

Вредная привычка это автоматически повторяющееся много раз действие, причем действие это вредоносное с точки зрения общественного блага, окружающих или здоровья самого человека, который подпал под кабалу вредной привычки. Вредные привычки бывают не полезны или прямо вредны. Такие автоматические действия проявляются из-за слабости воли. Если человек не может проявить силу воли, чтобы совершить прогрессивное действие, то он подпадает под силу привычки, которая возвращает его в старую колею, привычное действие.

Привычное действие – это и есть привычка. Но, с одной стороны, бывают привычки и манеры хорошие, полезные и, с другой, бывают дурные, или вредные привычки. Полезными привычками мы можем назвать такие, как делать зарядку по утрам, мыть руки перед едой, убирать за собой все вещи на место, чистить каждый день зубы и т.п.

Вредную привычку можно рассматривать как болезнь или патологическую зависимость. Но наряду с вредными привычками существуют неполезные действия, которые нельзя рассматривать как болезнь, но которые возникают из-за неуравновешенности нервной системы.

Курение

Курение оказывает пагубное воздействие на репродуктивную функцию женщины, причем пассивное курение не менее опасно, чем активное. Исследования, проведенные канадскими учеными, показывают, что вдыхание дыма тлеющей сигареты столь же вредно для женщин, проходящих лечение бесплодия, как и само курение.

Но не одни женщины страдают от никотина. Токсичные вещества, содержащиеся в табачном дыме, влияют на все слабые детородной функции. Курение сказывается и на способности мужчин к зачатию ребенка,



поскольку никотин существенно снижает либидо, причем даже у молодых людей в возрасте от 20 до 30 лет. Мужские половые клетки - сперматозоиды обновляются каждые три месяца, а вот женские половые клетки - своего рода долгожители. Их жизнь исчисляется годами (12-55). За это время они накапливают много токсических веществ, в том числе и компонентов табачного дыма. В какой-то мере о самозащите организма позаботилась природа: половые клетки, отравленные токсинами, теряют способность к оплодотворению. Но такая самозащита часто оборачивается серьезными последствиями: бесплодие среди женщин, выкуривающих десять и более сигарет в день, встречается в двое чаще, чем среди некурящих. У курильщиц в два раза чаще, чем у некурящих, рождаются мертвые дети.

Курение может стать причиной бесплодия у женщин и на три года приближает наступление менопаузы. Ученые установили, что содержащиеся в табачном дыме полициклические ароматические углеводороды запускают процесс гибели яйцеклеток. Курящие женщины вредят не только своему здоровью, но и повышают риск развития бесплодия у будущих сыновей.

Алкоголь

В 40% причиной мужского бесплодия является злоупотребление алкоголем. Например, курение может вызвать нарушения менструального цикла у женщин, а неумеренное употребление алкоголя - повлиять на образование сперматозоидов у мужчин.

Сочетание нескольких факторов риска может способствовать снижению фертильности. Поэтому изменение определенных привычек автоматически повышает шансы на достижение беременности.



Злоупотребление алкоголем - причина импотенции. Вредное влияние алкоголя на половые железы (яички, предстательную железу) также хорошо известно. В опытах на животных хроническая алкоголизация вызывала жировое перерождение и атрофию половых желез. Эти изменения, как правило, ведут к понижению или полному угасанию половой потенции.

Несомненно, разрушающее влияние алкоголя на центральную нервную систему также способствует развитию импотенции. Существенную роль при этом играют такие последствия хронического алкоголизма, как неврозы, депрессивные состояния, эмоционально-волевая неустойчивость, неуверенность в своих силах, состояние тревоги и т.п.

Наркотики



Почти все наркотики являются мутагенами - веществами, способными изменять генетическую информацию. Так что их употребление существенно влияет на потомство и часто становится причиной врожденных уродств и аномалий развития, причем проявиться это может не

только в следующем поколении.

Согласно многочисленным работам современных сексологов и психологов, наркотическая интоксикация приводит первоначально к быстрому подъему сексуальности - неконтролируемому влечению, а затем половое влечение гаснет

и его чрезвычайно трудно восстановить. Важно отметить, что употребление любого вида наркотиков сопровождается необратимыми изменениями в половых железах, угасанием полового влечения. Трагедия разворачивается исключительно быстро, человек может впредь не принимать наркотики, а восстановить функцию половых желез удастся не сразу и не всегда.

*Берегите свое здоровье, крепкое здоровье - это основа
Вашей полноценной и счастливой жизни!*

Подросток и вредные привычки

