

Alkohol!



Mi az alkohol?

* Az alkohol etil-alkohol vagy etanol. A depresszáns drogok osztályába tartozik.

* Cukrok erjesztésével állítják elő. Általában gabonafélékből készítik (kömly, rizs, árpa) de gyakoriak a gyümölcsből előállított italok is.

* Az alkohol tartalma italonként változó. A sör és a bor alkoholtartalma általában 5-15 %-ig változik, míg a likőrök és egyéb égetett szeszek gyakran a 40%-os alkoholtartalmat is meghaladják.

Mi az átlagos fogyasztás?

* Átlagosan egy pohár sör 0,3 liter, egy korsó 0,4/0,5 liter , a bort 0,1 literenként mérik, az égetett szeszeket pedig 0,02/0,05 literenként.

* Ezek az ital mennyiségre vonatkozó adatok, nem pedig az erősségükre.

* Az alkohol minden emberre másképp hat. Van, akin 1-2 pohár után jelentkeznek a részegség tünetei, van, aki ezt meg sem érzi. Az alkohol hatása függ a testtölegtől, az alkohol lebontási sebességétől, attól, hogy üres vagy teli gyomorral fogyaszt-e az ember, és még sok más tényezőtől

* Az alkoholnak nincs egységesen elfogadott adagolása. Ismerd magad és a reakciódat az italokkal! Az viszont elmondható, hogy egy átlagosan kimért ital nagyjából 1,5

* 2 óra alatt lebomlik egy átlagos szervezetben.

Mik a hatásai?

* Kevesebb mennyiség esetén nyugodtság és a gátlások csökkenése lép fel, emiatt a fogyasztó könnyebben társalog, ismerkedik.

* Nagyobb mennyiségnél az előbb említett tünetek mellett megjelennek fizikai hatások is, úgy mint szédülés, motorikus képességek csökkenése, gyakran hányás. A beszéd zavarossá válhat, az ittas ember megfontolatlanul cselekedhet. A reakcióidő és a fájdalom érzékelése csökken. A „másnaposság” gyakran velejárója e fogyasztási módnak.

* A túladagolás általában a rendezett mozgás teljes hiányához, majd ájuláshoz vezet. Extrém esetekben (nagyon magas alkoholtartalmú italok nagy mennyiségű fogyasztása, vagy betegség esetén) halált okozhat.

Légy óvatos!

* **Az alkohol az egyik legaddiktívabb szer,** egy függő elvonási tüneteit hosszan lehetne sorolni (hidegrázás, rohamok, hallucinációk, sóvárgás a szesz után, stb.)

* A hosszú távú fogyasztás **károsítja a májat, az agyat, illetve más létfontosságú szerveket,** rengeteg más testi és pszichés betegséget okozhat.

* Egyszerre nagyobb mennyiség fogyasztása esetén fel-lephet akut alkoholmérgezés, mely halált okozhat. Fiatalok körében gyakori a versenyivás, ez szintén gyakori oka az alkoholmérgezésnek.

* **SOHA ne vedess alkohol hatása alatt!** Saját magadra és embertársaidra is veszélyes, valamint súlyos büntetést von maga után!

- A terhesség alatti gyakori alkoholfogyasztás a magzat visszafordíthatatlan károsodását okozhatja!

* **18 év alattiak nem szolgáthatóak ki alkohollal!**

* **Ne fogyassz alkoholt gyógyszerek hatása alatt!**

Ez már rengeteg halálesetet és kórházi kezelést okozott.