

Kertakäytön yläraja

Alkoholinkäytön riskirajoista annetut suositukset korostavat, että yli yhden promillen humala on raja, jota ei kannata ylittää. Näin siksi, että yli yhden promillen humalassa tapaturmien riski kasvaa voimakkaasti. Arvostelukyky heikkenee, ja moni valittelee jälkepäin mitä tuli tehtyä. Päähtyneenä on myös vaikea pitää kirjaa juomistaan määrästä.

link

Source URL: <https://paihdelinkki.fi/sgn/oma-apu/vahentamisen-ja-lopettamisen-vinkeja/kertakayton-ylaraja>