



e-mail: sylogosepistrofi@yahoo.gr
site: www.alkoologia.gr



Γαστρεντερολογική Κλινική - Κοινωνική Υπηρεσία

e-mail: iatreioalkool@yahoo.gr, www.pagni.gr
τηλ. ραντεβού: 2810 542107

«Μαθαίνω για το αλκοόλ»



Τι είναι το αλκοόλ;

➤ Είναι μια χημική ουσία $\text{CH}_3\text{-CH}_2\text{-OH}$

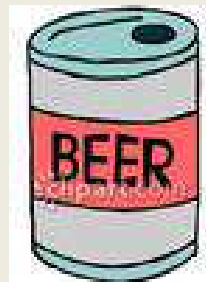


➤ αιθυλική αλκοόλη ή αιθανόλη, ή απλά **οινόπνευμα**

➤ Διαλυτικό, απολυμαντικό

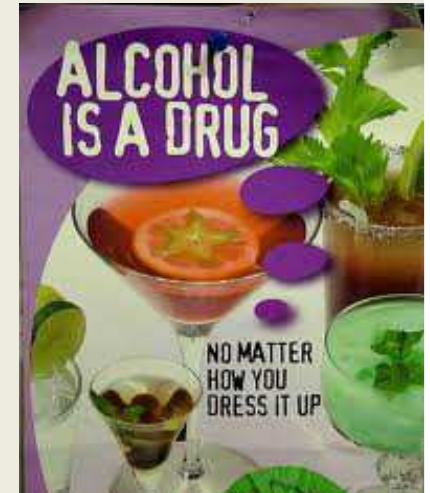


➤ Είναι η ουσία που **περιέχεται** σε μπύρα, κρασί, ρακί, ουίσκι και άλλα ποτά



Τι είναι το αλκοόλ;

- Είναι μία **εθιστική** ουσία
- Το **αλκοόλ** επιστημονικά κατατάσσεται στην κατηγορία των πλέον **τοξικών** ουσιών μαζί με την **ηρωίνη** και την **κοκαΐνη**.



"Εγώ δεν πίνω βαριά ποτά!"

Κάθε μονάδα (1 ποτό) περιέχει την ίδια ποσότητα αλκοόλ, περίπου 12γραμμάρια



=



=



330ml μπύρα
(κουτάκι ή
μικρό μπουκάλι)

125ml κρασί
(μικρό ποτήρι)

1 απεσταγμένο
ή 1 σφηνάκι
(ουίσκι, βότκα, ρακί κλπ)



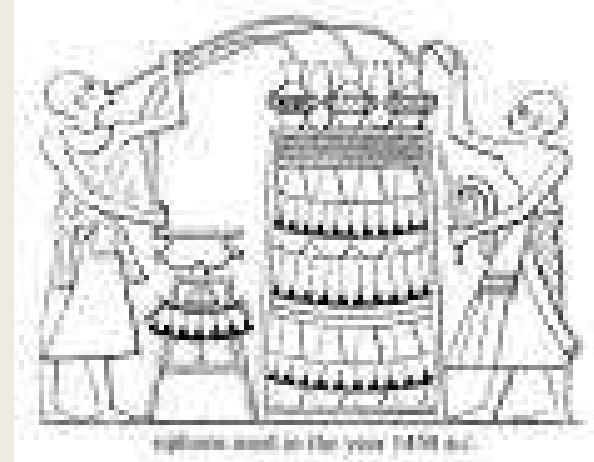
ΑΛΚΟΟΛ και ΙΣΤΟΡΙΑ



Χρήση αλκοολούχων ποτών με Ζύμωση

- Σουμέριοι 6500 π.Χ.
- Αίγυπτος 3000 π.Χ. ζύμωση κριθαριού = μπύρα
- 4000π. Χ. ζύμωση σταφυλιού= κρασί.

