

Overordnet: valg
Delemne: Unge og alkohol

UNGE OG ALKOHOL

Lavet af: Michelle Andersen
Julie Vognsen Jensen
Februar 2005

Indholdsfortegnelse

Indledning	1
Alkohol	2
Regler for alkohol	3
Spritkørsel	3
Unge og alkohol	4
Starter tidligt	4
Piger og drenge's forbrug	5
Diskoteker	6
Hvad drikker unge	6
Hvordan reagerer kroppen	7
Genstande	7
Promiller	8
Alkohol feder	10
Sådan optages/forbrændes alkohol i kroppen	10
Dagen efter	11
Konsekvensen	11
Syg af alkohol	12
Alkoholforgiftning	12
Alkohol og graviditet	13
Udpumpning	13
Alkoholmisbrug	14
Private hjælpeorganisationer	14
Behandlingshjem	15
Pårørende til en alkoholiker	15
Er det arveligt at drikke	15
Alkohol i datid / nutid / fremtid	15
Konklusion	16
Litteraturliste	17
Afslutning	18
Michelle Andersen	18
Julie Vognsen Jensen	18

Indledning

Vi har valgt at skrive om unge og alkohol, da vi syntes, det er et spændende emne. Sammenhængen mellem det overordnede emne og vores deltema er, at det er ens eget valg, om man vil drikke alkohol. Vi synes, at da vi selv er unge, er det et spændende område at koncentrere sig om. Vi ville gerne finde ud af, hvordan unge og alkohol hænger sammen, og de unges forbrug.

Derfor har vi været rundt til 7., 8. og 9. klasserne, på Hobro Nordre Skole, for at finde ud af, deres forbrug af alkohol. Ud fra spørgeskemaerne har vi lavet nogle forskellige diagrammer, men vi kan dog ikke, forsikre at de er 100 % nøjagtige, da vi ikke ved, om alle har svaret helt ærligt. Da det kun er en lille procentdel af den danske befolkning, vi har spurgt.

En af de andre ting, der har inspireret os, har været et foredrag her på skolen, som Brian Hansen har holdt. På de par timer han holdt foredrag, fik vi en lidt mere viden omkring alkohol, men vi synes alligevel, der var meget mere vi ikke vidste, men som vi gerne ville studere nærmere.

Derfor har vi valgt at køre efter arbejdsspørgsmålene her under:

Alkohol:

- Hvad er alkohol?

Regler for alkohol:

- Hvor gammel skal man være for at købe alkohol?
- Hvad er reglerne for alkohol i Danmark?
- Er det de samme regler som i andre lande?
- Hvornår må man ikke køre bil, hvis man har drukket alkohol?

Unge og alkohol:

- Hvorfor vælger unge at drikke alkohol?
- Hvad er unges alkoholforbrug?
- Hvor får man alkohol fra?
- Hvor tidligt begynder de unge at drikke?
- Hvad drikker unge?

Hvordan reagere kroppen:

- Hvor mange promiller kan man have i blodet?
- Genstande? (former for alkohol)?
- Hvordan reagere kroppen på alkohol?
- Hvordan er dagen efter?
- Følelser og alkohol?
- Er det arveligt at drikke?
- Drikker nogle for at glemme problemerne?
- Hvordan optages det i kroppen?
- Hvordan forbrænder man alkohol?

Konsekvenser:

- Hvad er konsekvensen ved alkohol?

- Kan man blive syg af alkohol?
- Alkohol og graviditet?

Udpumpning:

- Hvad er udpumpning?

Alkoholiker:

- Hvornår er man alkoholiker?
- Hvor får alkoholiker deres penge til alkohol fra?
- Kan man hjælpe alkoholiker? Hvordan?
- Kan man arve alkoholproblemer?

Hjælpe organisationer:

- Hvad hjælpeorganisationer findes der i Danmark?

Datid / nutid / fremtid:

- Alkohol i gamle dage?
- Alkohol i dag?
- Alkohol i fremtiden?
- Hvilket år blev der brugt mest alkohol?

Alkohol



Alkohol

Alkohol er det mest udbredte rusmiddel i verden, og har været det igennem mange år. Danmark ligger højt oppe på den liste, der er lavet over de unges alkoholforbrug i EU. Det vil sige, at danskerne har et meget stort alkoholforbrug. Vi har i EU rekorden for, at være det land der drikker mest.

I Danmark er vi især kendt for at være et øl-land, dvs. at vi i Danmark, gamle dage drak mest alkohol, der var i en form af øl.

Årsagen til at danskerne drak så meget øl, i gamle dage, var fordi man frygtede at blive syg af drikkevandet. Det øl der blev brygget, var der ikke farlige bakterier i.

