

Alkohol – zu Risiken und Nebenwirkungen

Ein abruptes Absetzen des Alkohols kann gefährliche Entzugserscheinungen zur Folge haben. Veränderungen des Nervensystems führen bis hin zu zentralnervösen Krampfanfällen (z. B. Verkrampfung des Herzmuskels) und zum Delirium tremens. Orientierungsverlust und Bewusstseinsstörungen, häufig von beängstigenden Halluzinationen begleitet, sind nicht selten. Hinzu kommen starke vegetative Entzugserscheinungen wie Schwitzen, erhöhter Puls und Blutdruck sowie Unruhe und Angstzustände. Diese Symptome können zum Tode führen. Eine Entgiftung muss ärztlich begleitet werden.

Alkohol – ein großer Schritt für den Menschen ...

... ist der erste Schritt. Wenn Sie glauben oder wissen, betroffen zu sein, scheuen Sie sich nicht, jemanden um Hilfe zu bitten. Es ist keine Schande, krank zu sein, und Alkoholismus ist eine anerkannte Krankheit, die man alleine nicht heilen kann, eine Sucht, aus der man nur mit Hilfe herauskommt.

Sehr viele Anlaufstellen für den ersten Schritt gibt es ganz in ihrer Nähe. Eine Auswahl solcher Gruppen finden Sie auch unter dem Punkt „Selbsthilfegruppen“ auf unserer Homepage: www.kampf-der-droge.de. Bei einem ersten anonymen Gespräch haben Sie nichts zu verlieren.

Sie können nur wieder wirklich „in“ sein, also wieder wirklich in der Gesellschaft dabei sein, wenn Sie etwas tun!



Zusammengestellt von:
Verein Kampf der Droge e. V.
in Heidelberg
D-69216 Dossenheim
Postfach 1263
Telefax : 06221 868678
eMail: info@kampf-der-droge.de
Besuchen Sie uns im Internet:
www.kampf-der-droge.de

Der Verein ist als gemeinnützig
vom Finanzamt Heidelberg
anerkannt.
Spendenkonto:
Sparkasse Heidelberg
BLZ 672 500 20, Kto. 47 880
Postsparkasse Karlsruhe
BLZ 660 100 75, Kto. 85 422 751

1975-2005
30 Jahre
Drogen-
Prävention

INFO

Alkohol
macht
hohl

Alkohol fürs Volk

„Trink, trink, Brüderlein trink, lass doch die Sorgen zu Haus“ das ist altes deutsches Liedgut.

Man kann allerdings zweierlei Dinge daraus ableiten:

- trink und lass es dir mal gut gehen, oder
- trink und verdräng deine Sorgen!

Höher, größer, schneller, billiger, besser, attraktiver...
- sind leider nicht nur Slogans in der Immobilienbranche – sondern es scheint in unserer Gesellschaft nur noch um Leistung und Erfolg zu gehen.

Trendy, hipp und belastbar ist heute fast immer und überall angesagt, um mitten drin statt nur dabei zu sein. Da ist es kein Wunder, wenn so mancher bei sich denkt: Schnaps und Bier – wir machen den Weg frei. Ist doch der Alkoholkonsum ein festes gesellschaftliches Element, der jedoch regelmäßig seine Opfer ertränkt.

Auch Menschen mit Schwächen, Fehlern oder Behinderungen geraten in der Suche nach der gesellschaftlichen Anerkennung in die Sucht.

Alkohol - Fakten, Fakten, Fakten

Alkoholismus zählt zu den größten gesellschaftlichen Problemen in Deutschland. Jeder Deutsche konsumiert pro Jahr mehr als 10 Liter reinen Alkohols. Während sich Erwachsene mit Bier und Wein wegschütten, waren bei Jugendlichen zuletzt „Alcopops“ der Renner.

Seit der „Alcopopsteuer“ verlagert sich der Trend zu noch höherprozentigen, selbstgemachten Schnaps-Limo-Intelligenzkillern.

Geschätzt in Deutschland:

- 4,3 Millionen Alkohol-Abhängige
- weitere 5,0 Millionen im gefährlichen Dunstkreis der Sucht

Der Grat zwischen Genuss und Gefahr ist schmal:
Jeder, der täglich Alkohol trinkt, riskiert alkoholabhängig zu werden!



42.000 Todesfälle (= Absturz eines mittelgroßen Flugzeuges täglich) sind jährlich in Zusammenhang mit Alkohol zu beklagen. Die Opfer im Straßenverkehr gar nicht eingerechnet.

Alkohol zerstört jeden Tag ungezählte Familien. Jede sechste Kündigung in Deutschland erfolgt wegen Alkoholmissbrauchs. Jeder vierte Arbeitsunfall ist auf Alkoholkonsum zurückzuführen.

40 Milliarden Euro volkswirtschaftliche Schäden durch Alkoholmissbrauch (und dagegen nur zwei Milliarden Euro Steuereinnahmen).

Alkohol – macht Birnen hohl ...

... und nicht nur die. Einige weitere körperliche Folgen von übermäßigem Alkoholkonsum sind:

- Leberentzündung, Fettleber
- Leberzirrhose



- Alkoholpsychosen (Delir)
- Polyneuropathie
- Kehlkopfkrebs
- Speiseröhrenverätzung
- Bauchspeicheldrüsenentzündung
- Herzrhythmusstörungen
- Bluthochdruck
- Demenz (Korsakow-Syndrom)

Dazu kommen gesellschaftliche und soziale Folgen:

- negatives Erscheinungsbild/Verwahrlosung
- Probleme am Arbeitsplatz oder dessen Verlust
- Vernachlässigung von sozialen Verpflichtungen
- Konflikte in der Familie
- Verminderung des Selbstwertgefühls
- Realitätsverlust
- Steigerung der Gewaltbereitschaft

Alkohol – mit den besten Empfehlungen

Um Ihre Gesundheit nicht zu gefährden, sollten Sie Ihre persönlichen Grenzen in Bezug auf den Alkoholkonsum kritisch überprüfen und einhalten. In der Schwangerschaft und Stillzeit ist Alkohol absolut tabu.

Ganz besonders in persönlichen Krisenzeiten treibt Alkohol bestehende Probleme in Familie und Beruf nur auf die Spitze. Er ist keine Medizin!

Alkohol enthemmt und steigert die Risikobereitschaft. Jeder neigt unter Alkoholeinfluss dazu, Situationen falsch einzuschätzen. Lassen Sie das Auto stehen, wenn Sie Alkohol getrunken haben – auch dann, wenn Sie das Gefühl haben, dass es „nur ein Bier“ war.

Profilieren Sie sich besser mit Ihren wahren Talenten, Leidenschaften und Hobbys, die jeder Mensch hat. Versuchen Sie, ihren Alltagsstress nicht zu ersäufen, sondern ihn mit Sport o. ä. zu kompensieren.

Zeigen Sie Ihren Kindern durch Ihr Vorbild, wie man mit Stress und Problemen – die hat jeder – richtig umgeht.