**Αλκοολικοί βαθμοί ποτών
ζύμωσης : 5% w/w – 12%w/w**

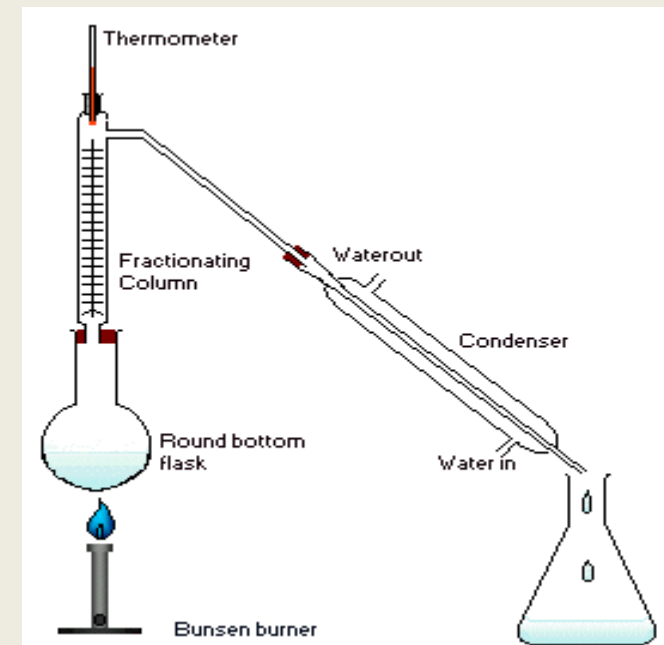


Χρήση αλκοολούχων ποτών με Απόσταξη

- 1000μ Χ εφεύρεση της απόσταξης από Άραβα της Ισπανίας.
- Βρασμός-ψύξη-συμπύκνωση → Αύξηση της περιεκτικότητας σε αλκοόλ

Αλκοολικοί βαθμοί αποσταγμένων ποτών: 40 % w/w - 50 % w/w

"Al Cohol" = το πνεύμα



Το αλκοόλ στην Αρχαία Ελλάδα

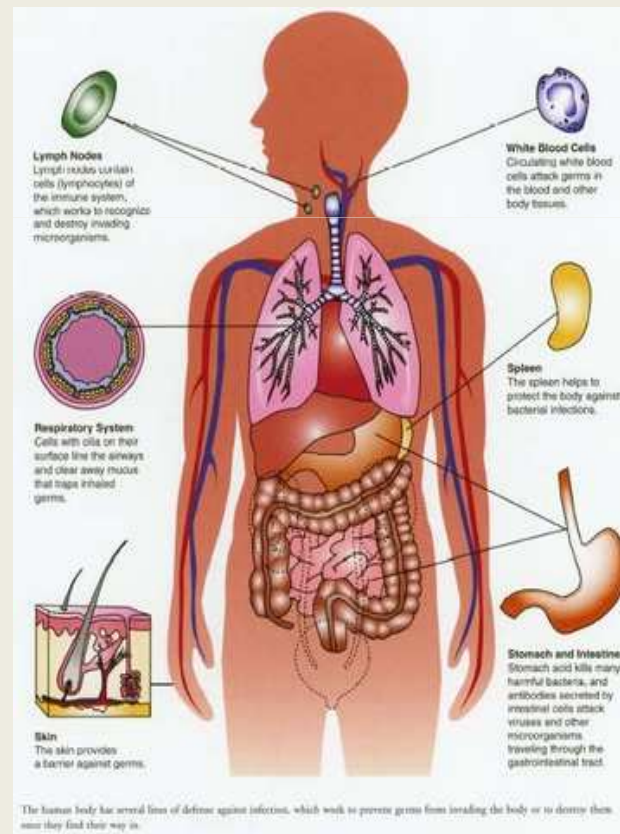
- **Ο Διόνυσος**, ο εύθυμος θεός δίδασκε τους ανθρώπους πώς να καλλιεργούν το αμπέλι και να παράγουν **οίνο**.
- **«ΟΙΝΟΣ»**: Εορταστικό σύμβολο χαράς, απαραίτητο συμπλήρωμα σε κάθε σημαντικό γεύμα. **«Κεκραμένος οίνος»** = 1 μέρος οίνου με 3 μέρη νερό Κεκραμένος οίνος → κρασί
- **Ο Πλάτων**: Στην επιστολή του προς νέους **πλήρη αποχή από την χρήση οίνου μέχρι 18 ετών** και μέχρι τα **25** με την παρουσία κάποιου **ενήλικα**.



