

*Для молодежи: ты хотел знать, но не знал, у кого  
спросить про...*

*12 мифов и фактов о ПИВЕ*

**Миф 1.** Пиво является безвредным слабоалкогольным напитком, все его пьют.

**Факт 1.** Доказано, пиво – классический «стартовый» напиток, с которого начинали все алкоголики, постепенно переходя к более крепким напиткам. А у подростков алкоголизм формируется в 3-4 раза быстрее, чем у взрослых, и имеет более злокачественное течение. Содержание спирта в пиве в некоторых сортах достигает 14%. На почве злоупотребления крепким пивом развиваются алкогольные психозы («белая горячка»). И абсолютно точно, что пиво пьют не все!!!

**Миф 2.** Пиво полезно, а пивной алкоголизм – надуманная проблема. Многие пьют пиво и не считают, что каким-то образом зависят от него, хотя употребляют пиво каждый день большую часть своей жизни.

**Факт 2.** Производители пива думают только о прибыли, а не о тебе, уважаемый читатель. Они стремятся увеличить приток покупателей, особенно среди молодежи, аргументируя тем, что пиво не алкогольный, а слабоалкогольный, якобы безвредный и чуть ли не полезный напиток. Ученые доказали, что разделять спиртные напитки на вредные для организма и не очень вредные неправильно, потому что нет среди них безвредных. От того, что мы будем делить наркотики на «легкие» и «тяжелые», они не перестанут быть наркотиками.

**Миф 3.** Пиво снижает употребление водки. Пиво «конкурирует» с более крепкими напитками и вытесняет их из употребления, что приносит пользу государству и людям.

**Факт 3.** Одна бутылка пива эквивалентна 50-100 граммам водки, в зависимости от крепости. Выпивая 5-6 бутылок пива, вы получаете дозу этилового спирта, равного бутылке водки. Но «психологически» вы защищены: выпивающий бутылку водки в день – явный алкоголик, а выпивающий 2-3 литра пива – «нормальный» человек и даже производит впечатление успешного и счастливого. Человеку, страдающему хроническим алкоголизмом, переход с водки на пиво тоже не даст много пользы. Организм все равно потребует свой «эквивалент», то есть заставит покрывать качество количеством. Один пациент наркологической клиники, совершив такой «переход», выпивал в день не менее 7 литров пива. Нередки случаи, когда у имеющих алкогольную зависимость лиц

очередной запой начинается именно со стакана пива, даже безалкогольного.

**Миф 4.** Пиво полезно для сосудов и сердца.

**Факт 4.** Из-за пива сердце увеличивается, оно становится дряблым и плохо качает кровь по всему организму. Пиво способствует расширению полостей сердца, утолщению его стенок. Возникает синдром «пивного сердца» или «капронового чулка». Замечено, что эти изменения связаны с наличием в пиве кобальта, применяемого в качестве стабилизатора пивной пены. Насыщенность пива углекислым газом, приводит к тому, что попадая в организм, пиво быстро переполняет кровеносные сосуды, что впоследствии приводит к болезням сердца и вен.

**Миф 5.** Горькие хмелевые добавки пива не только создают приятный вкус, но и полезны для пищеварения. Употребляя пиво, вы получаете растительные крахмальные соединения, стимулирующие пищеварение и выделение желудочного сока.

**Факт 5.** Большинство людей припоминают, что поначалу им не нравился вкус пива, они скорее находили его противным и горьким. Однако питье воспринималось как символ взрослости. В дальнейшем, при увеличении доз и частоты употребления, как бы ни пытались скрыть это пивоманы, они пьют пиво не ради вкуса, а ради алкоголя. Также доказано, что потребление именно пива повышает риск развития рака толстой кишки: содержащийся в пиве кобальт вызывает воспалительные процессы в пищеводе и желудке.

**Миф 6.** Пиво полезно содержанием витаминов. Некоторые относят пиво к самым здоровым и полезным продуктам. Выпивая один литр пива, вы удовлетворяете свою дневную потребность почти во всех необходимых элементах и витаминах.

**Факт 6.** Содержание витаминов в пиве очень низкое. Витамины поступают в пиво в основном из солода, богатого витаминами группы В. Однако в процессе приготовления пива концентрация витаминов неизбежно снижается. Таким образом, чтобы обеспечить 100% суточной потребности в витамине В нужно выпивать 10 литров пива в день. Не проще ли получать витамины нормальным способом, из овощей и фруктов?

