

СОВЕТСКОЕ  
БИБЛИОТЕЧНОЕ  
И  
ИНФОРМАЦИОННОЕ  
УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ  
ИЗДАТЕЛЬСТВО

И. К. Янушевский

# Алкоголь — — ЯД

  
ИЗДАТЕЛЬСТВО  
**ЗНАНИЕ**  
1959

13

ВСЕСОЮЗНОЕ ОБЩЕСТВО  
ПО РАСПРОСТРАНЕНИЮ ПОЛИТИЧЕСКИХ И НАУЧНЫХ ЗНАНИЙ

---

Заслуженный врач РСФСР  
И. К. ЯНУШЕВСКИЙ

# АЛКОГОЛЬ — ЯД

---

ИЗДАТЕЛЬСТВО «ЗНАНИЕ»

Москва

1959

## СОДЕРЖАНИЕ

	Стр.
Разрушитель организма . . . . .	3
Алкоголь и мозг . . . . .	7
Немного полемики . . . . .	12
Война пьянству . . . . .	16
Алкоголизм и государство . . . . .	19

### К ЧИТАТЕЛЯМ

Издательство «Знание» Всесоюзного общества по распространению политических и научных знаний просит присылать отзывы об этой брошюре по адресу: Москва, Новая площадь, д. 3/4.

Автор **Игорь Константинович Янушевский** Редактор **Н. А. Стрелкова**  
Техн. редактор **Л. Е. Атрощенко**  
Корректор **Н. Н. Огородникова**  
Обложка художника **И. А. Огурцова**

А05641. Подписано к печати 3/VIII 1959 г. Тираж 52.000 экз. Изд. № 147.  
Бумага 60×92<sup>1</sup>/<sub>16</sub>—0,75 бум. л.=1,5 печ. л. Учётно-изд. 1,47 л. Зак. № 1868.

Типография изд-ва «Знание». Новая пл., д. 3/4.

---

«Добровольное безумие» — так называл опьянение древнегреческий врач Гиппократ. Удивительно мудрое и тонкое определение!

Тот, кто начинает пить, добровольно, собственными руками приводит в дом страшную беду, навлекает на свою семью огромное несчастье. За многие годы врачебной работы мне не раз приходилось сталкиваться с тяжелейшими жизненными трагедиями, вызванными алкоголизмом, видеть крушение человеческих судеб, талантов, надежд.

На памяти каждого психиатра десятки, сотни таких случаев. И когда видишь где-нибудь на улице нетрезвого человека, когда слышишь, как за праздничным столом люди упорно уговаривают друг друга выпить, чуть ли не высмеивают того, кто пытается отодвинуть рюмку, невольно хочется крикнуть: «Что вы делаете? Остановитесь!».

### Разрушитель организма

Алкоголь — сильнейший разрушитель организма, губительно действующий на все живое. Если амебу — одноклеточное простейшее животное — поместить в жидкость, разбавленную хотя бы незначительным количеством спирта, она перестает двигаться и совершенно не реагирует на кусочки пищи, а при повышении концентрации спирта сморщивается и совсем погибает. В спиртовом растворе не могут развиваться личинки мух и других насекомых.

Такое же действие алкоголь производит и на растения. Ростки семян не могут развиваться в присутствии даже незначительного количества спирта. Доказано, что спирт в растворе 1:100 приостанавливает развитие растения.

В этом можно убедиться, проделав самый простой опыт. Два стакана наполняют водой и опускают в них зерна пшеницы. Один стакан оставляют с чистой водой, а в другой добавляют 15—20 капель спирта. Через некоторое время в первом

стакане зерна прорастут, а во втором останутся без изменения — спирт их убил.

Столь разрушительное действие спирта на живую ткань объясняется специфическим влиянием алкоголя на белок.

Белок — носитель жизни, благодаря ему совершаются все функции живой клетки — питание, размножение, движение. Но для деятельности белка необходимо определенное количество влаги.

Спирт обладает высокой гидрофильностью, то есть способностью поглощать влагу. Если взять немного спирта на ватку и провести, скажем, по руке, кожа на этом месте моментально становится сухой. Алкоголь настолько требователен к влаге, что поглощает ее даже из воздуха. Он «душит» живой белок, отнимая у него самое важное и необходимое условие существования — влагу.

Под влиянием спирта живая клетка становится все менее активной, меняется ее химический состав, функции жизнедеятельности угасают и, наконец, наступает смерть.

Алкоголь губительно действует на все органы и ткани человеческого организма, хотя степень этого влияния, разумеется, различна.

Исследования профессора А. Я. Данилевского показали, что алкоголь, введенный в организм, неодинаково распределяется по отдельным органам. Тщательные исследования свидетельствуют о том, что наибольшее количество алкоголя задерживается на длительное время в нервной ткани, головном мозгу, затем в печени, почках, селезенке и мышцах. Экспериментально доказано следующее соотношение распределения алкоголя по органам: если количество и длительность пребывания алкоголя в мозгу принять за 100 процентов, то в печени его содержится 80, в мышцах — 40 процентов.

Многие ученые, отечественные и зарубежные, изучали изменения внутренних органов, вызываемые алкоголем. Все эти работы в конечном счете сводятся к одному выводу — алкоголь губительно действует на здоровье человека.

Существует мнение, будто бы алкоголь способствует хорошему аппетиту и улучшает пищеварение. На самом же деле при систематическом употреблении вина происходит нечто совершенно обратное. Под влиянием алкоголя выделение желудочного сока на некоторое время действительно повышается. Это и дает основание врачам иногда рекомендовать выздоравливающему больному рюмку вина перед обедом. Но врач всегда предупреждает, что это должно быть лишь кратковременной мерой.

Дело в том, что избыточный сок, который выделяется под действием алкоголя, несколько отличается по своему составу. В нем много соляной кислоты и мало пепсина — особого фермента, способствующего перевариванию пищи. Другая особен-

ность этого сока — обилие слизи, мешающей нормальному пищеварению. Кроме того, усиление деятельности желудочных желез, вызванное алкоголем, не может держаться долго. Со временем железы истощаются, и количество желудочного сока постепенно начинает снижаться.

От длительного раздражения алкоголем слизистая оболочка желудка сначала гипертрофируется — утолщается, а потом начинает воспаляться. Вследствие раздражения соединительной ткани поверхность ее становится неровной, зернистой.

В результате всех этих изменений возникают различные варианты желудочных заболеваний, длительные расстройства пищеварения. Расстраивается усвояемость многих питательных веществ, в том числе и витаминов. Резко падает аппетит. Недаром же в народе считают алкоголиком того, кто пьет не закусывая.