ΕΛΛΑΣ TAVERNA



Η δράση του αλκοόλ στον ανθρώπινο οργανισμό



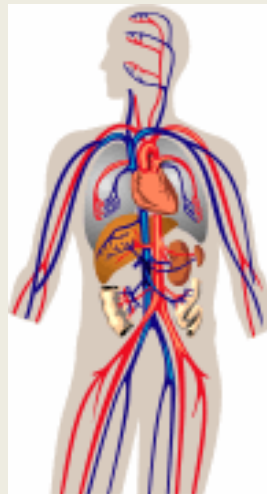
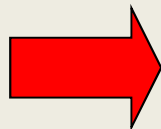
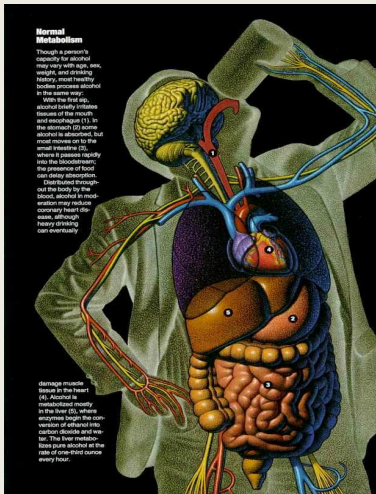
Η διαδρομή του αλκοόλ στον ανθρώπινο οργανισμό

Απορροφάται από το **στομάχι** .

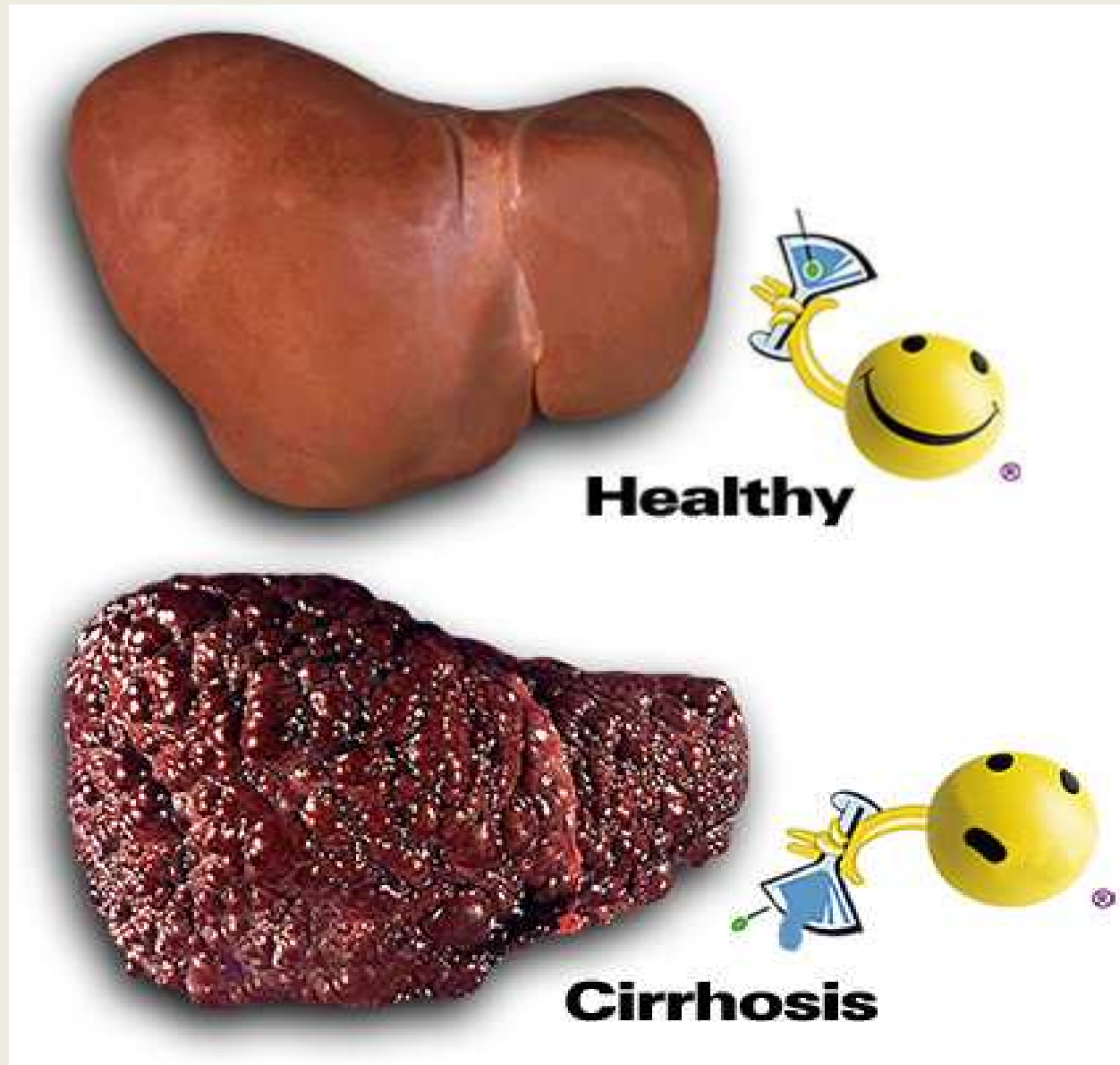
Μπαίνει στο **αίμα** , πάει σε όλο το **σώμα** περνάει στον **εγκέφαλο** όπου εκεί δρα **σαν αναισθητικό**.

