

C₂H₆O az alkohol

Az etanol egyértékű, telített alkohol, a homológ sor második tagja a metanol után. A mindennapokban az alkohol, szesz szavakat az etil-alkoholra értjük, az alkoholos italok etanolt tartalmaznak.





Az alkoholt a történelem hajnala óta ismeri az emberiség, mondhatnánk akár azt is, hogy az alkohol története az emberiség története. Egyes adatok szerint már a paleolitik korban valószínűsíthető az alkohol ismerete, a neolitik korból pedig egyértelmű bizonyítékaink vannak a sör és bizonyos növényekből készített borok ismeretéről. A 16. századtól kezdődően, amikor a fertőzött vizek miatt a folyadékfogyasztás szinte kizárólagos formája a sör vagy a bor fogyasztása volt, az étkezés kiegészítőjeként jelent meg. Az alkoholfogyasztás a 18. századig folyamatosan nőtt.

A „legelső” részeg

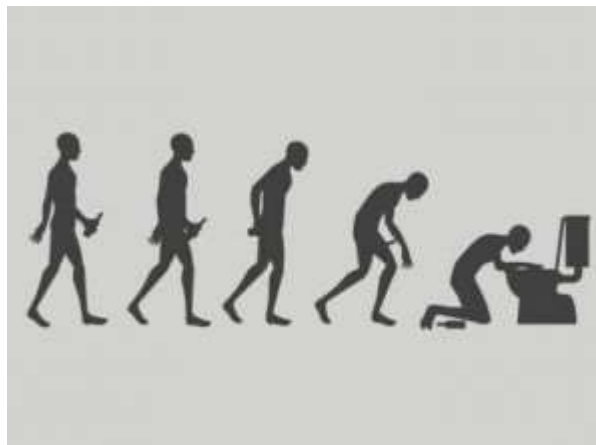
Az első ismert ember **Noé** volt, aki kapcsolatba került komolyabb mértékben az alkohollal, és a túlzott *alkoholfogyasztás* negatívumait elszenvedte. Erről részletesen és hitelesen ír a Biblia: *„Noé pedig földművelő kezdte lenni, és szőlőt ültete. És ivék a borból, s megrészegedék, és meztelenen vala sátra közepén.”*



Az alkohol hatása

Az emberi szervezet nem tárolja az alkoholt. Az alkohol a fogyasztás után bekerül a véráramba, amelyből véralkoholszint méréssel mindig pontosan kimutatható.

A vér sem tárolja az alkoholt, igyekszik attól megszabadulni, így elszállítja a májba, amely azt lebontja először acetaldehiddé, majd a káros anyagok a vizelettel távoznak. A lebontás sebessége több tényezőtől is függ, legfőképpen attól, hogy mennyire egészséges a máj.

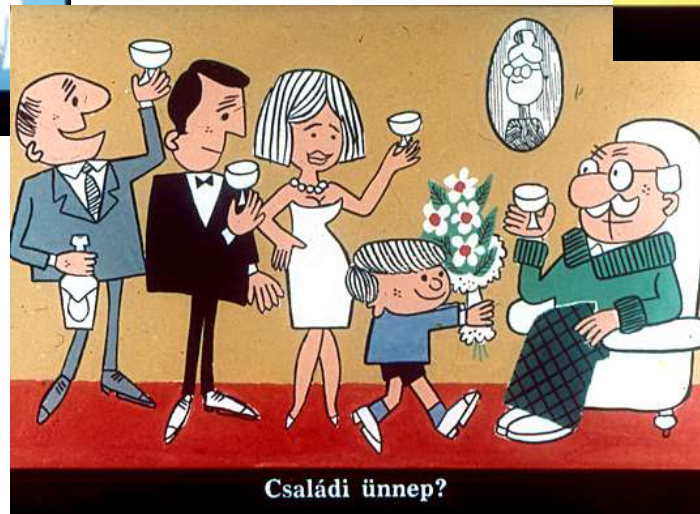


Az alkohol hatása

Superman-re



Miért fogyasztanak az emberek alkoholt?



Létezik kulturált alkoholfogyasztás

Ehhez tudnod kell, hogy az alkohol hogyan hat a szervezetre általában, különös tekintettel a sajátodra:

- idegrendszer (pl. fáradtság esetén),
- üres vagy teli gyomor esetében,
- a röviditalok hatása,
- a különböző italok keveredése esetén.



Ezt vedd komolyan:

Tilos:

- **Kiskorúaknak alkoholt fogyasztani!**

Miért? Mert a szervezetük fejlődésben van és az alkohol visszafordíthatatlan károsodást okozhat.