Алкоголь вредно влияет на течение любых желудочно-кишечных заболеваний. Люди, страдающие язвой желудка, расплачиваются подчас за лишний бокал вина внезапным острым кровотечением и необходимостью срочной операции.

Разрушающе действует алкоголь и на печень, эту важнейшую химическую лабораторию организма. От состояния печени в значительной мере зависит и самочувствие человека. Печень вырабатывает особую жидкость — желчь, способствующую расщеплению жиров, белков и углеводов. Кроме того, она несет защитные функции, обезвреживая ядовитые вещества, в небольших дозах тем или иным путем попадающие в организм. Однако печень не в состоянии обезвредить алкоголь, поступающий в больших количествах. Более того, она сама жестоко страдает от этого яда.

Установлено, что даже одна-две рюмки водки оказывают раздражающее действие на печень. Правда, если выпивка была, как говорится, «разовой», эти явления быстро проходят. Но при длительном, систематическом употреблении алкогольных напитков деятельность печени нарушается. В результате воспалительных процессов она увеличивается в размерах. Нарушение правильного обмена веществ ведет к излишнему отложению жира — наступает так называемое жировое перерождение печени. Иногда печеночные клетки уменьшаются в размерах, гибнут и вместо них разрастается соединительная ткань. Так возникает заболевание печени — хронический гепатит. Больные теряют аппетит, ощущают горький вкус во рту, тошноту, боли в области печени.

При длительном употреблении алкоголя печень еще больше изменяется: она начинает сморщиваться, уменьшается в объеме, сосуды ее сужаются. Кровь плохо проникает сквозь плотную, малоэластичную соединительную ткань, и жидкая часть крови начинает постепенно просачиваться сквозь стенки сосудов в брюшную полость.

Довольно характерен вид таких больных: лицо отечное, с желтушным оттенком, белки глаз тоже желтушно окрашены. Живот увеличен, руки и ноги распухшие. Это так называемая водянка брюшной полости (асцит). Бороться с водянкой очень трудно, и в большинстве случаев больные от нее погибают.

Иногда при алкоголизме изменяется деятельность почек. А ведь основная функция этого органа — выделение из организма различных вредных продуктов, образующихся в процессе его жизнедеятельности.

Порочный круг замыкается: печень не в состоянии обезвреживать ядовитые для организма вещества, а почки не выводят эти яды из организма.

Перерождаются под влиянием спиртных напитков и кровеносные сосуды. У здорового человека стенки артерий эластичны, мягки, а под действием алкоголя они становятся твердыми, извилистыми, просвет их сужается. По таким сосудам кровь течет медленнее, расстраивается кровообращение. Склерозированные сосуды становятся хрупкими и могут лопнуть, надорваться под давлением крови.

Катастрофа — и катастрофа смертельная — может произойти в любой неблагоприятный для организма момент: под влиянием сильной нагрузки, волнения, опьянения. Кроме того, алкоголь способствует повышению свертываемости крови, а это создает угрозу закупорки сосудов со всеми ее грозными последствиями.

Алкоголь нарушает и работу сердца. Даже маленькая доза спиртного быстро и резко учащает пульс. Это значит, что сердце принуждено интенсивнее работать, что оно меньше отдыхает и, следовательно, больше устает.

Если сердцу часто дают такую повышенную нагрузку, оно в конце концов изнашивается. Волокна сердечной мышцы перерождаются и заменяются жиром. Вследствие этого мышца становится дряблой, теряет свой тонус. Сердце увеличивается в объеме, перестает справляться с работой. Возникает тяжелая одышка, усиленное сердцебиение. При малейшем физическом напряжении появляются боли, мучительное ощущение сжатия в грудной клетке.

Большая часть алкоголя, принятого внутрь, остается в организме, однако некоторое его количество выделяется почками и легкими. Проходя по дыхательным путям, алкоголь и здесь совершает свое разрушительное действие. Пьющие люди гораздо чаще, чем непьющие, страдают эмфиземой легких, расширением бронхов, упорными бронхитами, у них легко развивается и тяжело протекает пневмония.

Не следует забывать и еще об одном свойстве алкоголя: отравляюще действуя на нервную систему, он угнетает вместе с тем и деятельность половых желез. При систематическом употреблении вина у женщин снижается способность к дето-

рождению, у мужчин ослабевает, а иногда и вовсе исчезает половая потенция.

Алкоголизм родителей тяжело отражается и на здоровье детей. Несчастье может произойти и тогда, когда люди вообще непьющие в момент половых сношений оказались в нетрезвом состоянии. Если произойдет зачатие и плод начнет развиваться из отравленной алкоголем и поэтому резко ослабленной клетки, здоровье будущего ребенка, состояние его нервной системы окажутся под угрозой.

В исследованиях ряда русских психиатров и невропатологов — Сикорского, Рыбакова, Бехтерева — указывается, что именно зачатие в нетрезвом состоянии послужило причиной умственной отсталости некоторых детей, наложило тяжелый отпечаток на всю их дальнейшую жизнь.

За легкомысленность родителей дети нередко расплачиваются эпилепсией — тяжелой болезнью, связанной с мучительными судорожными припадками, отставанием общего развития и нередко пожизненной инвалидностью.

В зарубежной медицинской литературе существовал даже термин «дети воскресенья», — так называли психиатры больных детей, зачатых в праздничные дни, когда чаще употребляется алкоголь. По наблюдениям зарубежных авторов, в некоторых европейских винодельческих странах умственной отсталостью чаще страдали дети, зачатые осенью, в период сбора винограда и изготовления вина.

Ко всему сказанному следует добавить, что длительное злоупотребление алкоголем резко снижает общую сопротивляемость организма, ослабляет иммунитет против инфекционных заболеваний. Инфекционные заболевания у алкоголиков протекают чаще всего нетипично, сильно затягиваются и дают различные осложнения.

### Алкоголь и мозг

Изменения внутренних органов, о которых было рассказано, это наиболее типичные осложнения алкоголизма. Конечно, иной раз алкоголь может пощадить сердце человека, его печень, желудок, легкие. Но никогда не щадит он его психического здоровья, его доброго имени, его творческих возможностей.

Пьянство и плодотворная деятельность, пьянство и полноценная жизнь в обществе, в семье — вещи абсолютно несовместимые.

Аморальность алкоголика, оскудение его личности имеют под собой вполне объективное физиологическое обоснование.

Дело в том, что алкоголь прежде всего и сильнее всего действует на чрезвычайно ранимые, нежные клетки нервной системы, в частности головного мозга. Проникая внутрь нервной



клетки, спирт растворяет жизненно важное для нее липоидное (жировое) вещество. Исчезновение липоидов или изменение их количества существенным образом отражается на состоянии нервных клеток, а следовательно, и на всей деятельности головного мозга.