Μεταβολίζεται-καταστρέφεται στο **ήπαρ** .

Ένα φυσιολογικό ήπαρ καταστρέφει περίπου 12 γρ. αλκοόλ (1 δόση) την ώρα

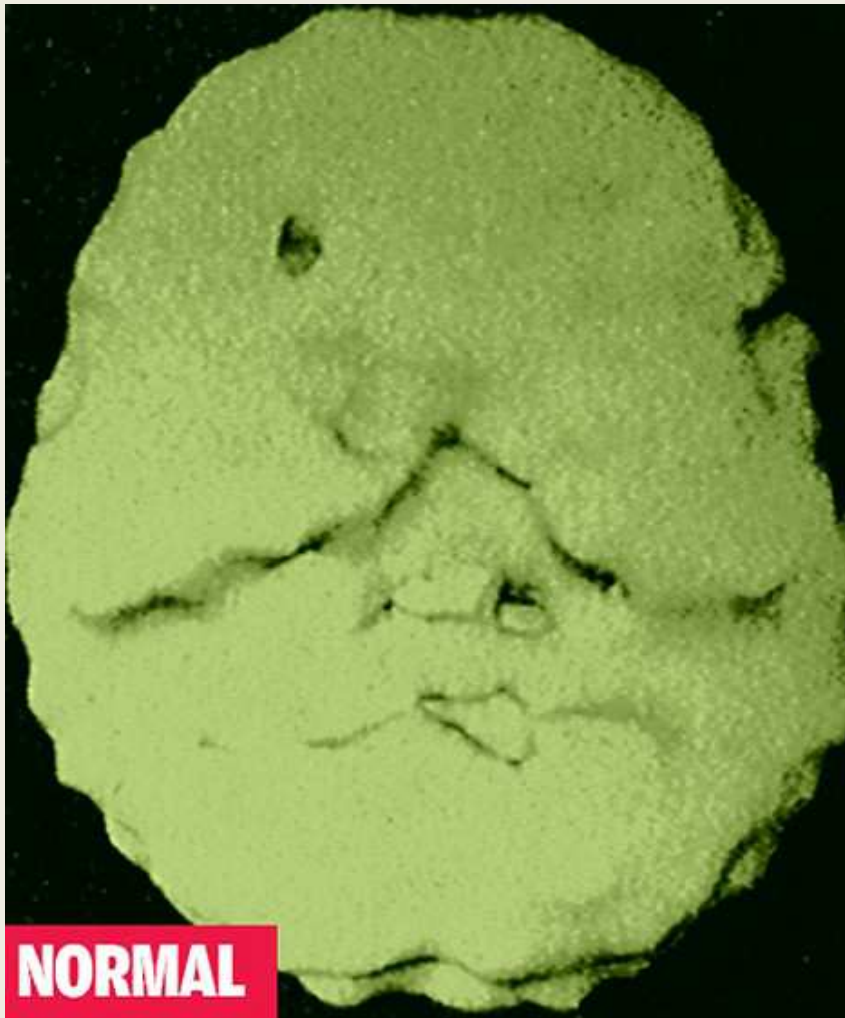


Αλκοόλ και ήπαρ

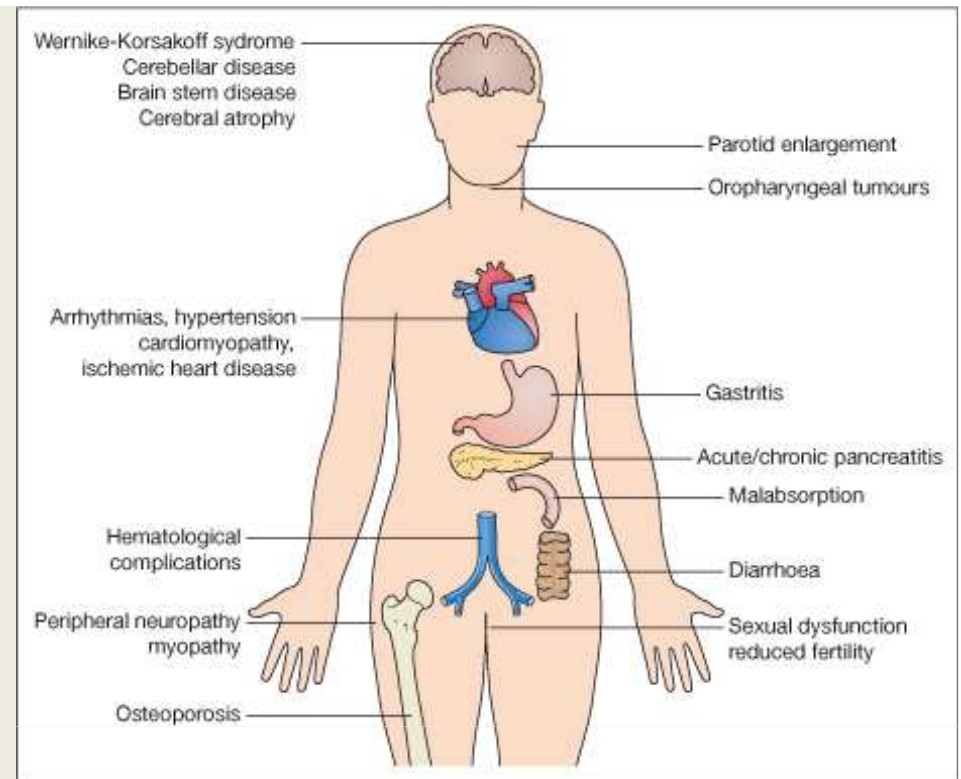


1 ώρα χρειάζεται ένα υγιές συκώτι για να μεταβολίσει 1 αλκοολική μονάδα 12gr

Αλκοόλ και Εγκέφαλος

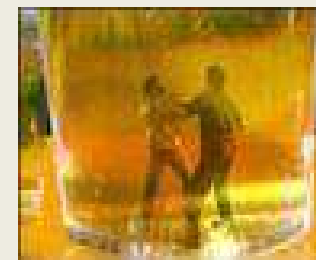
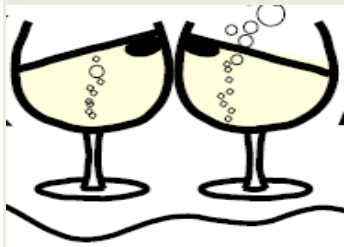


Η χρήση αλκοόλ πριν τα 18, μειώνει την πνευματική διαύγεια, προκαλεί ατροφία και συρρίκνωση του εγκεφάλου



- Το αλκοόλ σχετίζεται με :
 - περίπου 200 διαφορετικές ασθένειες.
 - 2 από τους 10 αρρώστους στο Νοσοκομείο έχουν κάποιο πρόβλημα που σχετίζεται με το αλκοόλ

Αλκοόλ: Διαταραχή συναισθήματος και συμπεριφοράς



<u>Συγκέντρωση</u>	<u>Αίσθημα</u>	<u>Διαταραχές</u>
