**Болести зависности**

“Здравље је стање комплетног физичког, психичког и социјалног благостања а не само одсуство болести и немоћи”

С обзиром на то да су пушење и конзумирање алкохола законом дозвољени у одраслом периоду живота, поједине особе у пубертету крећу да користе и ова средства како би доказала себи и околини да су одрасле. Међутим оно што започињемо као жеља за доказивањем, врло брзо може прећи у болест зависности и угрозиће здравље и изглед те особе, поготово уколико је та особа у развоју.

Болести зависности су:

**1. алкохолизам**

**2. наркоманија**

**3. пушење.**

**Алкохолизам** је прекомерно узимање алкохолних пића. **Алкохоличар** је особа која показује зависност од алкохола, који штетно делује на организам. Алкохол изазива умно пропадање, сметње у равнотежи, заборавност, подрхтавање прстију, поремећај у варењу, оштећује слузокожу усне дупље, јетре.. Цироза јетре је крајњи стадијум након дугогодишњег пијења. То је тешка и неизлечива болест од које умире велики број алкохоличара.

**Наркоманија** је најопаснија болест зависности. Дроге су супстанце које на различите начине делују на нервни систем, а самим тим и на понашање, мишљење, осећања.

Последице су многе и психичке и физичке. Дрога оштећује срце и крвне судове, јетру, бубреге, кости, па чак може довести и до стерилитета. Дроге се употребљавају у облику таблета, убрзгавањем у крв, пушењем или удисањем. Зависник занемаруе своју породицу, пријатеље, а пре свега своје здравље. Особе које имају развијено самопоуздање, поштују себе и друге, не постају зависници.

**Пушење**. Поједини људи сматрају да је пушење једна ружна навика, док други верују да је реч о никотинској зависности. Пушење спада у болести зависности. Никотин је јак отров, који ствара зависност и налази се у листовима дувана. Утиче на рад срца, крвне судове и плућа.

Здраво окружење има највећи утицај на емоционално прилагођавање, сналажење у друштву.

Тест

1.Наброј болести зависности?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_-

2. Алкохол може да изазове: а) већу концентрацију; б) боље памћење; в) боље варење; г)заборавност. Заокружи слово испред тачног одговора.

3. У ком облику се могу употребити дроге? а) као таблете; б) као песма; в) као семе. Заокружи слово испред тачног одговора.

4. Код пушача, која супстанца ствара зависност? а) арсен; б) угљен моноксид; в) никотин Заокружи слово испред тачног одговора.