Характерно, что при хроническом алкоголизме самым большим изменениям подвергается именно мозг: клетки коры и подкорки сморщиваются, набухают, ядро их растворяется. Само вещество головного мозга становится отечным, набухшим. Довольно часто наблюдаются многочисленные точечные кровоизлияния.

Но уже задолго до этой катастрофической стадии в мозгу человека, систематически пьющего, происходят процессы, которые обуславливают постепенное изменение психической деятельности, снижение памяти, ослабление внимания, неспособность к обобщению.

Влияние алкоголя на умственную деятельность в свое время привлекло внимание И. П. Павлова. Работами этого выдающегося физиолога и его учеников установлено, что алкоголь прежде всего нарушает высшую нервную деятельность: возникает состояние возбуждения, человек становится живее, разговорчивее, учащается сердцебиение, расширяются сосуды. Под влиянием даже незначительных доз алкоголя ослабевают тормозные процессы в головном мозгу, а процессы возбуждения усиливаются. Именно этим нарушением равновесия двух основных процессов, обуславливающих психическую деятельность человека, объясняются поведение и реакции выпившего.

Все то, что в нормальном состоянии сдерживается, тормозится, уравновешивается доводами рассудка, под влиянием спиртного безудержно и бесконтрольно вырывается наружу. Отсюда — нелепые поступки, бестактность, грубость.

Развитие и укрепление тормозных процессов достигается жизненным опытом человека, его воспитанием. Вежливость, сдержанность, самообладание — все это качества, имеющие в своей физиологической основе хорошо развитые тормозные процессы. И вот именно эти наиболее ценные черты человека в первую очередь разрушаются алкоголем.

Конечно, и в этой области, как и во всех других областях человеческой жизнедеятельности, имеются свои индивидуальные отличия. На одних людей алкоголь влияет быстрее, на других — медленнее, на одних — сильнее, на других — слабее. Очень часто именно непьющие, сдержанные, скромные люди под влиянием небольших доз алкоголя становятся необузданно шумными, грубыми, агрессивными.

Об этом свойстве малых доз алкоголя следует помнить. Нарушения психических функций, малозаметные в обыденной жизни, могут принести большой вред на работе, связанной с транспортом, управлением сложными станками и при многих

других профессиях, требующих быстроты реакций, точности движений. Такого рода деятельность может быть успешной лишь в том случае, если процессы возбуждения и торможения в мозгу протекают нормально. Тогда раздражения, в той или иной мере связанные с выполняемой работой, вызывают возбуждение соответствующих участков мозга, за которыми следуют действия, целесообразные в данной ситуации. Те же раздражения, которые не нужны и мешают делу, бессознательно тормозятся, подавляются.

Например, шофер, ведущий машину, великолепно видит пролетевшую впереди птицу. Но это не вызывает у него никаких реакций. Совсем другое дело, когда в поле его зрения появляется пересекающий мостовую ребенок. Сигнал о возможной опасности, принятый нервной системой, вызывает мгновенную ответную реакцию — шофер делает необходимые движения, тормозит машину.

При нарушении взаимодействия процессов возбуждения и торможения быстрота реакций и точность движений резко снижаются. Вот почему недопустимо садиться за руль машины даже после одной рюмки вина, вот почему не рекомендуется до работы или во время обеденного перерыва употреблять даже слабые алкогольные напитки.

Если опьянение было случайным эпизодом, то по мере освобождения организма от алкогольного яда, примерно через сутки, проходит и связанное с ним необычное состояние. Но если алкоголь действует на нервную систему постоянно, то постоянными становятся и вызванные им изменения. Как морская волна, тысячи раз накатываясь на берег, постепенно вымывает, уносит песчинку за песчинкой, обнажая нижние слои грунта, так и алкоголь, систематически действуя на мозг, разрушает самые высшие его функции, смывает то, что определяет собой тонко развитый интеллект, творческие возможности человека.

Вот один пример, взятый из жизни. Ф. был видным архитектором. Его привлекало искусство архитектуры, построенное на сочетании чувства изящного с точным математическим расчетом; он обладал обеими этими способностями и сумел развить их упорным трудом и постоянной работой над собой. Проекты Ф. пользовались заслуженным успехом, для товарищей он был непререкаемым авторитетом.

О том, что Ф. начал пить, узнали немногие. И уж во всяком случае никто не связывал с этим тех проявлений дурного вкуса, которые стали возникать у него все чаще и чаще. Восторженный ценитель и знаток классических памятников архитектуры, человек, не пропускавший ни одной выставки, дороживший успехами своих товарищей, он все больше и больше становился равнодушным ко всему этому. Несколько раз он допустил ошибки, непростительные новичку, — путал архитектур-

ные стили, а один из его последних проектов поразил сотрудников нарушением самых элементарных пропорций. С ним спорили, он не соглашался.

— Неужели вы не видите, что это неестественно, некрасиво? — спросили у него.

— Не вижу.

Друзья втайне от Ф. исправили проект, хотя и опасались, что автор будет недоволен этим самоуправством. Но Ф. попросту ничего не заметил. Только тогда товарищам стало ясно, что перед ними не тот талантливый, яркий, темпераментный архитектор, каким его знали раньше. Действительно, это был другой человек — с другими реакциями, с другими качествами.

Хроническое отравление клеток мозга алкогольным ядом резко снижает умственную работоспособность. Причем снижение это подчиняется определенным закономерностям.

Если алкоголик достаточно воспринимает конкретные понятия, то абстрактные постепенно утрачивают для него свой смысл. Поэтому такому человеку становятся все менее доступными отвлеченные рассуждения, логические построения и выводы. Работы, скажем, философского плана он понимает все хуже и хуже.

Утрачивается одна из наиболее важных интеллектуальных функций — способность обобщать. Вот почему речь алкоголика так бессвязна, вот почему он обычно со стереотипной назойливостью повторяет отдельные фразы, не в силах выбраться из словесного лабиринта, закончить свою мысль, сделать какой-то вывод из сказанного. Трудно бывает пьяному человеку следить и за логическим развитием чужой мысли. Состояние возбуждения мешает сосредоточиться, внимание рассеяно.

Чтение становится для алкоголика все более обременительным занятием. И даже если книга прочитана, память удерживает только внешнее развитие сюжета; идейная, эмоциональная сторона повествования, психологические характеристики героев, литературные достоинства языка — все это проходит мимо сознания.

Существует общеизвестный опыт, определяющий остроту внимания. Человеку на несколько минут показывают 10—12 знакомых предметов, а затем, закрыв их, предлагают назвать, что он увидел. Алкоголик обычно может назвать лишь 3—4 предмета, причем только крупных.