0,01- 0,05 1-5 μονάδες	Χαλάρωση Μείωση αναστολών	Διέγερση Κρίση
0,06- 0,10 6-10 μονάδες	Ευχαρίστηση Ναυτία υπνηλία Διέγερση	Συντονισμός κινήσεων Παρακολούθηση αντικειμένων
0,11- 0,20 11-20 μονάδες	Θυμός, θλίψη, Διαταραχή συναισθημάτων	Κοινωνική συμπεριφορά Ομιλία
0,21- 0,30 21-30 μονάδες	Επιθετικότητα Μείωση αισθήσεων Κατάθλιψη	Ισορροπία Ρύθμιση θερμοκρασίας
0,31- 0,40 31-40 μονάδες	Λιποθυμία Κώμα	Δυσκολία αναπνοής
> 0,40 >41 μονάδες	Θάνατος	Βραδυκαρδία

Προκαλεί την ίδια βλάβη σε όλους;

1. Φύλο (γυναίκες)
2. Άλλα προβλήματα υγείας
3. Ποσότητα
4. Χρόνος κατανάλωσης
5. Ηλικία (κάτω από τα **18 έτη**)



ΚΟΙΝΩΝΙΚΕΣ ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ



Το **αλκοόλ** μειώνει τις αναστολές διευκολύνοντας επικίνδυνες συμπεριφορές:

