



ALKOHOL

Stoff

- trinkbarer Alkohol ist Ethanol
- entsteht durch Gärung oder Destillation („Brennen“)
- nach Tabak das am weitesten verbreitete Suchtmittel in Österreich

Wirkung

- entspannend
- die Stimmung hebend
- enthemmend
- leicht bewusstseinsverändernd

Wer mehr trinkt ...

- reagiert verlangsamt
- ist weniger konzentriert
- neigt eher zu Aggression oder Depression

Wirkung hängt auch ab von ...

- der seelischen und körperlichen Verfassung
- der Trinkmenge
- dem Körpergewicht

Gefahren

- Zellgift Alkohol gelangt über das Blut in den ganzen Körper
- fast alle Organe können in Mitleidenschaft gezogen werden

Erste Hilfe leisten und Rettung (144) holen bei ...

- Bewusstlosigkeit
- Atemstörungen oder Atemlähmung

Tipps für den Umgang

Kein Alkohol, wenn ...

- du arbeitest, lernst, sportelst, am Steuer.
- du nichts gegessen hast.
- du schlecht drauf bist.

Wenn du Alkohol trinkst, dann ...

- trinke langsam und bleib bei einer Sorte.
- trinke zwischendurch alkoholfrei.
- schau auf den Alkoholgehalt.

Lass dich nicht zwingen, Alkohol zu trinken.
Je mehr alkoholfreie Tage, desto besser!

Jugendgesetz:

- Kein Alkohol unter 16 Jahren.
- Kein gebrannter Alkohol unter 18 Jahren.



Noch Fragen?

Mehr Infos findest
du auf vivid.at



**GESUNDHEITS
FÖRDERUNGS
FONDS**
STEIERMARK



Das Land
Steiermark

→ Gesundheit