



ALKOHOL

Alkoholdrycker är drycker som framställs genom destillation eller jäsning av naturprodukter såsom spannmål och frukter.

Effekterna av alkohol beror på individuella egenskaper såsom ålder, hälsotillstånd och vikt, mängden intagna doser och individens sätt att dricka.



Päihdelinkki

Nuortenlinkki

→ [Nuortenlinkki.fi](https://nuortenlinkki.fi)
[Paihdelinkki.fi](https://paihdelinkki.fi)

ALKOHOLENS EFFEKTER

- Påverkar nervsystemets och hjärnans olika delar på många olika sätt, till exempel förlamande.
- Alkohol förväntas leda till avslappning och förhöjd sinnesstämning, munterhet, socialitet och minskning av hämningar.
- Riklig konsumtion orsakar klumpighet, försämrad omdömes- och tankeförmåga, illamående, aggressivitet och minnesstörningar. Alkohol försämrar koordinationsförmågan, reaktionstiden och uppmärksamheten, vilket markant ökar olycksrisken (bland annat i trafiken) och risken för att falla.
- Vid rikligt engångsintag av alkohol finns akuta risker som andningsdepression, hjärnskada samt kvävning eller nedkylning till följd av medvetlöshet.

ALKOHOLENS SKADEVERKNINGAR

- **Psykiska verkningar:** Riklig konsumtion kan orsaka eller förvärra befintliga psykiska problem, såsom ångest, depression, psykos eller personlighetsstörningar.
- **Kognitiva förmågor:** Riklig konsumtion kan leda till försämrad problemlösningsförmåga, koncentrations- och inlärningssvårigheter samt minnesproblem.
- **Fysiska verkningar:** Riklig konsumtion kan leda till halsbränna, närings- och cirkulationsstörningar, fysiska sjukdomar, ökad risk för flera hjärn-, hjärt-, cancer- och inflammatoriska sjukdomar, sjukdomar i perifera nervsystemet och musklerna, impotens och infertilitet.
- **Beroende:** Som ett resultat av riklig konsumtion kan det psykiska och fysiska beroendet vara starkt och abstinenssymtomen svåra.
- **Blandbruk och överdos:** Att använda alkohol tillsammans med andra rusmedel eller läkemedel är alltid riskabelt. Överdoserering innebär livsfara.
- **Graviditet och amning:** Alkoholkonsumtion under graviditeten kan leda till missfall eller fosterskador (utvecklingsstörningar, fetalt alkoholsyndrom), ökad risk för prematur förlossning och förlossningskomplikationer. Att amma berusad är inte tryggt för barnet.
- **Laglig status:** Försäljning är lagligt i Finland, men begränsat. Att servera alkohol till minderåriga är olagligt, och minderåriga får inte inneha alkohol.

OBS! Individuella skillnader i effekt och skadeverkan av alkohol är betydande. Diskutera din alkoholkonsumtion med en läkare om du tar mediciner, är minderårig, gravid/ammar eller har problem med användningen av alkohol.