- Διευκολύνει την Χρήση άλλων ουσιών
- Ενισχύει επικίνδυνες σεξουαλικές συμπεριφορές
- Αυξάνει την παραβατικότητα
- Προκαλεί βίες συμπεριφορές
- Χειροτερεύει την επικοινωνία



Μεγιστοποιεί τις πιθανότητες να μπλέξεις ... ως θύτης ή ως θύμα

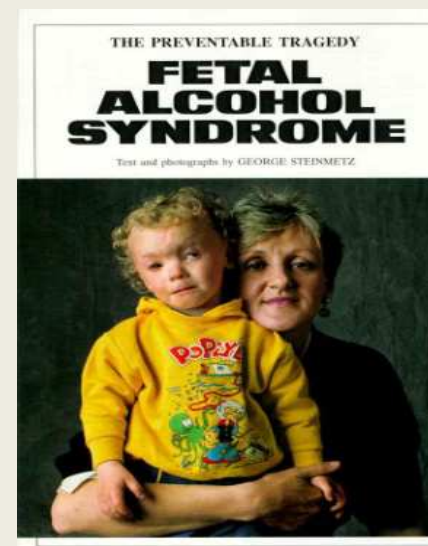


Το ΑΛΚΟΟΛ στην ΕΓΚΥΜΟΣΥΝΗ

Επηρεάζει την ανάπτυξη του
εμβρύου που γεννιέται με το:



Σύνδρομο Εμβρυικού Αλκοολισμού



Πώς επιδρά το αλκοόλ στην οδήγηση

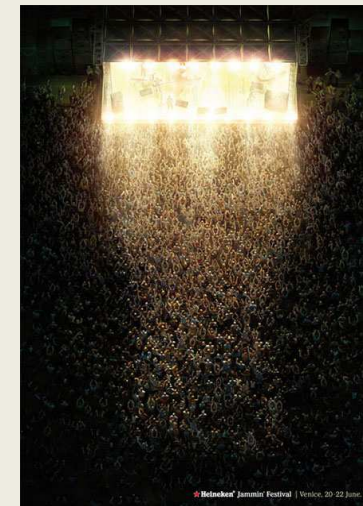
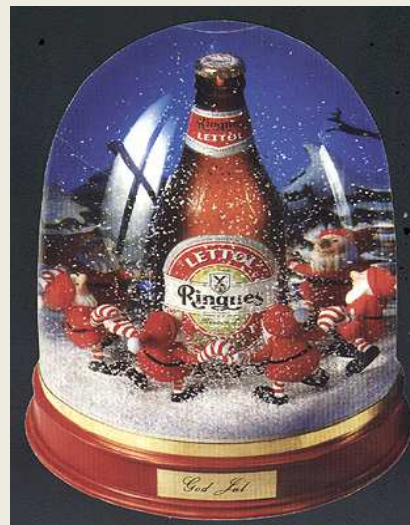
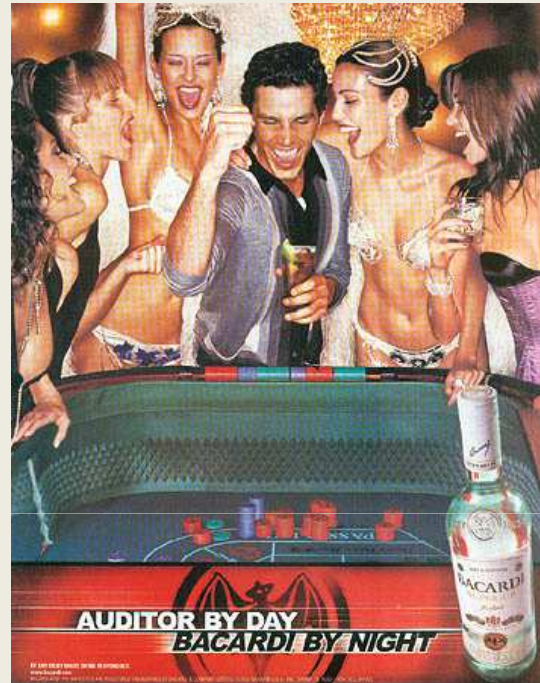
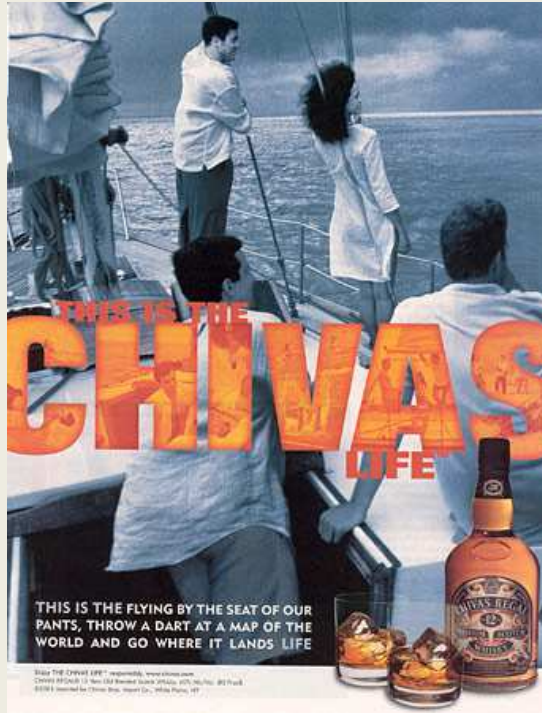