От внимания пьющего человека ускользают не только мелкие предметы, но и второстепенные детали. Он начинает воспринимать окружающую действительность как бы сквозь какой-то фильтр, задерживающий все наиболее сложное, тонкое, эмоциональное и пропускающий грубое, внешнее, примитивное.

Под нашим наблюдением длительное время находился способный поэт С. Историю его болезни, точнее историю оскудения его интеллекта, можно было прочесть по его стихам. Че-

ловец лиричный по своему складу, остро чувствующий природу, он в свое время создал цикл хороших стихов, посвященных описанию родного края. Эта тема продолжала звучать в его творчестве и тогда, когда он стал часто и помногу пить. Но как изменилась трактовка темы! Вместо ярких и точных поэтических обобщений, метких эпитетов, образов, передающих все оттенки настроения, появились отрывистые строки, просто регистрирующие видимые предметы. За этими строками так и чувствовался пьяный человек, бессмысленно и тупо обзирающий окружающее.

Под влиянием алкоголя человеку обычно кажется, будто мысли его текут быстро и четко. В действительности же развитие психических процессов замедляется. Самое же плохое заключается в резком снижении чувства критики и самоконтроля. Крупный русский ученый, профессор А. Я. Данилевский говорил по этому поводу, что алкоголь—обманчивое средство для поднятия продуктивной деятельности организма, но вполне надежное, когда требуется убавить ума.

Алкоголь очень медленно выводится из организма. Рядом точных экспериментальных исследований доказано, что, если человек выпьет 100 граммов алкоголя, следы его можно обнаружить в организме даже через 32, а иногда и через 48 часов. Нетрудно представить себе, что происходит с человеком, если он пьет систематически. Его организм постоянно находится под отравляющим действием опасного яда, не имея ни малейшей передышки. И в результате мозг не выдерживает.

Неумеренное употребление вина вызывает ряд тяжелых психических заболеваний. Наиболее частое из них — так называемая белая горячка, то есть горячка, вызванная водкой. Блезнь начинается с расстройств сна. Человек перестает спать, появляется чувство страха, ему кажется, что его хотят убить, за ним следят, его преследуют. Наряду с этим ощущением у больного появляются зрительные галлюцинации. Он видит мелких животных, странные фигуры, пытается закрывать глаза, но и тогда они не исчезают. Довольно часто таким больным чудятся крысы, мыши; они видят их на своем костюме, стараются отогнать, схватить. К зрительным галлюцинациям прибавляются слуховые: больной беспрестанно слышит, как его бранят, обвиняют, угрожают ему.

Преследуемые кошмарными видениями больные вскакивают с постели, бегут из дома, нередко выпрыгивают из окон, совершают самые нелепые поступки.

Вот одна из многочисленных историй, каких немало, к сожалению, на памяти каждого психиатра.

Токарь Н. получил отпуск и отправился в гости к родным. Ехать пришлось долго — пять суток. Он и до этого не был трезвенником, а в пути стал пить почти беспробудно. Приближаясь к цели своего путешествия, Н. внезапно ощутил ужас-

ный страх. Ему стало казаться, что за ним следят какие-то тайные агенты. Н. перестал спать, а если и засыпал, то просыпался от кошмарных сновидений. Ему чудилось, что за ним гонятся то большие черные люди, вооруженные мечами и пиками, то хищные звери; он слышал скрежет зубов, ощущал горячее дыхание.

К вечеру, вернувшись из вагона-ресторана, больной обнаружил, что в соседнем купе собрались бандиты. Он слышал подозрительные крики, стоны. В состоянии безотчетного страха Н. выбежал из купе на площадку и выпрыгнул на ходу поезда. С переломом бедра и многочисленными ушибами Н. был доставлен в хирургическое отделение больницы, а оттуда — в психиатрическую больницу.

Белая горячка является свидетельством тяжелых изменений в головном мозгу. Но при правильном лечении и, разумеется, отказе от вина она сравнительно быстро проходит, не оставляя каких-либо осложнений. Несколько иначе обстоит дело с таким алкогольным заболеванием, как корсаковский психоз. Оно длится много лет и не всегда заканчивается полным выздоровлением.

Корсаковский психоз начинается постепенно: изменяется настроение, появляются головные боли, бессонница, возникают зрительные и слуховые галлюцинации. Больной совершенно теряет ориентировку в окружающем, сознание его резко нарушено. Затем эти явления постепенно стихают, галлюцинации блекнут и исчезают. Однако это не означает улучшения. У больного нарастают расстройства памяти: человек может забыть, что он ел несколько минут назад, с кем говорил; не помнит, женат ли он, имеет ли детей.

Часто при подобном психозе у больных возникает воспаление нервных стволов — так называемый алкогольный полиневрит. Их беспокоят неприятные ощущения ползания мурашек по телу, чего-то постороннего под кожей и т. д. Больные нередко испытывают боли в различных частях тела. Нарастающее воспаление нервных стволов приводит к атрофии мышц (исхуданию) и развитию параличей. Вернуть такому человеку нормальное самочувствие и правильное восприятие действительности — нелегкая задача.

Корсаковский психоз обычно приводит больных к инвалидности, неспособности к самостоятельному труду, а злокачественные его формы чаще всего заканчиваются смертью.

### **Немного полемики**

Научные факты, да и чисто житейские наблюдения с достаточной убедительностью свидетельствуют о вреде алкоголя. И тем не менее находится немало людей, которые полагают, что все это «выдумки врачей» и что пить спиртное не только не страшно, а, напротив, чуть ли даже не полезно.

Однажды, выступая с популярной лекцией о вреде алкоголизма, я услышал из задних рядов голос:

— Да вы ведь сами в медицине без спирта никуда! Раз вы спиртом все дезинфицируете, значит он и организм прочищает...

В ответ на такое замечание я рассказал то, о чем говорилось в этой брошюре, а именно, что дезинфицирующие свойства спирта основаны на его способности быстро проникать внутрь живой клетки, ослабляя и полностью убивая ее. Но при этом следует учесть, что алкоголь убивает микробов только при достаточно высокой концентрации. Для того чтобы создать такую высокую концентрацию в организме, мужчине среднего веса пришлось бы выпить примерно 11—12 литров спирта. А такое количество во много раз превышает смертельную для человека дозу. Так что употреблять алкоголь для «очистки» организма было бы так же нелепо, как, скажем, устроить в доме пожар для того, чтобы избавиться его от сырости.

Да и сама попытка сослаться на медицину не верна. Известно, что в медицинской практике довольно часто с лечебной целью применяются сильнодействующие и ядовитые вещества. При малокровии, например, хорошее действие оказывают малые дозы мышьяка, при общем упадке сил внутримышечно вводят микроскопические дозы стрихнина. Но разве из этого следует, что стрихнин и мышьяк полезны человеку и что их можно употреблять в больших количествах?

