

# Štetni učinci alkohola

## Kratkoročni štetni učinci – opijenost

Jedna noć opijenosti dovodi do:

- dehidracije tijela
- povećanog umora
- glavobolje i mamurnosti
- lošeg sna i opće lošeg osjećaja
- slabe koncentracije
- problema s pamćenjem
- problema sa skladnošću pokreta
- upale želučane stijenke i žgaravice



## Dugoročni štetni učinci alkohola

### • oštećenja živčanog sustava

(nekritičnost, zaboravnost, smetnje ravnoteže, drhtanje prstiju, slabovidnost, gubitak osjeta, grčevi, nesiguran hod i paraliza)

### • oštećenje probavnog sustava

(ciroza jetre, oštećenje gušterice, oštećenje sluznice usta, ždrijela i jednjaka, sklonost karcinomu)

### • oštećenje srčano-žilnog sustava

(većim količinama alkohola posjepuje se nastanak srčanog infarkta i moždane tromboze)

### • oštećenje reproduksijskog sustava

(impotencija i neplodnost, povećanje spolne želje, a smanjenje spolne moći - kod muškaraca, dok kod žena alkohol dovodi do neopreznog upuštanja u spolne odnose)

### • oštećenje kože

(crvenilo lica, nosa i očiju, pelagra)

# Alkohol je jedan od uzroka stradanja mladih

- agresivnim ispadima
- u nenamjernom ozljeđivanju
- u prometnim nezgodama
- spolnom zlostavljanju
- samoubojstvima mladih



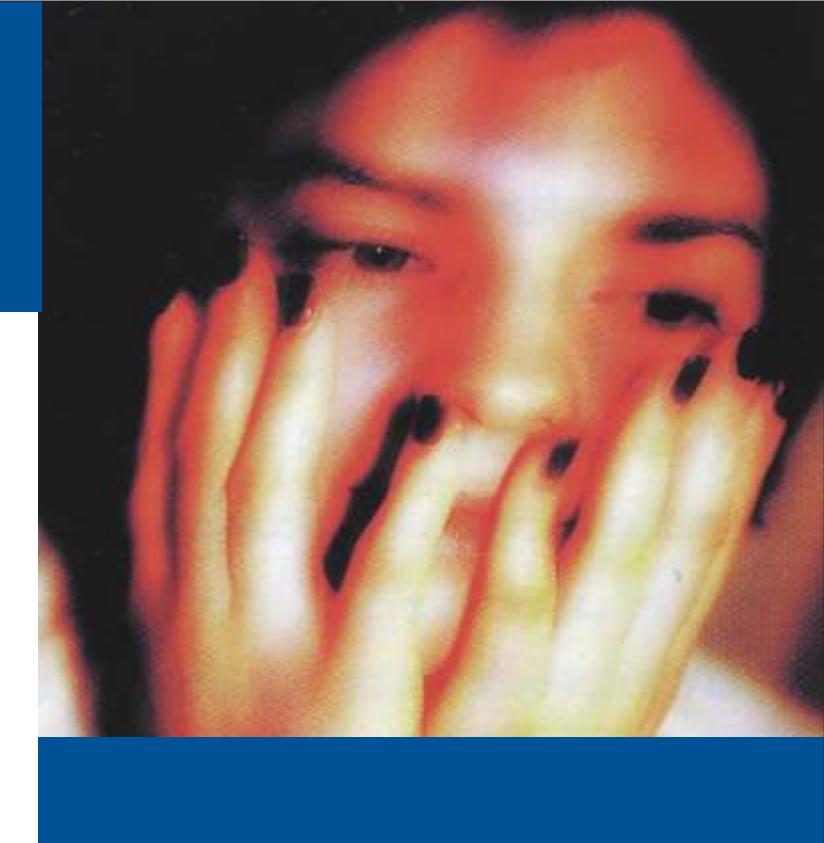
## Razvoj težih komplikacija uzrokovanih alkoholom češći je kod mladih:

- koji počinju konzumirati alkohol prije 15-e godine života
- koji su skloni agresivnim ispadima
- čiji prijatelji piju ili se drogiraju
- koji postižu lošiji školski uspjeh
- koji u obitelji imaju alkoholičara
- koji "markiraju"

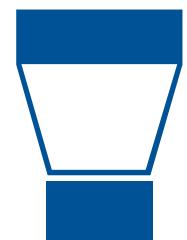
Quiksilver i Škola TAK POŠTI Nestleža

Alkohol nije dokaz muškosti ni muževnosti ni zrelosti.  
Ako ne pijete alkohol, nećete nikoga uvrijediti.  
Ne morate piti alkohol da biste bili privlačni.  
Upamtite: uvijek imate pravo odbiti i ne piti alkohol.

*Ovisnost o alkoholu, tj. alkoholizam  
problem je uzneniravajuće aktualnosti,  
kako s medicinskog aspekta tako i s društvenog.*



**alkohol  
nije  
cool**



Vijeće za prevenciju Grada Čakovca