

# Alkoholprävention bei Kindern und Jugendlichen



*HALT in Bayern*

RISIKOKOMPETENZ  
VERANTWORTUNG  
JUGENDSCHUTZ

GRENZEN  
**HALT**  
SAGEN  
ORIENTIERUNG

VORBILD  
**HALT**  
RISIKO  
GEBEN

KULTUR DES HINSEHENS

[www.halt-in-bayern.de](http://www.halt-in-bayern.de)

## Kennst du dein Limit?

Wie viel ist drin?	Alkoholgehalt	reiner Alkohol
Bier (0,5 l)	ca. 5,0 Vol.-%	ca. 20 g
Biermix (0,33 l)	ca. 2,5 Vol.-%	ca. 6,6 g
Wein (0,25 l)	ca. 11 Vol.-%	ca. 22 g
Sekt (0,125 l)	ca. 11 Vol.-%	ca. 11 g
Schnaps (4 cl)	ca. 35 Vol.-%	ca. 12 g

Berechnung der BAK (Blut-Alkohol-Konzentration) mit der Widmark-Formel. **Aber Vorsicht:** Diese Formel kann uns nur einen **groben Annäherungswert** liefern und den BAK nur **schätzen** lassen!

Für Frauen:



$$\frac{\text{Getrunkene Menge reiner Alkohol in Gramm}}{\text{Körpergewicht in kg} \times 0,6} = \text{BAK}$$
 (Blut-Alkohol-Konzentration)

Für Männer:



$$\frac{\text{Getrunkene Menge reiner Alkohol in Gramm}}{\text{Körpergewicht in kg} \times 0,7} = \text{BAK}$$
 (Blut-Alkohol-Konzentration)

**Übrigens:** Der Körper baut pro Stunde ca. 0,13 (bei Frauen) und 0,15 (bei Männern) Promille Alkohol ab.



# Alkohol – Gift für die Zelle?

Alkohol ist ein Zellgift und  
wirkt auf **alle** Körperzellen!

- Alkoholabhängigkeit
- Konflikte
- Gedächtnisstörungen
- Depressionen
- Abbau von Hirngewebe
- Alkoholvergiftung
- drohender Ausbildungsplatzverlust



# Kriegst du die Kurve?



# Noch locker oder schon daneben?!

## Steh deinen Mann

Alkohol senkt den Testosteronspiegel im Blut. Eine Erektion und ein Orgasmus sind nicht mehr so einfach möglich. Übrigens: Jeder 10. alkoholabhängige Mann leidet unter Impotenz.

## Und wie ist es mit dem Sex?

Alkohol baut Hemmungen ab. Man nimmt leichter Kontakt auf, verliert aber an Selbstkontrolle, Urteils- und Kritikfähigkeit. Unter Alkoholeinfluss wird leider der Schutz vor sexuell übertragbaren Krankheiten und ungewollten Schwangerschaften oft vernachlässigt!



# Wir schalten um zur Werbung



Die Alkoholbranche investiert jährlich insgesamt über **1 Milliarde Euro** für Alkoholwerbung. Das Bundesministerium für Gesundheit gibt jährlich ca. **6,7 Millionen Euro** für die Drogen- und Suchtmittelprävention aus.



Pressefoto Unterfranken 2009, Sieger Kategorie "Land und Leute", Harald Schreiber "The Party is over"



[www.halt-in-bayern.de](http://www.halt-in-bayern.de)

# Mythen

**Sucht** hat was mit  
"suchen" zu tun

Nur mit **Alkohol** kann  
man für bessere  
**Stimmung** sorgen

Jugendliche trinken  
**heute** nicht anders  
als **früher**

Man wird schneller wieder  
**nüchtern**, wenn man  
sich **übergibt**

Ein richtiger **Mann** muss  
ab und zu **betrunken** sein





# Von der Party in die Notaufnahme



Foto: Ingo Schuster

## Was musst du tun?!?

1. Rufe den Notarzt (Notruf 112)
2. Bringe die betreffende Person in stabile Seitenlage und Sorge dafür, dass die Atemwege frei bleiben
3. Halte die betreffende Person warm

