многие другие болезни. Все это наносит большой урон обществу, его культурным ценностям.

Алкоголизм – хроническое прогрессирующее, смертельное заболевание, затрагивающее и разрушающее все сферы человеческой жизни – тело, психику, душу и социальную жизнь человека.

Ученые всего мира на протяжении сорока лет все громче и тревожнее заявляют об опасности, которая подстерегает подрастающее поколение – детей, подростков, молодежь употребляющих алкоголь. Речь идет о все возрастающем размахе потребления спиртных напитков несовершеннолетними. Современные исследования позволяют обоснованно утверждать, что в теле человека нет таких органов и тканей, которые не поражались бы алкоголем. Попав в организм, он достаточно медленно расщепляется в печени. И только 10 % от общего количества принятого алкоголя выводится из организма в неизменном виде. Оставшийся алкоголь циркулирует вместе с кровью по всему организму, до полного его расщепления.

Токсическое воздействие алкоголя, прежде всего, сказывается на деятельности нервной системы. Даже небольшие дозы алкоголя влияют на обменные процессы в нервной ткани, передачу нервных импульсов. Одновременно нарушается работа сосудов головного мозга: происходит их расширение, увеличение проницаемости, кровоизлияние в ткани мозга. Неоднократное или частое употребление алкоголя оказывает буквально опустошающее воздействие на психику подростка. При этом задерживается не только развитие высших форм мышления, выработка этических и нравственных категорий и эстетических понятий, но и утрачиваются уже развившиеся способности. Подросток, что называется «тупеет» интеллектуально, эмоционально и нравственно.

Пагубно влияет алкоголь и на печень. Именно в печени, под действием ферментов происходит его расщепление. Алкоголь нарушает структуру клеток печени, перерождая ее ткани. При систематических употреблениях спиртных напитков жировые изменения в клетках печени приводят к омертвлению печеночной ткани – развивается цирроз печени, весьма опасное заболевание, почти всегда сопровождающееся хроническим алкоголизмом. Действие алкоголя на печень молодого организма еще более разрушительно, так как этот орган находится в стадии структурного и функционального формирования.

Поражение клеток печени приводит к нарушению белкового и углеводного обмена, синтеза витаминов и ферментов. Спиртные напитки разрушают слизистую оболочку пищевода, желудка, нарушают секрецию и состав желудочного сока, что затрудняет процесс пищеварения и, в конечном счете, неблагоприятно сказывается на росте и развитии организма.

Необходимо добавить, что так же часто рассматривается вопрос о вреде курения в молодежной среде. Беспокойство ученых, врачей, педагогов вызванное распространением этой пагубной привычки, растет, так как еще значительное число подростков не считает курение вредным для здоровья.

Никотин – один из самых опасных ядов растительного происхождения. Для человека смертельная доза никотина составляет от 50 до 100 мг, или 2–3 капли. Именно такая доза поступает ежедневно в кровь после выкуривания 20–25 сигарет. Организм человека не погибает по тому, что доза вводится постепенно, а ни в один прием.

Систематическое поглощение не смертельных доз никотина вызывает привычку, пристрастие к курению. Никотин включается в обменные процессы, происходящие в организме человека, и становится необходимым. Живущие в накуранных помещениях дети чаще и больше страдают заболеваниями органов дыхания. У детей курящих родителей в течение первого года жизни увеличивается частота бронхитов и пневмонии и повышается риск развития серьезных заболеваний. Вследствие этого происходит снижение способности организма детей и подростков к физической деятельности, требующей напряжения и выносливости.

Следует отметить, что курение подростков, в первую очередь, сказывается на нервной и сердечной – сосудистой системах. В 12–15 лет они уже жалуются на боли в грудной клетке, отдышку при физической нагрузке. Также курение отрицательно влияет на умственную работоспособность, снижается уровень физического и психического развития учащихся и студентов. Состояние здоровья, подорванное курением, не позволяет выбрать род занятий по душе, добиться успеха (например, юношам стать летчиками, спортсменами, девушкам – балеринами, певицами и др.).

Необходимо выделить, что курение и учебанесовместимы. При обучении в вузе организму студента нужно много сил, чтобы справиться спостоянно возрастающими учебными нагрузками. Как известно, навыки, привычки, усвоенные в юном возрасте, самые прочные. Это относится не только к полезным, но и к вредным привычкам. Чем раньше подростки, юноши, девушки познакомятся с курением и начнут курить, тем быстрее привыкнут к нему, и в дальнейшем отказаться от курения будет очень трудно.

