

alkohol

The word 'alkohol' is rendered in a large, bold, orange, sans-serif font. The letter 'o' is replaced by a solid orange circle. Inside this circle, a dark purple silhouette of a bottle is visible. The word 'alkohol' is positioned in the upper half of the image, with the letters 'alkohol' in white and the 'o' in orange.

Wer regelmäßig Alkohol trinkt, sollte zwei
Wochen pausieren und beobachten, welchen
Stellenwert der Konsum einnimmt.

alkohol



Alkohol wird getrunken, die Wirksubstanz ist Ethanol. Alkohol in Maßen entspannt, ruft leichte Euphorie hervor, enthemmt, erleichtert den Kontakt. Reflexe werden verlangsamt. Bei höherer Dosis wird man schläfrig, die Wahrnehmung ist verzerrt, und es kann zu Gleichgewichtsstörungen kommen.



Hauptrisiken sind leichtsinniges Verhalten, z.B. riskantes Verhalten im Straßenverkehr (Unfälle und Stürze, auch als Fußgänger oder Radfahrer), riskante Sexualpraktiken, aggressives Verhalten, die Gefahr, Opfer von sexuellen Übergriffen zu werden. Langzeitriskiken: psychische und körperliche Abhängigkeit, Krankheitsrisiken und Organschädigungen (z.B. Leber, Magen, Speiseröhre).



Keinen Alkohol trinken um Durst zu löschen. Keinen Alkohol auf leeren Magen trinken, nicht mehrere Getränke schnell hintereinander trinken. Unter Alkohol nicht am Straßenverkehr teilnehmen. Wer regelmäßig Alkohol trinkt, sollte zwei Wochen pausieren und beobachten, welchen Stellenwert der Konsum einnimmt (Tipp: der AUDIT-C-Fragebogen!).



Wenn Sie Fragen haben, reden Sie mit einem Arzt/einer Ärztin Ihres Vertrauens oder wenden Sie sich an eine Beratungsstelle, egal, ob es um Ihren eigenen Konsum oder den Konsum anderer Personen aus Ihrem Umfeld geht. Ärzte stehen unter Schweigepflicht.

www.mag-net.eu

© 2014



MAG-Net2

FONDS DE LUTTE CONTRE CERTAINES FORMES DE CRIMINALITE