Часто от людей, труд которых связан с пребыванием на холоде, можно услышать, что алкоголь нужен им потому, что он «согревает». Так ли это?

Человеческий организм обладает удивительно совершенной системой теплорегуляции. При высокой температуре сосуды расширяются, и теплоотдача организма повышается, при низкой — наоборот, сосуды сжимаются, как бы сберегая, пряча имеющееся тепло.

Но кто не замечал, что у пьяного при любой температуре лицо красное, ворот нараспашку? Происходит это потому, что алкоголь расширяет сосуды кровеносной системы и повышает теплоотдачу. Человеку как будто жарко, а в действительности его организм резко теряет тепло и не только потому, что усиливается его отдача, но и потому что наркотическое действие алкоголя тормозит работу нервных центров, ведающих выработкой тепла. Поэтому-то алкоголики чаще заболевают воспалением легких, гриппом, у них более вероятны обмороживания. При сильном опьянении во время мороза температура тела может упасть до 32 градусов.

Могут спросить, почему же в таком случае рекомендуется растирать обмороженную конечность спиртом, дать сильно замерзшему человеку вина, чтобы он разогрелся? Все это несколько не противоречит сказанному. Ведь под влиянием силь-

ного холода резко нарушается кровообращение, так как сосуды очень сжимаются и просвет их становится совсем маленьким. Недостаточное кровоснабжение тканей создает для них угрозу полного омертвения. Поэтому при оказании первой помощи обмороженному нужно как можно быстрее расширить кровеносные сосуды, и здесь сосудорасширяющее действие алкоголя оказывает некоторую услугу.

Людям, работающим на холоде, следует особенно помнить о коварных свойствах алкоголя, о том, что его согревающий эффект очень обманчив. Гораздо надежнее в этом отношении горячий кофе, чай, теплая сухая одежда.

Существует и другой довод, к которому обычно прибегают защитники алкоголя. Спирт, говорят они, — это продукт разложения сахара. Следовательно, он обладает высокой питательностью.

Действительно, окисляясь в организме, алкоголь дает довольно большое количество энергии. Однако энергия эта непосредственно улетучивается вследствие повышенной теплоотдачи. Кроме того, если жиры, белки и углеводы могут отлагаться в организме про запас и использоваться для создания клеток и тканей, то алкоголь не обладает этим свойством. Таким образом, версия о «питательности» вина отпадает.

В состоянии опьянения вследствие возбуждения центральной нервной системы несколько повышается так называемая моторная деятельность. Увеличивается количество движений. Пьяные становятся более возбужденными, они много и суетливо двигаются, размахивают руками, им кажется, что у них прибавилось сил.

Такие ощущения послужили поводом к очень часто встречающемуся заблуждению, будто алкоголь повышает работоспособность. Однако это явное недоразумение. Выпивший человек действительно подчас горячо берется за работу, начинает быстро что-то делать, совершает много движений, значительная часть которых нецелесообразна. Но качество проделанной работы в конечном итоге оказывается гораздо ниже, чем бывает у того же человека в трезвом состоянии.

Специалисты проводили различные опыты, объективно подтверждавшие снижение работоспособности на 15—20 процентов даже при приеме сравнительно небольших доз алкоголя.

Дело в том, что в состоянии алкогольного возбуждения человек первое время не замечает усталости. Не замечает он и допущенных промахов, неточностей, ошибок в работе.

В одном из опытов группе наборщиков дали перед работой по две кружки пива — 36 граммов спирта. Для исследования были отобраны люди квалифицированные и к тому же привычные к пиву.

— Сумеете работать, как обычно? — спросили у них.

— Даже лучше!

Каково же было смущение наборщиков, когда по окончании работы выяснилось, что производительность труда снизилась у них в среднем на 15 процентов, а количество ошибок заметно возросло.

Много споров возникает обычно по поводу того, какие количества алкоголя надо считать вредными, а какие не приносят вреда, надо ли вообще отказаться от вина или иногда можно немного выпить.

Ответ на эти вопросы для каждого человека будет различным.

Людам, страдающим хроническими заболеваниями желудка, печени, сердечно-сосудистыми нарушениями, разумеется, необходимо полное воздержание от вина. Категорически должны быть запрещены алкогольные напитки, даже самые слабые, подросткам, а тем более детям. Растущий организм особенно чувствителен к алкогольному яду и тяжело переносит его последствия. Крайне нежелательно даже эпизодическое употребление спиртного для пожилых людей, так как алкоголь увеличивает обычную в этом возрасте хрупкость сосудов.

Существует мнение, будто бы алкоголь не оказывает вредного действия при гипертонии.

— Вот пью каждый день, а давление у меня — дай бог всякому, — хвастливо заявил мне на приеме один алкоголик.

Действительно, у пьющих нередко давление бывает нормальное и даже пониженное. И все же гипертония у алкоголиков возникает гораздо чаще, чем у людей трезвого образа жизни. В этом отношении интересны результаты медицинского обследования, проведенного на спирто-водочном заводе и на кондитерской фабрике. Оказалось, что у работников спирто-водочного предприятия гипертония встречалась в 3 раза чаще, чем у кондитеров.

Здоровым людям зрелого возраста можно позволить иногда бокал сухого вина, иногда, может быть, и рюмку более крепкого напитка. Но повторяю, лишь иногда.

Алкоголь — коварный яд, недаром его называют «зеленым змием». Человек выпьет — и не чувствует никаких ухудшений в своем состоянии. Наоборот, ему делается и теплее, и веселее, и как будто легче. Почему же в таком случае не выпить и завтра, и послезавтра?

К алкоголю, как и к любому другому наркотическому средству, легко привыкнуть. И тогда человеку уже бывает очень трудно побороть это влечение. Вино становится в какой-то мере потребностью организма, а желание выпить — самым неотступным и мучительным из желаний.

Когда может начаться такое привыкание — сказать трудно. Поэтому лучше всего с самого начала соблюдать разумную умеренность, подымая бокал лишь изредка, в особых, торжественных случаях.



## Война пьянству

Пьянство не только разрушает здоровье человека, оно снижает, а иногда и буквально сводит на нет его работоспособность. Алкоголь — враг семьи, он расшатывает хорошо и крепко сложенные семейные устои, тяжело отражается на детях. Алкоголики очень часто становятся нарушителями общественного спокойствия и порядка, а порой встают и на путь преступлений.

Вот почему надо объявить решительную и беспощадную войну пьянству — этому тяжелому и грубому пережитку прошлого.

Советская наука, основываясь на физиологическом учении И. П. Павлова, разработала ряд оригинальных и эффективных методов лечения алкоголизма.

