

НИ НИ А НИКАКО



○ КАДА СУ 1 И 2 БОЉЕ
ОЦЕНЕ ОД 5?

○ У КОЈОЈ ИГРИ ЈЕ
НАЈВАЖНИЈЕ НЕ ПРЕБИ
НА СЛЕДЕЋИ НИВО?

○ У КОЈОЈ ТРЦИ ПОБЕЂУЈУ ОНИ КОЈИ
НАЈКАСНИЈЕ КРЕНУ ИЛИ ОД ТРКЕ
ОДУСТАНУ?

ПОСЛЕДИЦЕ ПИЈЕЊА АЛКОХОЛНИХ ПИЋА ПО ЗДРАВЉЕ

Акутно тровање (интоксикација) алкохолом:

Количина попијеног пића која ово изазива може бити и само 1 чаша (зависи од наслеђа, пола, телесне масе, жеђи и ситости, врсте и количине претходно поједене хране итд)

Штетна употреба алкохола (abusus):

Прекомерно коришћење алкохола једанпут месечно или неколико пута годишње, тако да се јављају здравствени, брачни, економски и социјални проблеми; код младих је ова појава позната под називом binge drinking („пијење ради опијања“) - не постоји јасно утврђен број алкохолних пића који изазива ово стање, али ако у једној прилици (излазак, журка и сл) младић или мушкарац попије 5 пића а девојка или жена 4 пића у скоро 100% случајева изазива тешку опијеност;

Синдром зависности од алокохола:

Стална или повремена употреба алкохола - дипсоманија. Позитиван одговор на било које од 4 наведена питања (која се односе на понашање у претходних 12 месеци) указује на штетно пијење које угрожава здравље, добробит, учинак на послу, породичне и друштвене односе:

- 1) Да ли сте икада имали осећај кривице или гриже савести након пијења?
- 2) Да ли вам је пријатељ или члан породице говорио о стварима које сте чинили док сте били под дејством алкохола, а којих нисте могли да се сетите?
- 3) Да ли сте били у прилици да због пијења не испуните оно што се од вас уобичајено очекује?
- 4) Да ли понекад попијете алкохолно пиће ујутру када устанете?

Под утицајем и најмање количине алкохола људи лакше пристају на небезбедна понашања:

- управљање возилима или вожња са особом која је користила алкохол,
- пристајање на нежељен или небезбедан сексуални однос (без контрацепције),
- пристанак на употребу других психоактивних супстанци,
- вербално и физичко насиље, самоповређивање итд.

Придружи се! Копирај подметач на страници <http://izjzv.org.rs/app/ni1ni2anikako5/> и подели ове поруке на местима где излазиш и са људима које срећеш.

Буди активан/- а!



ИНСТИТУТ ЗА
ЈАВНО ЗДРАВЉЕ
ВОЈВОДИНЕ



РЕПУБЛИКА СРБИЈА
АУТОНОМНА ПОКРАЈИНА ВОЈВОДИНА
ПОКРАЈИНСКА ВЛАДА