

ISTINA O ALKOHOLU STA BI TREBALI ZNATI

ZDRAVSTVENE CINJENICE



▶ Alkohol ide direktno u krvotok, i zbog toga djeluje na svaki dio tijela; može oštetiti skoro svaki organ u tijelu, napraviti nered u mozgu i promijeniti način razmišljanja, osjećanja i djelovanja.

▶ Alkohol je depresant koji djeluje na mozak i usporava funkcije tijela i reflekse. Možete se osjećati opustošeno ali vase rasudivanje, vid, govor i ravnoteža postaju umanjene (osteceni). Alkohol može uzrokovati da postanete nasilni i izazovete tucu, izgubite kontrolu nad kolima i možda ubijete nekoga, probudite se na nepoznatom mjestu i ne sjećate se kako ste se nasli tamo ili šta vam se desilo. Mnoga ubistva, samoubistva i drugi zlocini događaju se kada jedna ili više osoba konzumira alkohol. S alkoholom povezane saobraćajne nesreće su vodeći uzrok smrti među mladima od 16 do 25 godina starosti.

▶ Jetri treba jedan sat da preradi jedno standardno pice. Tesko opijanje može uzrokovati bolesti jetre te rak (tumor) jetre. Ostecena jetra ne može više čistiti (preradivati) krv od tjelesnih otrova, koji onda ozljeđuju druge organe i mogu uzrokovati smrt.

▶ Alkohol može uzrokovati da gusteraca otekne i zato blokira prolaz od gusterace do tankih crijeva. Kemikalije potrebne u tankim crijevima da pomognu probavu ne mogu proći i zbog toga ona pocinju da vare (jedu) gusteracu samu uzrokujući abdominalni (trbusni) bol, povraćanje i moguću smrt.

▶ Alkohol može uvećati radno opterećenje srca i oštetiti srcane misice. Srce pokušava da kompenzira (nadoknadi) stetu uvećavajući se i na kraju postane nesposobno da pumpa dovoljno krvi u tijelo. To može dovesti i do nepravilnih srcanih otkucaja i visokog krvnog pritiska.

▶ Pored srcanih misica alkohol može također oštetiti druge misice i spreciti ih da apsorbiraju (upijaju) kalcijum.

▶ Alkohol nadražuje stomak i uzrokuje povraćanje. Dugotrajna upotreba može uzrokovati rak stomaka i jednjaka.

▶ Konzumirane (pijenje) velikih kolicina alkohola u kratkom vremenu može dovesti do alkoholnog trovanja, koje može biti fatalno ako se ne liječi. Jedna limenka pive od 12-unci, jedna časa vina od 5-unci i jedno alkoholno pice od 1 1/2 unce sadrže istu količinu alkohola.

▶ Djeca iz porodica sa roditeljima alkoholicarima imaju četiri puta više šanse da postanu alkoholičari.

▶ Trudna žena koja pije rizikuje da dobije alkoholno povezano oštećenje ploda nazvano Fetalni Alkoholni Sindrom (FAS) ili Fetalna Alkoholna Posljedica (FAE).

▶ Alkohol se nikada ne bi trebao uzimati sa lijekovima. Alkohol reaguje negativno na više od 150 lijekova.

Legalne Cinjenice

Illegalno (protivzakonito) je da:



▶ Svako ispod 21 godine starosti kupi ili posjeduje alkoholna pica.

▶ Svako ispod 21 godine starosti kupi alkohol za bilo koga ispod 21 godine starosti.

▶ Svaki odrasli vozi kola ako u krvi ima 0.08 alkohola ili više.

▶ Bilo koji maloljetnik (ispod 21) vozi kola ako u krvi ima 0.02 alkohola ili više. Jedno pivo može uzrokovati da na testu duvanja osoba bude registrovana sa 0.02.

▶ Bilo ko ima otvoreno alkoholno pice za vrijeme vožnje u kolima.

Za više informacija o alkoholu, duvanu i drugim drogama molimo kontaktirajte:

**Lincoln
Council on
Alcoholism and
Drugs, Inc.**

914 L Street, Lincoln, NE 68508

(402) 475-2694 (T-TDD)

Fax: (402) 475-2699

E-mail: prevention@lcad.org

www.lcad.org