**Миф 7.** Пиво полезно для потенции и вообще помогает при общении с другим полом.

**Факт 7.** Любой алкоголь оказывает вредное воздействие на половую функцию человека. Из-за действия на организм (*пиво содержит ряд токсических веществ, в том числе соли тяжелых металлов*) алкоголь подавляет выработку половых гормонов. Расплата –

снижение полового влечения, а в далеко зашедших случаях возможно развитие полового равнодушия.

В организме мужчин при систематическом употреблении пива выделяется вещество, подавляющее выработку мужского полового гормона тестостерона. Одновременно начинают вырабатываться женские половые гормоны, вызывающие изменения внешнего вида мужчины. Раньше мужской гормон давал ему активность, волевые качества, стремление к победе, желание лидировать, а теперь мы получаем безвольное, апатичное существо промежуточного рода, способное лишь лежать на диване и тупо смотреть в телевизор.

Фигура такого существа тоже меняется – расширяется таз, жир откладывается по женскому типу – на бедрах. Мышцы живота слабеют, и появляется «пивной живот». Увеличиваются грудные железы; теперь, заплывшие жиром, интересным образом дополняя облик этого «мужчины». Все более проблематичным становится выполнение мужских обязанностей, постепенно развивается импотенция, влечение к женщине заменяется влечением к пиву.

У женщин возрастает вероятность заболеть раком, становится грубее голос, и появляются так называемые «пивные усы», а если это кормящая мать, то у ребенка возможны эпилептические судороги.

**Миф 8.** Польза пива для почек. Пиво полезно для почек и его хорошо употреблять как мочегонное средство.

**Факт 8.** Пиво вымывает из организма белки, жиры, углеводы, калий, магний, витамин С. При дефиците калия происходят срывы сердечного ритма, возникает сухость кожи, боли в икрах, слабость в ногах. Дефицит магния опасен перепадами настроения, человек становится раздражительным, плаксивым, плохо спит. С вымыванием витамина С снижается иммунитет, развивается гипоксия мозга, страдает интеллект, чаще возникают простудные заболевания.

Почкам приходится пропускать через себя огромное количество жидкости и очищать его. О какой пользе тут можно говорить?

**Миф 9.** Пиво полезно для мозга, т.к. является важным источником кремния, а с ним у вас не будет атрофии мозга.

**Факт 9.** Алкоголь разрушает клетки головного мозга. Среди веществ, воздействующих на клетки мозга, в пиве в очень малых дозах, но содержится вещество кадаверин – «легкий» аналог трупного яда. Постоянное потребление пива влияет на интеллект человека, снижает его способность к обучению. В подростковом и юношеском возрасте, пока организм растет, все эти изменения происходят на порядок быстрее, чем у взрослых. Больные пивным алкоголизмом попадают в больницы в крайне тяжелом, запущенном

состоянии, чаще всего с выраженным слабоумием и снижением личностной оценки.

**Миф 10.** Пиво полезно для нервной системы, поскольку успокаивает, снимает стресс, создает хорошее настроение.

**Факт 10.** Пиво разрушает клетки головного мозга. От пива расшатывается нервная система, и потом уже без пива невозможно будет нормально расслабиться, успокоиться и отдыхать. Пиво содержит вещества (они называются психоактивными), которые создают особый, отупляющий, опьяняющий эффект, отличный от эффекта других алкогольных напитков. С пивом человек приучает себя к алкоголю не только как к опьяняющему, но и как к расслабляющему средству. Со временем начинают нарастать дозы пива, начинает ухудшаться память, внимание, настроение, изменяться личность, естественно, не в лучшую сторону.

**Миф 11.** Выпившие пиво люди более общительны и дружелюбны.

**Факт 11.** Наркологи утверждают, что алкоголь является самым агрессивным наркотиком, а пивной алкоголизм характеризуется особой жестокостью. Нередко пивные посиделки и массовые распития завершаются драками, убийствами и другими преступлениями.

**Миф 12.** Пиво помогает чувствовать себя веселым, смелым, взрослым, независимым.

**Факт 12.** К сожалению, если только пиво на протяжении 1-2 лет, и уже в «недетских дозировках» делает тебя «веселым», «смелым», «взрослым», то ты уже зависимый от алкоголя человек.