ΔΕΝ ΧΡΕΙΑΖΕΤΑΙ ΝΑ ΜΕΘΥΣΕΙΣ!!

- Για 1 ώρα μετά από 1 μονάδα αλκοόλ στο αίμα →
 - **Αργά αντανακλαστικά** (φρενάρισμα από 0.75 sec σε 1.5 sec).
 - **Όραση σε τούνελ**
 - **Μειωμένη συγκέντρωση**
 - **Υπνηλία**
 - **Αίσθημα ευφορίας «σιγουριάς» με υποτίμηση των κινδύνων**



ΑΛΚΟΟΛ & ΔΙΑΦΗΜΙΣΗ



Αλκοόλ και σπορ



France '98
FIFA World Cup

CD Rom
World Cup
Action
Planner



Ballantine's®



INTERNET

★ It's Game Day.



Add two more features to your controller. Check www.heineken.com for details on how to win a Nintendo GameCube™ and assert your dominance as ruler of the technology frontier.

THE KROMBACHER AND HEINEKEN GAMECUBE™ FOOTBALL SHOOTOUTS OFFICIAL RULES

1. PURPOSE AND SCOPE: The purpose of this tournament is to promote the sale of Heineken beer and to provide a fun and exciting competition for GameCube owners. The tournament is open to all GameCube owners who are at least 18 years old at the time of registration. The tournament is held in conjunction with the Heineken beer promotion.

2. REGISTRATION: Registration for the tournament is open to all GameCube owners who are at least 18 years old at the time of registration. Registration is required for all participants. Registration fees are \$10.00 per person. Registration fees are non-refundable. Registration fees are used to cover the costs of the tournament. Registration fees are also used to cover the costs of the Heineken beer promotion.

3. ELIGIBILITY: The tournament is open to all GameCube owners who are at least 18 years old at the time of registration. The tournament is held in conjunction with the Heineken beer promotion.

4. ENTRY FEES: Entry fees are \$10.00 per person. Entry fees are non-refundable. Entry fees are used to cover the costs of the tournament. Entry fees are also used to cover the costs of the Heineken beer promotion.

5. PRIZES: The winner of the tournament will receive a Nintendo GameCube™ and a Heineken beer. The winner will also receive a Heineken beer. The winner will also receive a Heineken beer.

6. RULES OF PLAY: The rules of play are as follows: The tournament is held in conjunction with the Heineken beer promotion. The tournament is open to all GameCube owners who are at least 18 years old at the time of registration. The tournament is held in conjunction with the Heineken beer promotion.

7. SCHEDULE: The tournament is held in conjunction with the Heineken beer promotion. The tournament is open to all GameCube owners who are at least 18 years old at the time of registration. The tournament is held in conjunction with the Heineken beer promotion.

8. CONTACT: For more information, please contact the Heineken beer promotion. The tournament is held in conjunction with the Heineken beer promotion.

9. DISCLAIMER: The Heineken beer promotion is not responsible for any injuries or damages that may occur during the tournament. The tournament is held in conjunction with the Heineken beer promotion.

10. LEGAL: The tournament is held in conjunction with the Heineken beer promotion. The tournament is open to all GameCube owners who are at least 18 years old at the time of registration. The tournament is held in conjunction with the Heineken beer promotion.

© It's all about the beer.



