**Предостережения докторов клиники «ФриЛайф» от употребления алкоголя в отпуске.**

В преддверие поры отпусков, доктора клиники «ФриЛайф» спешат предупредить Вас о возможных последствиях употребления алкоголя на жаре:

Помимо всех прочих разрушительных последствий, принятие алкоголя на жаре способно привести к следующим последствиям:

 - У человеческого организма вдвое уменьшается способность противостоять ультрафиолетовому изучению – алкоголь генерирует реактивные формы кислорода, которые повреждают клетки кожи и, как следствие, повышается чувствительность к солнцу, что может привести к ожогу от солнечных лучей.

 - Пьяный человек зачастую не верно оценивает свое состояние при нахождении на солнце, что может привести к солнечному удару и потере сознания.

 - Употребление более шести доз алкоголя (две кружки пива) за короткий период времени, особенно после некоторого воздержания, может привести к нарушению ритма работы сердца - например, когда после многих недель работы, человек наконец-то приехал в отпуск и позволил себе расслабиться.

А еще, без алкоголя Ваш отпуск может быть гораздо более насыщенным, ярким и запоминающимся.

Поэтому, рекомендуем Вам наслаждаться здоровым трезвым отдыхом и желаем Вам приятного отпуска!

Здоровья Вам и Вашим близким!

Коллектив клиники «ФриЛайф»