

Mity o alkoholu

Autor: Admin

26.09.2007.

Zmieniony 26.09.2007.

Â Jak alkohol oszukuje ?

Mity oÂ alkoholu

Nie ulega wÄtpliwoci, Åe alkohol jest oszustem i dostarcza ludziom faszywych wskazwek na swj temat. Na ten temat oszukujÄ takÅe rÅni ludzie-ci, ktrzy sami zostali oszukani oraz ci, ktrzy na oszukiwaniu robiÄ jakies interesy (handlujÄ alkoholem, uwodzÄ lub manipulujÄ innymi przy pomocy alkoholu).

MIT 1

Ci, ktrzy majÄ mocnÄ gowÄ mogÄ piÄ spokojniej.

Ktos twierdzi, Åe skutecznym zabezpieczeniem przed naduÅywaniem alkoholu jest posiadanie mocnej gowy - zdolnoci do wypijania jednorazowo duÅych iloci alkoholu.

NIEPRAWDA

Posiadanie mocnej gowy zwiÄksza ryzyko uzaleÅnienia, poniewaÅ sprzyja wypijaniu wiÄkszej alkoholu uszkadzajÄcych organizm i psychikÄ. To jedno ze szczeglnie groÅnych i faszywych przekona. Ci, ktrzy mogÄ duÅo wypić bez wymiotw i przewracania siÄ, sÄ szczeglnie naraÅeni i powinni bardzo uwaÅaÄ, gdy pijÄ.

MIT 2

Piwo i wino to nie jest prawdziwy alkohol.

Ktos twierdzi, Åe piwo, wino i szampan nie powinny byÄ waciwie zaliczane do alkoholi, poniewaÅ ich picie nie stwarza powaÅnych zagroÅe i moÅe byÄ szeroko propagowane. Niektrzy twierdzÄ np., Åe propagowanie piwa to najlepsza forma walki z alkoholizmem!

NIEPRAWDA

Alkohol etylowy w piwie i winie jest taki sam jak w wdce. W rÅnych krajach ponad poowa osb uzaleÅnionych pia przede wszystkim piwo. Upijanie siÄ przy pomocy piwa i wina trwa duÅej, ale jest bardziej zwodnicze i atwiej wciÄga nowych konsumentw-modzieÅ i kobiety. CzÄstsze uÅywanie piwa jako napoju chodzÄcego jest puapkÄ, a w przypadku picia dla orzeÅwienia przez osoby zmÄczone w czasie pracy fizycznej jest szczeglnie niebezpieczne. Piwo nie usuwa zmÄczenia i nie rozluÅnia miÄni, jedynie dziaa znieczulajÄco na samopoczucie.

MIT 3

Kierowca moÅe siÄ trochÄ napiÄ

Ktos twierdzi, Åe nie naleÅy przesadzaÄ z postulatem absolutnej trzeÅwoci kierowcw. MoÅna siÄ przecieÅ zabezpieczyÄ przed upiciem, dbajÄc o obfite jedzenie oraz przyspieszajÄ wytrzeÅwienie przez wypicie mocnej kawy, spacer na wieÅym powietrzu, zimny prysznic.

NIEPRAWDA

Nie trzeba siÄ upijaÄ, by tworzyÄ zagroÅenie na drogach. Nawet niewielka iloÄ alkoholu zmniejsza szybkoÄ reagowania oraz upoledza zdolnoÄ do oceny szybkoci pojazdu i sytuacji na drodze. Kawa nie przyspiesza trzeÅwienia, tylko daje zudne i chwilowe uczucie wieÅoci-lepiej zasnÄÄ przed jazdÄ niÅ zaufaÄ temu poczuciu.

MIT 4

Problemy majÄ tylko prymitywni ludzie ze zych rodowisk

Ktos twierdzi, Åe powaÅnych problemw z alkoholem nie majÄ na og ludzie wyksztaceni i dobrze wychowani-potrapiÄ utrzymywaÄ picie w bezpiecznych granicach.

NIEPRAWDA

Dobre wychowanie i wyksztacenie nie zabezpiecza przed uzaleÅnieniem od alkoholu. Rodzice i wychowawcy na og nie przygotowujÄ wychowankw do bezpiecznych kontaktw z alkoholem. UzaleÅnienie jest chorobÄ dostÄpnÄ dla kaÅdego, kto uÅywa alkoholu. MoÅesz jednak ustrzec siÄ przed niÄ jeÅeli zrozumiesz tajemnice alkoholu, bÄdziesz rozwaÅnie postÄpowajÄ oraz dostrzegajÄ wczesne sygnay ostrzegawcze o zagroÅeniu.

MIT 5

Sia woli jest najwaÅniejsza

Ktos twierdzi, Åe w celu poradzenia sobie z nadmiernym i szkodliwym piciem najwaÅniejsze jest korzystanie z silnej woli.

NIEPRAWDA

Intensywne picie alkoholu w pierwszej kolejnoci uszkadza tzw. silnÄ wolÄ, dlatego liczenie na niÄ, gdy pojawiy siÄ kopoty jest zawodne i naiwne. Zamiast tego, jeÅeli ktos ma zamiar piÄ mniej, powinien:

- uzyskać wiedzę o alkoholu i problemach alkoholowych
- nauczyć się dokładnie liczyć ilość konsumowanego alkoholu
- trafnie rozpoznawać okoliczności własnego picia
- zaplanować konkretne działania ograniczające ilość alkoholu z określeniem czasu i miejsca zamierzonych kroków
- znaleźć towarzysza zmiany-osobę, z którą można porozmawiać o sukcesach i trudnościach w zmienianiu własnego picia
- zacząć dzisiaj realizować swój plan zmniejszania ilości alkoholu w swoim życiu.

MIT 6

Alkohol może być dobrym lekarstwem na dolegliwości

Ktoś twierdzi, że wódeczka z miodem jest dobra na przeziębienie, koniaczek wyleczy twoje sfatygowane serduszko, pieprzowiec pomoże, gdy boli cię brzuch, a grzane piwo pomoże rozluźnić się w pierwszych miesiącach ciąży.

NIEPRAWDA

Opowieści ludowe o leczniczych właściwościach napojów alkoholowych pochodzą z zamierzchłych czasów. Alkohol działa znieczulająco, dlatego ulegamy złudzeniu, że usuwa dolegliwości. Jednak nie usuwa przyczyn złego samopoczucia, a jego uśmierzające działanie opóźnia właściwą interwencję medyczną. Jest zwodniczym i niebezpiecznym lekarstwem. Apteki pełne są dobrych leków na różne choroby, nie eksperymentuj z alkoholem. Jeśli chcesz się napić dla przyjemności, nazywaj to potrzebą po imieniu, bez poszukiwania fałszywego usprawiedliwienia.

Materiały pochodzą z:

www.parpa.pl