Krombacher Boxenstopp - Microsoft Internet Explorer

DAS KROMBACHER BOXENSTOPP SPIEL

SPIEL REGELN GEWINN HALL OF FAME TOP 20 ZURÜCK ZUR FORMEL 1



Falls Sie den Boliden nicht sehen sollten, benötigen Sie ein [Shockwave-Plug-In](#)

Αλκοπόπς



δεν είναι αναψυκτικά

περιέχουν 4% αλκοόλ



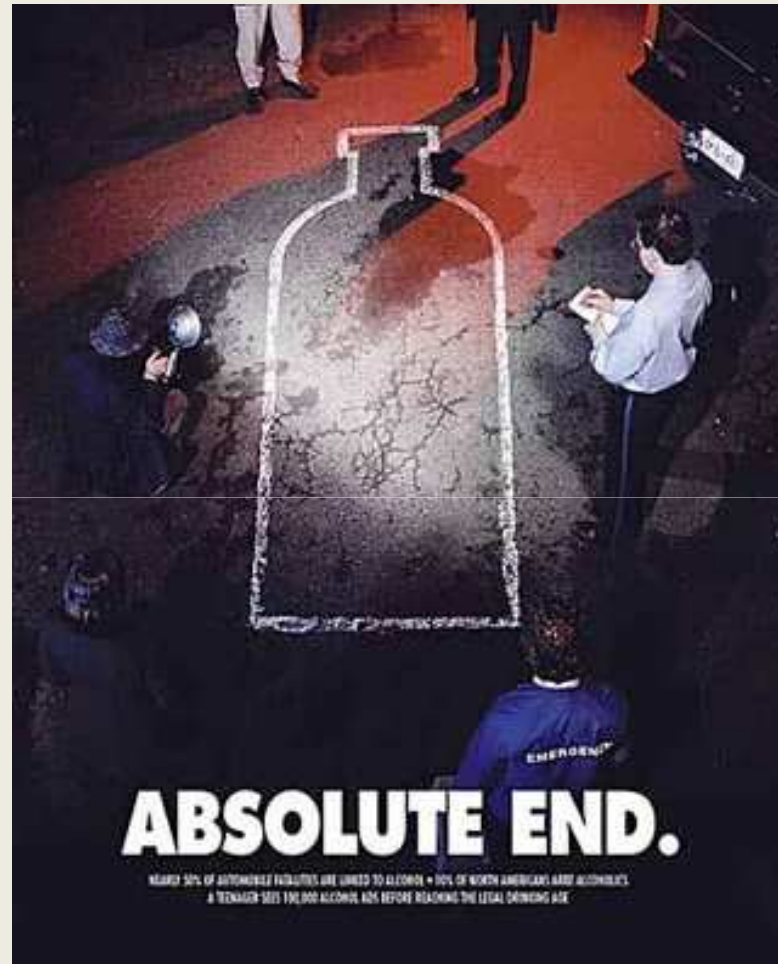
ΘΕΛΟΥΝ ΝΑ ΠΟΥΛΗΣΟΥΝ!!!



Το αλκοόλ παχαίνει!!!!!!!



...δεν αναφέρουν τους κινδύνους.....



ΘΕΛΟΥΝ ΝΑ ΠΟΥΛΗΣΟΥΝ!!!



Ασφαλή χρήση του αλκοόλ για ενήλικες

Μέχρι **2** μονάδες την ημέρα για τον *ενήλικα άνδρα*

Μέχρι **1** μονάδα την ημέρα για την *ενήλικη γυναίκα*

Μέχρι **1** μονάδα την ημέρα οι **Ηλικιωμένοι >65 ετών**



Μπύρα 330ml
(ζύμωση)



Κρασί 120ml
(ζύμωση)



ουίσκι 45ml
(απόσταξη)

1 μονάδα = 12 γρ αλκοόλ

Όσο Λιγότερο - Τόσο καλύτερα!!!

Μικρή χρήση, μικρή επικινδυνότητα

Μέτρια χρήση, μέτρια επικινδυνότητα

Μεγάλη χρήση, μεγάλη επικινδυνότητα!!!!!!!



Αλκοόλ: ΠΟΤΕ!

- Παιδιά και νέοι μέχρι 18 ετών



- Γυναίκες στην εγκυμοσύνη



- Οδηγοί αυτοκινήτου, μοτοσυκλέτας, ποδήλατου
- Χειριστές μηχανημάτων



- Μαζί με ορισμένα **φάρμακα**



- Σε ορισμένους ασθενείς



Ο εαυτός σου κι η επιλογή σου...



...τα κλειδιά για τη ζωή σου

Σας Ευχαριστώ !!!