

ДУДЧЕНКО ЗОЯ ФАДЕЕВНА

кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии здоровья, декан факультета психолого-социальной работы СПбГИПСПР

СОВРЕМЕННЫЕ АСПЕКТЫ ПОТРЕБЛЕНИЯ АЛКОГОЛЯ

**АННОТАЦИЯ.** В статье освещаются актуальные вопросы потребления алкоголя в России на современном этапе. Рассматриваются уровень алкоголизации населения, объем и динамика потребления алкоголя на одного потребляющего мужчину и женщину, потребление алкоголя подростками. Акцентируется внимание на изменении структуры потребляемых спиртных напитков, динамики продаж алкогольных напитков.

**КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:** абсолютный алкоголь, потребление алкоголя, алкоголизм, структура алкоголепотребления, безопасные дозы алкоголя.

Актуальность проблемы потребления алкоголя в России на современном этапе связана с увеличением потребления алкоголя в целом, а также с увеличением потребления алкоголя женщинами и подростками.

Научные исследования показывают, что в России сегодня на долю трезвенников среди взрослого населения приходится около 4-5%. Это лица, которые не употребляют алкоголь по религиозным или медицинским причинам. К этой группе также относятся лица, которые употребляют не более 100 мл вина примерно 2-3 раза в год. Следует отметить, что по доле лиц, не употребляющих спиртные напитки, Россия принадлежит к группе европейских государств с наиболее благоприятными показателями. Умеренно потребляющих алкоголь в России примерно 80-84%. Это лица, потребляющие примерно 50-150 мл крепких напитков до 1-2 раз в месяц. Общее количество злоупотребляющих алкоголем составляет до 10-11%, а также алкоголиков (имеющих диагноз «алкоголизм») до 4-5% [4].

Если рассмотреть уровень алкоголизации населения начиная с 70-х годов, то обращает на себя внимание снижение потребления алкоголя в 1985-1986 годах, когда потребление алкоголя составило примерно 6-8 литров абсолютного алкоголя (100-процентный) на душу населения в год. Это понимается как следствие антиалкогольной кампании, которая проводилась в те годы в нашей стране. Затем уровень потребления алкоголя стал неуклонно повышаться. Например, в конце 80-х годов население нашей страны потребляло абсолютного алкоголя примерно 11-12 л/г. В 1992-1993 гг. — 13-14 л/г. В настоящее время мы потребляем чистого алкоголя примерно 15-16 л/г [1]. Специалисты ВОЗ констатируют, что уровень алкоголизации населения, превышающий 8 литров абсолютного

алкоголя на душу населения в год, представляет опасность для здоровья нации в целом, а также наблюдается угроза степени защищенности интересов личности (табл. 1).

Таблица 1.

Уровень алкоголизации населения России

Годы	Кол-во абсолютного алкоголя (л/г)
1981-1982	10-11
1985-1986	6-8
1988-1989	11-12
1990-1991	12-13
1992-1993	13-14
1994-1997	14-15
2000-2002	15,2-15,4

Сам по себе уровень потребления алкоголя еще не является решающим при определении размеров и опасности последствий. Например, уровень душевого потребления алкоголя в таких странах, как Франция, Португалия, Италия и Испания, такой же, что и в России. Но в России постепенно сформировалась, во-первых, особая структура потребляемых напитков, в которой преобладают крепкие спиртные напитки, во-вторых, своеобразная культура потребления алкоголя, то есть разовый прием больших доз алкоголя, а также наличие системы питейных традиций.

Следует отметить, что растет объем потребления алкоголя на одного потребляющего. Например, на одного потребляющего мужчину в 1996 г. приходилось 23,8 литра абсолютного алкоголя (на одну

потребляющую женщину — 4,0 л/г). В 2002 году на одного потребляющего мужчину — 33,6 л/г абсолютного алкоголя и соответственно на одну потребляющую женщину — 7,0 л/г (табл. 2).

Таблица 2.

Объем и динамика потребления алкоголя на одного потребляющего (литров абсолютного алкоголя в год)

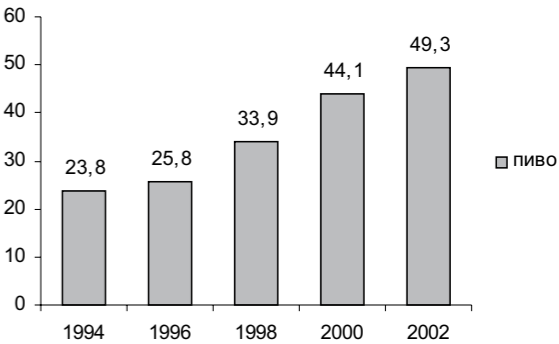
Показатели	1996	1998	2000	2002
На одного потребляющего мужчину	23,8	20,0	33,4	33,6
На одну потребляющую женщину	4,0	4,6	6,3	7,0

Женщины в потреблении спиртных напитков не только идут параллельным курсом с мужчинами, но в последние годы с большим ускорением. Доля сильно пьющих женщин (60-100 г в сутки абсолютного алкоголя) за период 1994-2002 гг. увеличилась в 2 раза, при этом доля сильно пьющих мужчин (более 100 г в сутки абсолютного алкоголя) увеличилась в 1,6 раза. Например, доля женщин в клиентуре медвытрезвителей составляет (в процентах): 1966 г. — 2,6; 1986 г. — 7,9; 1990 г. — 10,0. Среди хронических алкоголиков женщин насчитывается: 1960 г. — 8%; 1991 г. — 15%; 1994 г. — 18% [4].