Хочется, однако, заметить, что пьянством не заболевают независимо от своей воли, как заболевают, например, гриппом или воспалением легких. Алкоголиками становятся вследствие злоупотребления спиртными напитками, вследствие собственной распущенности.

Следует сказать и еще одно: больничная койка — это уже последняя, крайняя мера. Чтобы не довести до этого, надо как можно шире, доступнее, убедительнее объяснять вред алкоголя, надо создать вокруг пьющих атмосферу общественного осуждения и суровой, требовательной нетерпимости.

В настоящее время к алкоголикам применяется и будет все настойчивее применяться ряд мер воздействия и наказания. В специальном приказе, изданном Министерством здравоохранения СССР, говорится и о принудительном лечении алкоголиков. Те, кто погряз в зловонной тине пьянства и не хочет выбираться из нее, будут вытащены из нее насильно, независимо от их желания. Правда, следует сказать, что насильственное лечение приносит меньший эффект, но в сочетании с особым режимом, при длительном пребывании в специальном лечебном учреждении оно несомненно сделает свое благое дело.

Успех в лечении бывает гораздо более быстрым и прочным, когда человек сам твердо и искренне желает избавиться от своего порока. Ведь установка самого больного на лечение способствует мобилизации воли, открывает возможность работы над переделкой личности. А именно этим в значительной мере и занимается врач.

Первым и решающим условием любого метода лечения алкоголизма должен быть немедленный и полный отказ от спиртных напитков. Выполнение этого предварительного условия довольно часто бывает тягостным для человека слабовольного, погрязшего в своих привычках. Отказ от вина требует от пьющего определенных усилий над собой. Такие усилия являются началом лечения.

Иногда при лечении алкоголизма применяются медикаментозные средства. Внутрь и под кожу вводят разнообразные лекарственные вещества, предназначенные для того, чтобы, с одной стороны, нейтрализовать и вывести из организма образовавшиеся в результате употребления алкоголя вредные вещества—токсины, а с другой—стимулировать запасные силы организма, наладить сон, восстановить потерянный аппетит и ликвидировать другие нарушения, вызванные алкогольным ядом.

В далеко зашедших случаях, когда личность пьющего дегradировала, лечение фармакологическими средствами и обычными методами разъяснения и убеждения становится явно недостаточным.

Советские ученые создали ряд методов лечения алкоголизма, основанных на павловском учении о высшей нервной деятельности. Задача такого лечения заключается в том, чтобы разрушить у алкоголика старые условные связи, при которых все, что связано с вином, вызывало у него приятные ассоциации, и создать новые связи, при которых эти ассоциации стали бы для него неприятными. Применяя соответствующим образом такие рвотные вещества, как апоморфин, мы стараемся, чтобы вкус, цвет и запах алкоголя вызывали у алкоголика отрицательную реакцию на спиртные напитки. И, действительно, человеку, для которого раньше буквально не было ничего более желанного, чем выпивка, после курса лечения стоит только показать рюмку водки, как у него появится мучительная гримаса отвращения. Один вид спиртного уже вызывает у него рвоту или неотступную тошноту.

Конечно, со временем острота этих реакций притупляется. И тогда уже важна сознательность и выдержка самого человека, правильное поведение его окружающих, поддержка со стороны товарищей.

Как ни хороша условнорефлекторная терапия, применить ее возможно не всегда. Дело в том, что лечение апоморфином, антабусом и другими средствами требует если не абсолютно хорошего состояния внутренних органов, то хотя бы относительного их здоровья. А это у алкоголиков бывает далеко не всегда. Чем длительнее употребляли они спиртное, тем больше расшатан их организм, тем труднее провести лечение.

Если приходится отказаться от условнорефлекторных методов лечения, врач иногда избирает метод лечения гипнозом. В состоянии сна или легкой полудремоты алкоголику внушают отвращение к спиртным напиткам, внушают веру в свои силы, в возможность избавиться от своего порока. Иными словами, в гипнотическом состоянии вырабатываются отрицательные эмоциональные установки. Иногда во время сеанса гипноза больному дают понюхать ватку, смоченную в спирте, внушая ему рвоту, тошноту и другие неприятные ощущения.

Таким образом, принцип лечения остается по существу тем же, меняются лишь средства.

Существуют и другие различные методы лечения; но при всем их разнообразии общим остается одно — для полного успеха необходима твердая воля самого больного, необходима тонкая и сложная работа, подлинная переделка личности. Ведь от укоренившихся привычек не так легко и просто освобождаются.

Надо упорно, настойчиво, страстно бороться против употребления алкогольных напитков. Грань между допустимой нормой вина и подлинным пьянством настолько условна, настолько индивидуальна, что нельзя на нее полагаться. Существуют люди, совершенно невыносимые к воздействию спиртных напитков, у них очень быстро может развиваться хронический алкоголизм, те или иные формы алкогольных психических заболеваний. Для таких людей даже рюмка вина — сущий яд.

Особенно важно охранять от вина молодежь. Надо категорически запретить употребление любых, даже так называемых «слабых» алкогольных напитков на школьных вечерах. Вино действует на молодой организм значительно сильнее, чем на уже сформировавшийся. Мы, врачи и судебные эксперты, знаем немало трагических случаев, когда после нескольких рюмок вина у юношей и девушек наступало полное помрачение сознания, и они решались на самые чудовищные поступки. Тяжелые увечья, нанесенные друг другу, изнасилования, автомобильные аварии — чего только не бывало в трагическом финале подобных, «красиво» начавшихся вечеров.

Существует безобразный обычай, когда подвыпившие взрослые дают ребенку выпить немного вина. Дети из свойственного им чувства подражания, а иногда и из озорства продолжают такие рискованные опыты. Если ребенок когда-нибудь горяча проглотит слишком большую порцию вина, может наступить тяжелейшее отравление. Если же он частенько «пригубливает», дело может кончиться настоящим алкоголизмом.

В семьях алкоголиков дети нередко страдают тем же пороком, что и их родители. Дело здесь не в наследственности — алкоголизм по наследству не передается, может только передаваться пониженная сопротивляемость организма к ряду заболеваний. Алкоголиками дети становятся из подражания взрослым, благодаря той специфической обстановке, какая существует в семьях, где пьют родители, старшие братья. Если дети не будут свидетелями пьяного разгула, они никогда не прикоснутся к вину.

Иногда даже в культурных семьях за праздничным столом ребенку дают такую же рюмку, как взрослому, наливая туда фруктовой воды, боржома, морса, разрешают ему чокаться. Этого делать не следует. Ведь в силу подражания ребенок может иной раз налить себе в рюмку и настоящего вина.