Inden for de sidste 25 år, er det blevet lavet om til, at flere og flere drikker vin i stedet for øl. I gamle dage var vinen også et symbol på, at man havde mange penge, da det var dyrt at købe. Øllet var derimod rigtig billig og let at skaffe. I dag har det ikke noget at sige – man er ikke rig bare fordi man drikker vin. Det handler om smag og behag.

I omkring år 1000 begyndte mennesker rundt omkring i verden, at producere deres egen alkohol. Det blev fremstillet på forskellige måder fra land til land. I vikingetiden fremstillede vikingerne mjød, som var en meget stærk drik, de drak under de fester, de holdte. Japanerne har gennem århundreder brugt ris i deres fremstilling af alkohol. Vinen har været en meget vigtig del af det romerske rige. I Rom brugte de ikke kun vinen til at drikke under deres måltider, men også til at rense gladiatorernes sår med, hvis de var kommet til skade under en kamp.

Regler for alkohol

I Danmark kan man i dag gå ned i et supermarked eller andre forretninger og købe alkohol som 16 årig. For at kunne købe alkoholen når man er 16 år, skal man have sit eget id. Aldersgrænsen blev hævet sidste år, så man ikke kan købe alkohol som 15 årig, men nu som 16 årig.

Hvis man er på restaurant, og gerne ville købe et glas vin eller en øl til maden, skal man i Danmark være 18 år. Det er meget forskelligt fra land til land, om de unge må drikke hvis de er på restaurant. I nogle lande må de unge godt, hvis alkoholen ikke er alt for stærk. Aldersgrænsen ligger også meget forskelligt afhæng af land med hensyn til at drikke, når man er ude og spise. Den aldersgrænse ligger mellem 14-21 år.

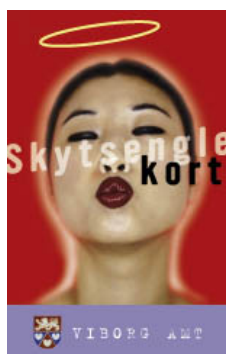
Spritkørsel

Mange bilister bliver hvert år slået ihjel i trafikken. Nogle støder sammen med andre, nogle bliver påkørt, nogle kører over for rødt, osv. Men mange bliver også dræbt, eller kommer ved et uheld til at dræbe andre, mens de har sprit i blodet. Det er derfor ikke lovligt at køre bil med en promille der ligger over 0,5. Bliver man stoppet, med en promille der ligger derover, får man en bøde på mindst 4000 kr. Hvis du så bliver stoppet, og har en promille, der ligger over 0,8 mister du kørekortet i et år, og får en stor bøde. I marts 1998 indførte færdselspolitiet nye regler omkring promille-grænserne. Efter de satte grænsen ned, blev antallet af spritbilister mindre og mindre.



*Et billede som advarsel på
spritkørsel*

Kører man spritkørsel, er det ikke kun en selv, det kan gå ud over: Man kan som sagt også skade andre ved det. Ved et uheld kan man måske komme til, at køre et lille barn ned der løber og leger. Folk der kører spritkørsel tænker ikke på andre mennesker. Mange gange hører man om unge mennesker der selv vil køre hjem fra en fest, og allerede der kan det ende galt. Ingen mennesker har fortjent at blive slået sådan ihjel. En del har det sådan, at jo mere de har drukket, jo mere skal de prale med, at de kan alt. Igen kan man blive presset af vennerne, hvis der sidder fire gutter i en bil, de er alle lidt beruset, og sidder og presser ham der kører til at sætte farten op. Havde bilisten været ædru kunne han måske have været stærk nok, til at sige, at han ikke ville sætte farten op. Men mange gør noget dumt, når de er fulde. Problemet i denne her situation er, at man ikke kan sige, til dem der har mistet en pårørende, at den der førte bilen var fuld. Det er ingen undskyldning.



*Her er et billede af det
kort man får i Viborg
amt, hvis man vælger
at blive skytsengle*

I juletiden lige op til alle julefrokosterne, er politiet meget ude for, at holde øje med, dem der kommer lige fra frokosterne, der kører i beruset tilstand. I daglig dagen bliver der ikke tjekket så meget, da der ikke er særlig mange, der kører beruset rundt. Hvis folk absolut skal drikke, så de har for meget alkohol i blodet, vil det være bedste, at tage en taxi hjem – selv om at det er dyrt. Derfor vælger nogle måske selv at tage bilen, for de gider ikke, bruge så mange penge på en taxi. Men der burde man nok tænke mere på sin egen og andres sikkerhed, bliver du kørt hjem af en taxichauffør, er det helt sikkert, at du ikke skader andre, ved at køre dem ned i trafikken, så det vil vi sige, er et godt råd.