Злоупотребление алкоголем имеет место во всех социальных средах, но уровень распространенности неодинаков. Лидируют в неумеренном потреблении алкоголя социально-профессиональные группы с высоким уровнем концентрации мужчин в их составе. В первую очередь это работники физического труда, в их числе работники сельского хозяйства, лесной и рыбной промышленности, рабочие ручного труда, промышленные рабочие, разнорабочие, а также бедное население (имеющее среднедушевые доходы ниже прожиточного минимума), лица с образованием ниже среднего. К неумеренно потребляющим алкоголь также относятся военнослужащие, безработные [7].

В последние годы существенно меняется структура потребляемых спиртных напитков. Начиная с 1998 г. увеличивается процент лиц, выбирающих пиво в качестве алкогольного напитка среди всех потребляющих спиртные напитки. Например, в 1994 г. в России среди потребляющих алкогольные напитки доля пьющих пиво составляла примерно 24%, в 2002 г. пиво в качестве алкогольного напитка выбирает примерно 49% россиян. В настоящее время государственная алкогольная политика направлена на то, чтобы изменить структуру потребляемых алкогольных напитков, то есть уменьшить долю водки и, наоборот, увеличить долю виноградных вин и пива. Безусловно, мас-сированная реклама также способствовала увеличению количества потребляемого пива (табл. 3; гист. 1) [7].

Доля потребления пива (%)



Гистограмма 1

В структуре алкоголепотребления заметно возрастает доля самогона. В сельской местности предпочитают в основном самогон по двум причинам: официальная водка слишком дорога для жителей села и употребление самогона связано с меньшим риском возможного отравления фальсифицированной водкой. 85% проверенного самогона оказалось с высоким качеством и низкой токсичностью [2].

Особую тревогу вызывает увеличение потребления алкоголя подростками. Во-первых, следует

Таблица 3.

Доля потребляющих различные виды спиртных напитков, в общей численности потребителей алкоголя (%)

Алкогольные напитки	1994	1996	1998	2000	2002
Пиво и брага	23,8	25,6	33,9	44,1	49,3
Сухие вина	34,0	30,1	21,9	18,6	22,2
Крепленые вина	11,0	11,5	11,3	12,6	13,1
Самогон	6,4	6,7	14,5	19,7	18,0
Водка и др. крепкие напитки	74,1	72,5	68,4	60,6	58,6
Другое	5,6	3,7	3,7	4,6	6,9

констатировать, что отмечается тенденция «омоложения» данной проблемы. Если в 1991 г. возраст приобщения к алкоголю среди подростков в среднем составлял 15,5 лет, то в 2001 г. примерно 11 лет. При этом в 12 лет 30% подростков регулярно потребляют пиво.

Систематическое потребление алкоголя среди детей, подростков и молодежи приводит к быстрому формированию зависимости, интеллектуальному снижению, различным неврологическим расстройствам. Например, распространенность алкогольных расстройств, в том числе алкогольных психозов и алкоголизма, у детей (0 до 14 лет) в 1999 г. составляла 78 на 100 тыс. населения соответствующего возраста, в 2003 г. — 127,1. Среди подростков — в 1999 г. — 1222,3 на 100 тыс. населения соответствующего возраста, а в 2003 г. — 1310,4. Среди молодежи соответственно в 1999 г. — 1011,4 и в 2003 г. — 1167,5. Обращает на себя внимание высокий удельный вес больных со средней стадией зависимости, что свидетельствует о позднем выявлении больных алкоголизмом детей, подростков и молодых людей. Констатируется более высокий прирост показателей алкогольных расстройств среди девочек и девушек 0-14 и 15-17 лет [3].

Причины избыточного потребления алкоголя детерминированы неблагоприятными экономическими, медицинскими и психосоциальными факторами. Определенную роль играет наследственная предрасположенность. До 70% сыновей и 25% дочерей из семей с алкогольной зависимостью (двое и более родственников имеют диагноз «алкоголизм») в будущем при условии нездорового образа жизни имеют алкогольную зависимость. К факторам риска относят состояние психического здоровья, криминальные наклонности, вредные привычки членов семьи, разводы, терпимое отношение в семье к потреблению алкоголя, отсутствие здоровых традиций в семье, алкогольные традиции общества, терпимое отношение окружающих к пьянству, доступность алкоголя, в том числе для подростков.

В 1994-2002 гг. устойчивый рост рискованного уровня потребления алкоголя наблюдался в социальных средах в наибольшей степени испытывавших социально-экономические и психологические травмы переходного периода: падение уровня жизни, депрессии, страх, потерю уверенности в себе и в своем будущем, суицидные мысли.

