**Летом с друзьями по 1-2 бутылочки пива за вечер и «нормально»!  
А потом — до свидания печень!**

**Снять напряжение порой  
Вам помогает алкоголь.  
Но чаще все-таки друг мой,  
Он причиняет зло и боль!**



**Примерные формулы отказа:**

1. Нет, я не могу сделать это. У  меня на этот день другие планы.
2. Нет, сегодня мне не хочется, я бы предпочел...
3. Нет, для меня это невозможно, попроси кого-то другого.
4. Нет, пить я не буду – не хочу, чтобы от меня был запах.
5. Нет, я слишком себя уважаю, чтобы опускаться до..



# Смолевичская центральная районная библиотека

# им. М. Богдановича

# Отдел обслуживания и информации

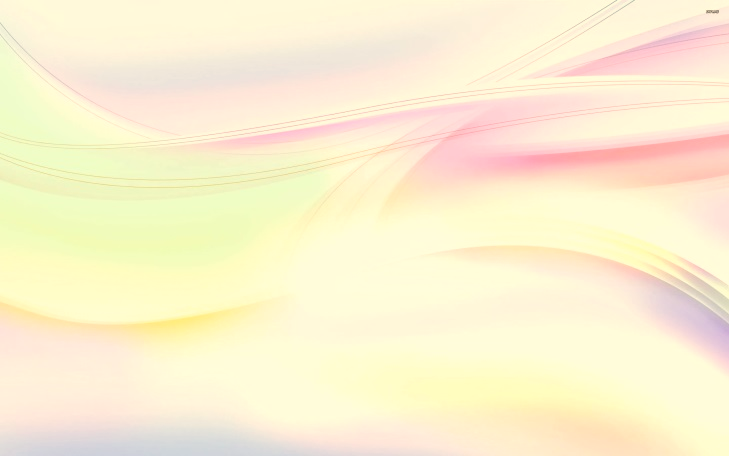
**Горькая правда**

**о пиве**

(буклет)

г. Смолевичи, 2021 г.



Исследования, проведенные во многих странах, свидетельствуют, что **хронический алкоголизм развивается в 3-4 раза быстрее от употребления пива, чем от крепких алкогольных изделий**.

В процессе спиртового брожения в пиве, как и в самогоне в полном объеме сохраняются сопутствующие алкоголю ядовитые соединения: **альдегиды, сивушные масла, метанол, эфиры,** содержание которых в пиве в десятки и сотни раз превышает уровень их допустимой концентрации в водке, полученной из спирта высшей очистки.

Насыщенность пива **углекислым газом** приводит к варикозному расширению вен и возникновению синдрома «пивного сердца» («капронового чулка»), когда сердце провисает, становится дряблым и плохо качает кровь. Содержащийся в пиве **кобальт**способствует разрушению сердечнососудистой системы, а также желудочно-кишечного тракта.

При систематическом употреблении пива происходит «сбой» в **эндокринной системе**человека, способствующий выработке **женских половых гормонов**. **У мужчин** уменьшается растительность на теле, набухают молочные железы, жир откладывается на бедра и бока, становится шире таз, снижается потенция вплоть до бесплодия и импотенции.

**Пиво — это величайший самообман.**

 Одна бутылка пива эквивалентна 50-100 граммам водки, в зависимости от крепости. *Выпивая 5-6 бутылок пива, вы можете получить дозу этилового спирта, равного бутылке водки.*

Но психологически вы защищены: выпивающий бутылку водки в день — явный алкоголик, а выпивающий 2-3 литра пива — «обычный» человек и даже производит впечатление удачного и счастливого.

Кроме того, статистика расходится с теорией и показывает, что *потребление водки растет вместе с потреблением пива*.

В XIX веке англичане, борясь с алкоголизмом, решили вытеснить крепкие алкогольные изделия пивом. Но вскоре пришлось отменить «пивной закон», поскольку его введение лишь усугубляло пьянство.

# Смолевичская центральная районная библиотека

# им. М. Богдановича

# Отдел обслуживания и информации

**(буклет)**

**г. Смолевичи, 2021г.**