- **Energiaitalt alkohollal keverni!**

Miért? Mert az energiaital élénkít, az alkohol tompít és a szervezet két ellentétes irányú utasításra nem tud normális választ adni. (gáz – fék egyszerre...)

- **Gyógyszerre alkoholt inni!**

Miért? Mert soha nem lehet tudni, hogy a szervezet miként reagál a két szer együttes jelenlétére.

- **Várandós anyukának alkoholt fogyasztani!**

Miért? Mert az alkohol könnyen átjut a méhlepényen és komoly betegségek kialakulását idézheti elő.

- **Alkoholfogyasztást követően gépkocsit vezetni!**

Miért? Mert az alkohol az ember központi idegrendszerére tompító és kábító hatással van. Alkohol hatására megnő a reakcióidő, a periférikus látás nagy mértékben szűkül.

A rendszeres alkoholfogyasztás eredményei



elmosódott beszéd



légszervi zavar



konzentrációs zavar

kóma



halál

hosszú távú hatások

alkohol függőség

krónikus betegségek

bizonyos ráktípusok gyakoriságának növekedése



gátlások csökkenése



zavartság



memóriazavar



egyensúlyzavar



Alkoholfüggőség:

- erős kívánság vagy kényszer
- fogyasztás során a kontroll hiánya
- testi elvonási tünetek
- tolerancia fejlődik ki: egyre nagyobb mennyiség szükséges a kívánt hatás eléréséhez
- gyengül, megszűnik a másirányú érdeklődés
- egyértelmű káros hatás ellenére tovább fogyasztja az alkoholt
- helytelen időben történő fogyasztás (pl. vezetés előtt)
- nem veszi figyelembe a szociális hatásokat (családi és partnerkapcsolatok, izolálódás, elmagányosodás)



Tévhitek az alkohollal összefüggésben I. *

Mindenki iszik

- Nem igaz. Habár a tinik harmincegy százaléka mondta azt, hogy fogyasztott alkoholt az elmúlt egy hónapban, attól még mindig marad hatvankilenc százalék, aki nem. Ha úgy döntesz, hogy nem próbálsz ki, biztosan nem vagy egyedül.



Az alkohol energiát ad

- Ez az állítás hamis. Az alkohol tulajdonképpen elálmosít. Lelassítja a motoros működést, ami a gondolkodást, a beszédet, a mozgást és a reakciókat szabályozza.

„Sörre bor mindenkor, borra sör meggyötör.”

- Ez egy régi városi legenda annak megmagyarázására, hogy miért lesznek rosszul az emberek, amikor isznak - de az állítás nem igaz. A vérének alkoholtartalma (véralkoholszint) az, ami meghatározza, hogy mennyire vagy részeg. Nem számít, hogy mit mi után iszol, az ital, az ital marad, és ha kevered az italokat, rosszul leszel.



Tévhitek az alkohollal összefüggésben II.

Gyorsan kijózanodhatsz, ha kell

- Ha azt gondolod, hogy egy zuhany, vagy tíz csésze kávé, esetleg egy csomó kenyér segíthet abban, hogy kijózanodj, gondold át még egyszer. Az egyetlen dolog, amire szüksége van a testednek ilyenkor, az idő. Minden második ital után, a testsúlytól függően körülbelül három órát vesz igénybe, míg az alkohol kiürül a szervezetből.

Ha túl sokat iszol, a legrosszabb dolog, ami megeshet, hogy felkavarodik a gyomrod

- Semmi esetre sem. Ha túl sok alkoholt fogyasztottál, az alkoholmérgezéshez vezethet, ami akár halálos kimenetelű is lehet. A túlzott alkoholfogyasztás hányást is okozhat. Részezen és eszméletlenül, félrenyelhető a hányadék, ami oxigénhiányos állapotot okozhat.

Tévhitek az alkohollal összefüggésben III.

Minden részeg ugyanúgy viselkedik



- Nem. Sok tényező függ a test reakciója az alkoholra, beleértve a testsúlyt, a kort, a nemet, a hormonokat, a genetikát, és a fogyasztott ételek és alkohol mennyiségét. Egy ember reakciói nagyban különbözhetnek egy másiktól. Nem tudod előre kiszámítani, hogyan hat rád az alkohol.

A barátaim furcsának gondolják majd, ha nem iszom

- A barátok, azok barátok, bármi történjék is, és nem fogják feladni a kapcsolatokat egy olyan butaságért, mint egy pohár sör. Azt se feledd, hogy az emberek általában túlságosan a saját dolgaikra koncentrálnak, nem is veszik észre, hogy a többiek mit vagy mit nem csinálnak.



menő — menő

menő — menő

ciki

menő — menő

menő — menő

menő

HA NEM VAGY MÉG 18

NE FOGYASSZ ALKOHOLT!