В последние три года в больницы крупных городов Беларуси и России начались массовые поступления подростков и молодых людей. Клиника заболевания вызывала серьезные опасения – спутанность или потеря сознания, тошнота, повышенное давление, учащенное сердцебиение, многократная рвота, головокружение и слабость вплоть до утраты возможности двигаться, возбуждение, кошмары, галлюцинации. Состояние поступавших расценивалось как угрожающее жизни. Врачи предполагали отравление неизвестным веществом. Впоследствии это предположение подтвердилось, так вступили в нашу жизнь курительные смеси (арома-миксы, спайс).

Травяные курительные смеси – это смеси, обладающие психоактивным действием, аналогичным действию марихуаны. Действующим компонентом их являются не только вещества растительного происхождения, но и синтетические аналоги. Курительные смеси делятся на две группы. К *первому виду* относятся миксы, состоящие из натуральных растений. Травы, обладающие галлюциногенным действием (такие как шалфей предсказателей, голубой лотос, гавайская роза). *Второй вид* курительных миксов – это смеси трав, обработанных химическими веществами (синтетическими каннабиноидами) и полностью произведенные в лабораторных условиях. Систематическое курение миксов приводит к необратимым деструктивным процессам в центральной нервной

системе: снижается внимание, ухудшается память, замедляется мыслительная деятельность, появляется склонность к депрессиям, суициду. Воздействие курительных смесей со временем может навсегда изменить личность человека, привести к тяжелой инвалидности, превратить его в наркозависимого больного.

Необходимо сказать, что проблемой борьбы с распространением и употребления курительных смесей озабочен весь цивилизованный мир. Формирование здорового образа жизни в молодежной среде достаточно сложный системный процесс. Он охватывает множество компонентов и условий, позволяющих осуществлять здоровый образ жизни в основных сферах жизнедеятельности (учебной, трудовой, семейно-бытовой, досуга), способных направить сознательную активность молодых людей в русло именно этого образа жизни. Физическая культура и спорт среди молодежи является одним из наиболее важных факторов формирования у молодого поколения установок на здоровый образ жизни. Необходимо привлекать юношей и девушек к занятиям различными видами спорта, к участию в физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях.

Следует добавить, что здоровье и здоровый образ жизни является качественной предпосылкой будущей самореализации молодых людей, их активного долголетия, способности к созданию семьи и деторождению, а также к профессиональному труду, общественной и творческой активности.

Литература

1 Личко А. Е. Психопатии и акцентуации характера у подростков / А. Е. Личко. – М.: Медицина, 1983. – 225 с.

2 Егоров А. Ю. Рано начинающийся алкоголизм: современные системные проблемы / А. Ю. Егоров // Вопросы наркологии. – 2002. – С. 50–54.

3 Герасимова И. А. Формирование физической культуры и здорового образа жизни у студентов высших учебных заведений на основе их личностной самооценки / И. А. Герасимова. – М., 2000. – 19 с.

4 Красноперова Н. А. Педагогическое обеспечение формирования ЗОЖ студента / Н. А. Красноперова // Теория и практика физической культуры. – 2005. – № 6. – С. 16–19.

УДК 94:377.12:656.2

М. А. Белец

ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ БРЯНСКОГО ТЕХНИКУМА НАРОДНОГО КОМИССАРИАТА ПУТЕЙ СООБЩЕНИЯ В 1930-е ГОДЫ

Статья посвящена развитию среднего специального образования на Брянщине в 1930-х гг. на примере деятельности Брянского техникума путей сообщения. В статье на основе архивных и музейных источников рассмотрена учебная программа, преподавательский коллектив, особенности воспитательной работы Брянского техникума Народного Комиссариата Путей Сообщения.

В годы первой (1928–1932) и второй (1933–1937) советских пятилеток строились новые линии железных дорог. В белорусско-российско-украинском пограничье в 1930–1931 гг. были введены в эксплуатацию линии Чернигов – Новобелицкая (105 км) и Хутор-Михайловский – Унеча (129 км) Западных железных дорог. В 1931–1935 гг. на Московско-Киевской железной дороге введены в эксплуатацию линии Ворожба –