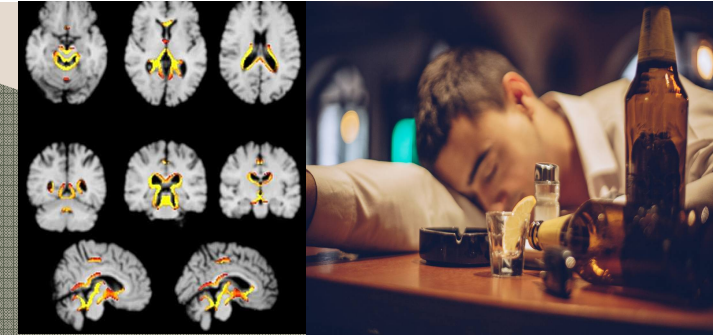


# Sag **NEIN** zum **ALKOHOL**



## ALLGEMEINES

- wird alles Beruhigungsmittel eingestuft
- Fähigkeiten zum rationalen Denken wird eingeschränkt
- Alkohol ist ein Giftstoff
- Taucht schleichend und unbemerkt auf
- Verlust an Werten, wie Disziplin & Sicherheit etc.

## SUCHT FÜHRT ZUM TOD (ALKOHOLSUCHT)

- Kennzeichnung durch körperliche, soziale und psychische Probleme
- Dieser Kontrollverlust ist sehr gefährlich, da man zum Beispiel an unangemessenen Orten anfängt zu trinken (Arbeit oder Autofahren). Jetzt ist die Sucht so weit, dass wenn erkrankte Menschen aufhören den Alkohol zu konsumieren, dass sie Entzugserscheinungen entwickeln.

### Fang am besten gar nicht damit an, denn

- harter Entzug
- Kennzeichen für eine Entzugserscheinung sind zum Beispiel Zittern, Schlafstörungen, Schwitzen, Angst und depressive Stimmung. Das gefährlichste an Entzugserscheinungen ist das so genannte Delirium, es verursacht manchmal lebensgefährliche Kreislaufstörungen oder täuscht Halluzinationen vor.
- Interessenverlust = Entstehung eines Teufelskreises

## GEFAHREN DURCH EXZESSIVEN ALKOHOLKONSUM

- (Verkehrs-) Unfälle
- Opfer oder Täter/in von Gewalt werden
- Riskantes Sexualverhalten
- Unterkühlung durch Weitung der Blutgefäße
- Schlechtere Gedächtnisleistungen
- Psychische Folgen (bspw. Ängste oder Depressionen)
- Vernachlässigung sozialer Aufgaben (Bsp: Fehlzeiten in Schule oder Lehrstelle)
- Entwicklung einer Alkoholabhängigkeit
- Tod durch Herzstillstand, Atemlähmung oder durch Ersticken an Erbrochenem

Wenden Sie sich bei Selbsthilfegruppen, Lehrkräften, Ärzten oder Vertrauenspersonen

Priscilla Serwaah Opoku