Дети должны воспитываться в сознании, что вино — абсолютно запретная вещь для них, что оно и невкусно, и вредно, что от него можно заболеть. Чем дольше подросток, а затем юноша сохранит такое отношение к спиртным напиткам, тем лучше.

Надо и взрослым отрешиться, наконец, от убеждения, что обилие бутылок на столе — верный признак гостеприимства и хлебосольства, надо отказаться от столь принятых взаимных уговоров выпить еще и еще, от гигантских «штрафных» бокалов и прочих по существу нелепых и вредных традиций.

### Алкоголизм и государство

Очень давно люди поняли, что пьянство влечет за собой болезни и несчастья, нищету и преступления, что это явление опасное для общества. Поэтому даже в древние времена возникали попытки законодательно бороться с этим тяжким злом. Для пьяниц устанавливали различные наказания вплоть до публичной порки и отрезания ушей, штрафы, тюремное заключение.

В России при Петре I были изданы законы, согласно которым опьянение не только не служило смягчающим вину обстоятельством, а, наоборот, отягощало ее: «Пьянство никого не извиняет, понеже он в пьянстве уже непристойное дело учинил». Изданный при Екатерине II «Устав благочиния» предписывал карать за пьянство заключением в холодную на сутки. В уставе 1845 года о наказаниях, налагаемых мировыми судьями, указывалось, что «кто злообычен в пьянстве, или более времени в году бывает пьян нежели трезв, того наказывать розгами».

Однако все эти предписания не выполнялись, так же как не выполнялся и принятый в 1912 году III Государственной думой закон о запрещении продажи крепких вин. Да это и вполне понятно. Ведь для того чтобы ограничить употребление алкоголя, недостаточно одних запретов и наказаний.

Алкоголизм — явление социальное. Он порожден эксплуататорским строем. Его широкое распространение связано с тяжелыми условиями жизни трудящихся в капиталистическом обществе. Неуверенность в завтрашнем дне, беспросветное существование порождают желание забыться, найти в рюмке вина хотя бы мимолетную иллюзию радости, подъема настроения.

О том, что в капиталистическом обществе подлинная борьба с алкоголизмом невозможна, убедительно показывает пример Соединенных Штатов Америки.

Как известно, в США в 1919 году был принят закон о запрещении спиртных напитков. Инициаторами этого закона явились владельцы крупных промышленных предприятий.

обеспокоенные катастрофическим ростом аварий, несчастных случаев на производстве, снижением производительности труда. Нетрезвый человек не мог стоять у ленты конвейера, управлять сложным станком, работать на транспорте.

Действительно, в первые годы существования «сухого закона» число несчастных случаев в промышленности сократилось. Однако закон этот породил другое отвратительное явление — бутлегерство, то есть контрабанду спиртных напитков, продажу их по высоким ценам. Подкупая государственных чиновников, бутлегеры настолько широко поставили свое дело, что в конце концов образовались целые концерны, получавшие огромные прибыли на незаконной продаже спиртного. Алкогольные напитки тайно продавались в ресторанах, ночных клубах и даже в аптеках.

Характерно, что через несколько лет после введения «сухого закона» заболеваемость острыми алкогольными психозами и смертность от алкоголизма в США не только не уменьшились, а, наоборот, увеличились. Это объясняется в значительной мере тем, что население стало употреблять больше самогона, различные суррогаты спиртного. Такие напитки содержат высокий процент ядовитых примесей и оказывают на организм еще более вредное действие, чем вина промышленного изготовления.

«Сухой закон» так мало себя оправдал, что в конце концов его пришлось отменить. Однако в настоящее время в Соединенных Штатах Америки вновь раздаются голоса о том, что следовало бы попытаться возродить этот закон.

Действительно, рост алкоголизма в стране не может не внушать тревогу. В 1953 году число хронических алкоголиков в Нью-Йорке, по различным данным, составляло от 200 до 300 тысяч. Характерно, что наибольшие размеры приобретает алкоголизм в крупных городах, где особенно ощущается безработица, где тиски нужды и отчаяния давят человека особенно беспощадно.

Растет в Америке и количество алкогольных психозов. Лаборатория прикладной физиологии Иэльского университета (Нью-Хэвен, США) собрала данные о том, что 750 тысяч алкоголиков нуждаются в срочной помощи и лечении, а 2 миллиона будут нуждаться в ней в самое ближайшее время.

В капиталистическом обществе борьба против алкоголизма встречает непреодолимую преграду со стороны компаний, занятых изготовлением и продажей алкогольных напитков.

Врачи, ученые, передовые общественные деятели Франции уже давно и серьезно обеспокоены катастрофическим ростом алкоголизма. Потребление спирта на душу населения во Франции сейчас больше, чем в какой бы то ни было другой стране. Французские исследователи указывают, что после войны алко-

голизм среди населения увеличился более чем на 80 процентов и имеется тенденция к дальнейшему его росту.

Под напором общественного мнения правительство приняло кое-какие шаги для уменьшения размеров этого бедствия. В частности, в последние годы были приняты декреты, предусматривающие сокращение винокурения и уменьшение площади, занятой виноградниками за счет разведения других сельскохозяйственных культур. Еще в период обсуждения этих декретов они встретили яростное сопротивление крупных виноделов и виноторговцев. Официально принятые, они на деле попросту саботируются и не приносят существенной пользы.

Торговые фирмы тратят огромные средства на назойливую рекламу алкогольных напитков. Этим недостойным делом занята целая армия художников, поэтов, писателей. По словам доктора Этьена Мэй, даже детям во время спортивных игр раздаются бумажные колпачки с напечатанной на них рекламной спиртных напитков.

Следует сказать, что созданный во Франции национальный комитет по борьбе с алкоголизмом настойчиво борется против этого засилья. Общественные деятели добились распоряжения, по которому нельзя вывешивать рекламу алкоголя, если рядом с ней нет антиалкогольного плаката. Но это любопытное правило далеко не всегда соблюдается.

У борцов за трезвость, за оздоровление нации мало сил и средств. Характерно, что французский комитет по борьбе с алкоголизмом получает от правительства субсидию в 500 тысяч франков в год, а национальный комитет пропаганды вина (да, там есть и такой!) — 50 миллионов.

Весьма характерно для нравов капиталистического мира то, что произошло в Исландии. Общественность и население этой страны очень энергично борются против алкоголя. Примерно четвертая часть жителей состоит членами различных обществ трезвости.

В Исландии собственных вин производится очень мало, в основном они ввозятся из других стран. Еще в начале XX века, когда импорт алкоголя катастрофически увеличился, был издан закон, запрещающий ввозить в страну спиртные напитки. Испания, Португалия, Франция, весьма заинтересованные в сбыте своих вин, запротестовали и заявили об отказе покупать у Исландии рыбу. Подобный бойкот грозил этой маленькой стране экономическим крахом. Выбора не оставалось — пришлось отступить. Правительство отменило свое решение, и реки вина вновь хлынули в страну.

