

A legjobb újévi fogadalom: ha ittam, nem vezetek

InforMed Hírek 7 InforMed

Félóránként életét veszíti valaki az ittas vezetés miatt. Egy Gallup-felmérés szerint a megkérdezettek 37 százaléka mondta azt, hogy az ittas vezetés veszélyezteti a leginkább a biztonságos közlekedést, még jobban, mint a gyorsajtás.



Különösen az ünnepek alatt jelent problémát az ittas vezetés, a válaszadók 60 százaléka mondta, hogy már vezetett ittas vagy félig ittas állapotban. 2003-ban 1579-en veszítették életüket az Egyesült Államokban az alkoholfogyasztással összefüggő balesetekben Hálaadás napja és Újév között. Egész évre vonatkoztatva ez a szám 17 ezer, ami azt jelenti, hogy 30 percenként egyvalaki meghal az ittas vezetés következtében.

A közvélemény-kutatásnak volt azonban egy reményre okot adó eredménye is. A válaszadók 17 százaléka mondta azt, hogy az elmúlt hét folyamán már figyelmeztetett valakit, ne üljön kocsiba, mert túl sokat ivott. A problémát az is okozza, hogy a legtöbben nem ismerik fel, hogy az alkoholfogyasztás gátolja őket a döntéshozatalban, pedig ez már akkor károsodik, amikor a részegség külső jelei még nem is mutatkoznak.

Az alkohol tartós hatását is igen könnyű félreismerni. Az alkohol ugyanis még akkor is hat az agyra és az egész szervezetre, amikor már régen letettük az utolsó poharat. A gyomorból és a belekből továbbra is kerül alkohol a véráramba, így órákkal az italozás után sem biztonságos a vezetés.

Ha ittunk, ne ülünk autóba, maradjunk inkább ott, ahol szórakoztunk, hívjunk taxit, vagy már a program kezdetén beszéljük meg, ki lesz az, aki majd biztonságban hazavisz minket.

Fontos tudni, hogy a kávé nem gyorsítja fel a kijózanodást, ezt csak az idő hozhatja meg. A szénsavas üdítőitalok szintén többet ártanak, mint használnak, mert elősegítik az alkohol felszívódását. Az édes italok elnyomják az alkohol ízét, így kevésbé vesszük észre, mennyit is ittunk valójában. Végezetül, ha biztonságban hazaértünk, ne számítsunk arra, hogy bármilyen szer vagy módszer segít a másnaposágon.

[HealthScout](#)

Dobos, L.

2009-12-31 13:31:26

Megjelent: InforMed Hírek/4; 2006