5. Повышена вероятность развития рака.
Горькие вещества хмеля - мягкие и твердые смолы, способствуют развитию **рака толстой кишки.**

6. Воздействие на головной мозг.
Пиво оказывает токсическое действие на клетки мозга. Это **приводит к снижению интеллекта.**

7. Влияние пива на эндокринную систему.
У мужчин подавляется выработка мужских гормонов - андрогенов. В пиве содержится фитоэстроген, который представляет собой растительный аналог женского полового гормона - прогестерона. На этом фоне начинают доминировать женские гормоны, вызывающие изменения внешнего вида мужчины: снижается количество волос на теле и лице, уменьшается мышечная масса, увеличиваются грудные железы, изменяется тембр голоса, появляется «пивной животик» и откладывается жир на бедрах и талии. **Получается, что страстный любитель пива по биологическим признакам постепенно превращается в женщину.**

У женщин наблюдается расстройство менструального цикла. Грубеет голос.

8. Социальная дезадаптация. Сужается круг интересов, «теряются» друзья, распадаются семьи. Часто алкогольные эксцессы завершаются **драками, убийствами, изнасилованиями и грабежами.**

ЗАДУМАЙСЯ!

Подсчитано, что на спиртные и табачные изделия молодые граждане России расходуют в год 217 млрд руб., что в 2,5 раза больше, чем тратится в стране на всё образование.

За последние три года заболеваемость алкоголизмом среди подростков выросла в 5 раз.

В состоянии опьянения совершается:
- 55 % всех краж;
- 79 % грабежей;
- 69 % нападений;
- 50% сексуального насилия.

От одного до шести литров пива. От двух до пяти банок алкогольных коктейлей. Такую дозу алкоголя принимает среднестатистический школьник в России. Каждый день. 90% людей регулярно выпивают – банка пива в конце рабочего дня, стопка водки по праздникам, бутылка вина в компании друзей. Мы не считаем себя алкоголиками. Мы пьем для удовольствия и для здоровья. И не подозреваем, что делает с нашим организмом даже один глоток спиртного

МБОУ ДОД «Центр дополнительного образования детей»
653047, г. Прокопьевск, ул. Обручева, 65
т.: 69-48-74, zdodprk@ mail.ru

Управление образования администрации города Прокопьевска
МБОУ ДОД «Центр дополнительного образования детей»

городское подростково-молодежное объединение

«New Millennium»

ВСЁ, ЧТО ВАМ НУЖНО ЗНАТЬ О ПИВЕ, ЕСЛИ ВЫ НЕ СОБИРАЕТЕСЬ ЕГО ПИТЬ!

«Центр содействия укреплению здоровья обучающихся, воспитанников образовательных учреждений»

Прокопьевск, 2012

ИСТОРИЯ ВОПРОСА

Когда речь заходит о пиве, главный аргумент пропагандистов хмельного напитка - его древние корни. Все правильно, в ежедневный рацион строителей египетских пирамид, действительно, входили три жбана пива. Только пиво там было другое. Это был пищевой продукт, а не хмельной напиток. И пили его не для того, чтобы отдохнуть и повеселиться, а для того, чтобы активно работать.

Пиво - древняя форма обработки злаковых. Содержание алкоголя там было минимально. В нём присутствовала масса витаминов и других полезных веществ, которые в сочетании с низким содержанием алкоголя делали напиток весьма питательным. Кстати, и сто лет назад варили пиво, в котором содержание алкоголя не превышало 4%. Сегодня в подавляющем большинстве сортов пива содержание алкоголя выше 5%. А в крепких сортах все 8-9%. И назвать "правильным" пивом этот напиток язык уже не поворачивается.

Что же такое пиво на самом деле?

Пиво - это алкоголь. В пиве содержится этиловый спирт. И именно он вызывает зависимость.

Многие считают, что по своему содержанию пиво очень даже полезный продукт. Но на самом ли деле это так? Давайте попробуем в этом разобраться.

Пиво представляет собой натуральный алкогольный напиток, который содержит большое количество соединений. Основными компонентами пива являются вода (91-93%), углеводы (1,5-4,5%), этиловый спирт (3-7%) и азотсодержащие вещества (0,2-0,65%).

Углеводы в пиве, за счет содержащихся в них особых веществ отвечают за цвет пива.

Большая часть азотосодержащих веществ поступает в напиток из солода. В пиве представлены все основные аминокислоты. Однако, их пищевая ценность из-за малого количества незначительна.

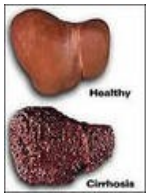
И сам факт того, что в пиве содержится этиловый спирт свидетельствует о далеко не безобидном влиянии пива на организм человека. Как известно, алкоголь (этиловый спирт) - это сильнодействующий яд, обладающий выраженным наркотическим действием. **Этиловый спирт поражает печень и головной мозг.**

Часто от любителей пива можно услышать, что в пиве содержатся минералы, так необходимые нашему организму и витамины, пользу, которых так глупо отрицать. И действительно в пиве имеются минеральные соединения, которые поступают в пиво из солода, других исходных материалов и с водой. Но по содержанию кальция (около 80 мг/л), магния (около 80 мг/л), фосфора (около 140 мг/л), а также железа, меди, цинка и других, содержание которых не превышает 1 мг/л, пиво не отличается особыми преимуществами. Что касается витаминов, то они поступают в пиво в основном из солода, богатого витаминами группы В. Однако в процессе приготовления пива концентрация витаминов неизбежно снижается. Таким образом, действительно, пиво содержит витамины гр. В, но очень мало, в 0,5 л пива его меньше, чем в одном куске черного хлеба.

Мы думаем, что достаточно фактов, чтобы разоблачить миф о пользе «пенного напитка».

Последствия употребления пива

1. Удар по желудочно-кишечному тракту.
При регулярном приеме пенного напитка пищеварение становится неполноценным, еда застаивается или непереваренная поступает в кишечник. **Результат - колит и гастрит.**



2. Удар по печени. Злоупотребление хмельным напитком может способствовать **развитию воспалительных процессов и даже довести до гепатита.**

3. Удар по почкам.
Пиво заставляет почки работать с утроенной силой. **Возникает полиурия - усиленное мочеотделение.**

4. Удар по сердцу.

Пиво всасывается очень быстро, поэтому кровеносные сосуды моментально переполняются. Возникает варикозное расширение вен и сердце увеличивается. Рентгенологи называют это явление синдромом «пивного сердца», «бычьего сердца» или «капронового чулка». Главный орган, вынужденный каждый день перекачивать излишнее количество жидкости, становится дряблым, снаружи зарастает жиром. Признано, что эти изменения связаны с **наличием в пиве кобальта**, применяемого в качестве стабилизатора пивной пены. Содержание в пиве этого токсического элемента в сердечной мышце у потребляющих пиво превышает допустимую норму в 10 раз. **Учащаются сердечные сокращения, возникает аритмия, повышается давление. Появляется отдышка. Как следствие - в два раза увеличивается смертность от инсульта.**