В 1954 году правительство Исландии вторично приняло антиалкогольный закон, однако на этот раз была проявлена осторожность и сделаны некоторые уступки. Так, например, были запрещены не все спиртные напитки, а только те, которые

содержали высокий процент алкоголя. Кроме того, они были обложены высоким налогом.

Не лишена интереса антиалкогольная пропаганда, которая проводится в Финляндии. Эта страна имеет свои хорошие традиции борьбы за трезвость — недаром же в 1953 году здесь была даже выпущена почтовая марка, посвященная пятидесятилетию существования антиалкогольных обществ.

С 1932 года в стране была ограничена продажа алкоголя путем своеобразной лимитной системы. Крепкие спиртные напитки продаются только в нескольких больших городах. Для того чтобы приобрести их, надо совершить специальную поездку, затратив на это время и деньги.

Подобные препятствия, действительно, несколько снизили употребление алкоголя, но зато увеличился спрос на напитки с низким содержанием спирта.

По существующим в стране законам, пьянство среди работников транспорта рассматривается как уголовное преступление. Противоалкогольная реклама не облагается налогом. Специальный департамент координирует деятельность правительственных и общественных антиалкогольных организаций.

Примерно такие же формы борьбы с алкоголизмом применяются и в Швеции. В свое время там была разработана так называемая система Брандта, по которой покупка алкогольных напитков была ограничена специальными заборными книжками. В книжке отмечалось количество приобретенных напитков и дата; таким образом, любителям спиртного невольно приходилось укладываться в установленные лимиты.

На первых порах эта система как будто имела успех, и число пьющих уменьшилось. Однако очень скоро начали появляться различные лазейки, развилась спекуляция лимитами. Кроме того, выяснился совершенно неожиданный факт: резко увеличился алкоголизм среди женщин. Хозяйка дома, ведавшая всеми закупками, в большинстве случаев была и хранительницей заборной книжки. Это создавало соблазн — попробовать выпить, испытать, действительно ли так велико это запретное благо. А от первых попыток, как мы знаем, недалеко и до стойкой привычки.

Подлинная борьба с алкоголем невозможна при капитализме не только потому, что на ее пути встают интересы виноделов и виноторговцев. Буржуазные правительства заинтересованы в одурманивании народных масс, в том, чтобы любыми средствами отвлекать их от революционной борьбы. Именно поэтому, даже издавая законы об ограничении или запрете алкоголя, эти правительства в то же время закрывают глаза на нарушение подобных законов.

С пьянством можно успешно бороться лишь тогда, когда подорваны его социальные корни, когда высоко подняты материальное благосостояние и культурный уровень народа, ког-

да трудящимся предоставлены все возможности для всестороннего гармоничного физического и духовного развития.

Об этом убедительно свидетельствует пример СССР.

В нашей стране уничтожена социальная основа алкоголизма, достигнуты огромные успехи в борьбе за оздоровление народа и быта советского народа. Мы живем в такое время, когда коммунизм уже не является далеким будущим. Уже сейчас, на пороге коммунистического завтра, надо воспитывать у людей умение жить в коммунистическом обществе и управлять его делами.

Задача эта нелегкая. Надо упорно работать над тем, чтобы до конца преодолеть вредные пережитки прошлого в сознании и поведении некоторой части людей, вооружить строителей коммунизма глубокими и разносторонними знаниями.

За годы Советской власти у нас резко сократилось потребление алкогольных напитков. Алкоголизм распространен в нашей стране гораздо меньше, чем в других странах Европы и Америки. В докладе на XXI съезде КПСС товарищ Н. С. Хрущев привел очень радостную цифру. Он сообщил о том, что в 1958 году население купило спиртных напитков на 113 миллионов литров меньше, чем в 1957 году, а с дальнейшим ростом культуры и усилением воспитательной работы будет, несомненно, покупать еще меньше.

Однако полностью изжить это зло еще не удалось.

В нашей стране приняты меры для упорядочения и некоторого ограничения торговли спиртными напитками. Совсем запретить их продажу было бы нереально. Мы не против того, чтобы отметить бокалом вина знаменательное событие в жизни, произнести тост на праздниках. Конечно, во всем этом должна соблюдаться разумная мера. Нельзя допускать того, чтобы алкоголь становился хозяином жизни человека.

А для этого нужна широкая и всесторонняя воспитательная работа, убедительная, построенная на научной основе антиалкогольная пропаганда, разъяснение вреда алкоголя.

Когда мы, советские врачи, убеждаем людей отказаться от привычки к вину, у нас есть, что предложить им взамен: радость творческого труда, занятие любым видом искусства, просторы разнообразного и веселого отдыха. Сокращение рабочего дня и рабочей недели высвободит трудящимся дополнительное время для овладения культурой, знаниями. Из года в год в стране растет сеть клубов, кинотеатров, библиотек, спортивных сооружений и т. п. Необходимо полностью использовать эти возможности для дальнейшего приобщения трудящихся к культуре.

Борьба с пьянством — дело не только медицинских работников, но и всех общественных организаций. Главное в пропаганде за здоровый быт — это привлечение широкой общественности к борьбе против злоупотребления спиртными напитками.



Говоря о роли общественности в борьбе с пережитками капитализма, товарищ Н. С. Хрущев подчеркивал, что без участия самих масс, одними только административными мерами с подобными уродливыми явлениями покончить нельзя. Надо создать такую обстановку, чтобы люди, нарушающие нормы поведения, принципы советской морали, чувствовали осуждение своих поступков всем обществом. Нужно поставить дело так, чтобы уже одно только появление на людях выпившего человека рассматривалось как грубейшее нарушение норм поведения, встречало единодушное осуждение. Товарищеские суды должны разбирать не только производственные вопросы, но и вопросы бытового, морального характера, факты неправильного поведения членов коллектива, допустивших отклонения от норм.

Большая роль в активной борьбе против пьянства принадлежит комсомолу. Комсомольским организациям надо больше работать с молодежью, проявлять требовательность к некоторым членам не только тогда, когда кто-нибудь из молодых людей совершает аморальные поступки, но и в том случае, если комсомольцы проявляют безразличие к антиобщественным поступкам и действиям других людей.

Большую роль в противоалкогольной пропаганде должны сыграть литература, кино, радио и печать.

Условия жизни в нашей стране таковы, что нет причин становиться пьяницей. Именно поэтому мы, врачи, так оптимистически смотрим на перспективы антиалкогольной работы. Конечно, она будет иметь успех. Пьянству в СССР нет и не может быть места.

---

**60 коп.**