**Пьяный на воде - самоубийца**

Остались считанные дни до открытия купального сезона, и как закономерность, новостные хроники запестрят заметками о новых жертвах «пьяного» отдыха на природе. Алкоголь и купание – вещь несовместимая.

Алкогольное опьянение может быть нескольких уровней. Даже при легкой степени опьянения мышление, критика и власть над собой нарушается, а иногда утрачивается. Повышается настроение, чувство бодрости, стремление к деятельности, движения становятся более порывистыми. Наряду с возрастающей двигательной активностью, отмечаются нарушения координации движений. В таком состоянии человек утрачивает способность критически оценивать ситуацию, и потому часто переоценивает свои способности и недооценивает степень опьянения. Спонтанные действия в таком состоянии могут заключать в себе опасность. К примеру, для человека плевым делом может показаться переплыть водоем или прыгнуть с вышки. Чувство страха утрачивается, зато человеческие возможности остаются прежними и человек, понимает к сожалению иногда слишком поздно, что его физических сил просто не хватит для его «пьяного подвига».

При средней степени опьянения возможность совершать относительно простые координированные действия уменьшаются. Внимание переключается медленно, только под влиянием каких-либо сильных раздражителей. Опьяненный человек не может оценивать ситуацию в целом. Резко снижается способность критической оценки действий как своих, так и окружающих поведение определяется случайными отрывистыми представлениями и впечатлениями. Желание освежиться в холодной воде в таком состоянии приводит к дезориентации и неспособности к простым синхронным плавательным движениям кроме того, давление воды усиливает и без того нагруженные алкоголем внутренние органы, что делает очень трудным процесс дыхания и сокращения сердечной мышцы. И последствие такого плавания, чаще всего заканчивается плачевно. Природа такого не прощает.

А можно ли совместить рыбалку и алкоголь? Очень редко, кто с собой на рыбалку не берет спиртное. Даже можно предположить, что без водки нет рыбалки. Исключение составляет одиночная рыбалка - не будешь же пить один. Хотя встречаются индивиды, которые не гнушаются в одиночку пропустить пару тройку рюмок на реке. Но напиваться до «чертиков» и погубить, то ради чего прибыли на водоем, не стоит. Ведь не в водке весь кайф рыбалки.

И про детей - разговор особый. У детей нет жизненного опыта. Они не понимают где опасно, а где нет. Приобретение опыта путем проб и ошибок сильно дорого обходится. Родители должны научить плавать с малого возраста. Нужно также разъяснять об опасности на воде. Не пугать, а именно разъяснять, чтобы ребенок понимал, что можно, а что нельзя. Сплошные запреты или вседозволенность, к хорошему не приводят.

Хочется сказать в заключение вода не опаснее огня, автомобиля на дороге. Она равнодушна. Как с ней обращаться, такой и результат будет. Лозунг «Спасение утопающих – дело рук самих утопающих» такой же вечный, как и сама вода.

Психолог ПНД Комар Н.П.