Динамика продаж алкогольных напитков на душу населения в пересчете на абсолютный алкоголь возрастает. Например, в 1992 г. показатель продажи абсолютного алкоголя составил 5,8 л/г, в 1995 г. — 7,1 л/г.

Исследования, проведенные в нашей стране в 2000 г., показали, что 64% респондентов считает, что за последние годы пьянство и связанные с ним негативные последствия (преступления, заболевания алкоголизмом, смертность по причинам, связанным с алкоголем) заметно возросли. Например,

увеличилось количество отравлений спиртным: 1991 г. — 16,1 тыс. человек; 1995 — 43,4 тыс. человек; 2000 — 31,5 тыс. человек. По заключению ученых, прирост общего потребления абсолютного алкоголя на душу населения в год на 1 литр приводит примерно к 10% ежегодного прироста убийств и тяжких преступлений [2].

Установлено, что прием каждого дополнительного литра алкоголя сверх определенного ВОЗ предела (безопасные дозы алкоголя) сокращает на 11 месяцев жизнь у мужчин и на 4 месяца у женщин. По данным научных исследований, продолжительность жизни мужчин, употребляющих более 168 г абсолютного алкоголя в неделю, на 5,6 года меньше, чем мало пьющих или пьющих умеренно. У женщин, употребляющих более 84 г абсолютного алкоголя в неделю, этот показатель составляет 23,8 года [5].

Необходимо отметить, что потребление алкоголя выполняет определенные психологические и социальные функции: дает возможность расслабиться, отвлечься, снять напряжение, поднять настроение, способствует общению, формированию индивидуальных связей и т.д. Однако определить безопасное количество алкоголя трудно, так как баланс риска при этом зависит от многих причин. Научные исследования показывают, что здоровый мужчина может потреблять до 24 г абсолютного алкоголя в сутки, соответственно здоровая женщина — до 16,1 г. В перерасчете на распространенные спиртные напитки для здоровых мужчин это составляет до 75 г водки или коньяка и 150 г крепленых вин, 300 г сухих вин и 495 г пива. Для здоровых женщин безопасной дозой является 50 г водки или коньяка и 100 г крепленого вина, 200 г сухих вин и 330 г пива. Следует обратить внимание, что речь идет о качественных алкогольных напитках. Безопасных доз алкоголя в принципе не существует для лиц групп риска. Это лица, страдающие психическими или специфическими психосоматическими отклонениями; это беременные женщины; дети и подростки; лица, работающие с огнеопасными и токсическими веществами; управляющие общественным транспортом; работающие на таких объектах, как атомные электростанции и др. [6].

Исследование, которое проводилось в рамках ВОЗ MONIGE, показало, что регулярное (5-6 дней в неделю) умеренное потребление алкоголя (10-40 г в сутки абсолютного алкоголя) ассоциируется с понижением риска сердечно-сосудистых расстройств. Умеренные дозы алкоголя снижают концентрацию холестерина в организме, что частично объясняет снижение смертности от сердечно-сосудистых заболеваний у лиц, умеренно потребляющих алкоголь.

Однако сегодня следует соблюдать осторожность в рекомендации населению потребления безопасных доз алкоголя, так как среди населения не сформирована культура потребления алкоголя, что может приводить к превышению безопасной дозы

алкоголя и соответственно к нарушениям, вызванным злоупотреблением алкоголем.

Считается, что коэффициент алкоголизации в любой популяции обратно пропорционален продолжительности времени, в течение которого общество потребляет спиртные напитки. Предполагается, что предрасположенность к развитию алкоголизма постепенно выводится в обществе,

продолжающем их потребление. В Европе, например, коэффициент алкоголизации наиболее низкий в Средиземноморье, где продолжительность воздействия спиртных напитков самая длительная. Таким образом, формирование культуры потребления алкоголя остается одной из важнейших задач формирования здорового образа жизни россиян на современном этапе.

1. Девиации подростков и молодежи: алкоголизация, наркотизация, проституция // Социальная профилактика и здоровье. №2. — 2003. С. 24-28.
2. Заиграев Г.Г. Пьянство в России как реальная угроза национальной безопасности // Социс. №11. — 2001. С. 69-76.
3. Киржанова В.В. Основные тенденции распространенности психических и поведенческих расстройств, связанных с употреблением алкоголя, среди детей, подростков и молодежи в России в 1999-2003 годах // Социальная профилактика и здоровье. №6. — 2004. С. 20-27.
4. Левин Б.М. Главные факторы алкоголизации общества в условиях социальных перемен // Социс. №4 — 1997. С. 102-108.
5. Попович М.В., Глазунов И.С., Потемкина Р.А. и др. Потребление алкоголя в Москве, Архангельске и Мурманске // Профилактика заболеваний и укрепления здоровья. №2. — 2003. С. 14-19.
6. Потребление алкоголя // Профилактика заболеваний и укрепление здоровья. №1. — 1999. С. 36-38.
7. Тапилина В.С. Сколько пьет Россия? Объем, динамика и дифференциация потребления алкоголя // Социс. №2(262). — 2006. С. 85-93.