Du kan vælge at blive skytsengel, det er en kampagne, der er blevet lavet i Nordjylland. Det vil sige, at du kan få sådan et lille kort, hvor det står skytsengel på. Hvis du er til en fest, hvor en af dine gode venner, eller en du ikke kender er på vej til at køre, og du godt kan se, at personen lige har fået lidt i overkanten at drikke, må du gerne forsøge, at stoppe personen, i at køre. Kampagnen startede i 1996 i Nordjylland, og da var det kun piger, der kunne blive skytsengle. I Aalborg har man nu valgt at inddrage 18-19årige drenge i denne såkaldte Skytsengle-kampagne. I mange tilfælde ville personen, sikkert gå hen og blive sur over, at man ville stoppe dem, men man skal bare holde fast, i det man siger, og sørge for at de bliver indendørs. Dagen efter vil din ven/veninde helt sikkert takke dig for, at du stod fast i din beslutning.



Her er så et billede af en såkaldt skytsengel

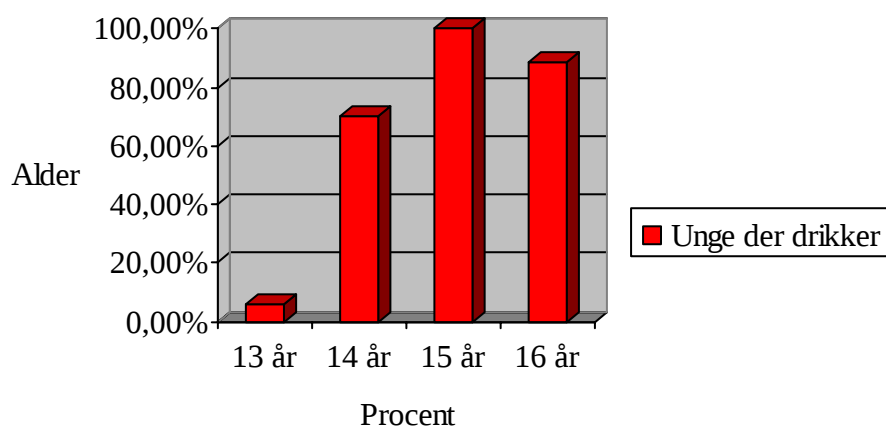
I England, var der på et tidspunkt snak om, at sænke grænsen ned til, at man kun måtte have drukket en genstand, når man skulle køre. Det synes pubberne ikke om. Hvis dem der kommer på pubberne, kun må drikke en genstand hver gang, så vil det ikke kunne betale sig, at komme der. Ejerne var bange for, at de så skulle lukke, fordi pubberne ikke ville kunne gå rundt.

Unge og alkohol

Starter tidligt

De danske unge begynder tidligere og tidligere, at drikke alkohol og gå til fester. Hvis man spørger dem hvorfor de drikker alkohol, så ved mange det ikke. Men alligevel er det den største del, af de unge, drikker fordi de syntes, det er hyggelig og smager godt. Men der er altså også en del, der drikke, fordi de bliver presset til det. Et pres der gør, at de ikke kan sige nej.

Efter en undersøgelse blandt piger og drenge i 7., 8 og 9 klasserne på Hobro Nordre skole, er der nedenunder vist, hvor mange unge der drikker alkohol.



Det har vist sig, at de unge begynder at drikke, efter deres konfirmation, sådan omkring 13 til 14

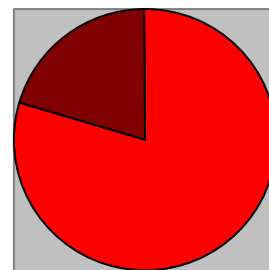
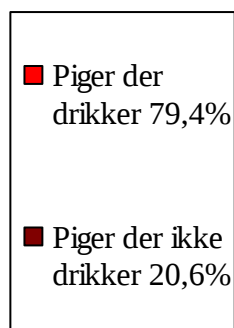
års alderen. Det er tidligt i forhold til at de først kan begynde, at købe når de er 16 år. Det er lang tid, hvor de ikke kan købe deres egen alkohol, men får det af deres forældre. Mange forældre synes at der er mange, der har et alt for stort alkoholforbrug, men det er jo dem selv, der er med til at sætte det i gang. Hvorfor ikke vente, til de bliver gamle nok til selv at købe. Det er jo ikke for sjov samfundet har lavet en regel om, at man først kan købe når man er 16 år. Der er nok fordi at de ikke mener at man skal begynde at drikke før.

Når de unge begynder at drikke så tidligt betyder, det at hvis de går til den første fest, og drikker en lille smule og bliver "halvfuld". Efterhånden vil deres alkoholforbrug sættes op, fordi de ikke, kan blive ved med at være "fulde" på samme måde når de indtager den samme mængde. Man skal have mere og mere, for at have det sjovt nok, det er lidt ligesom stoffer.

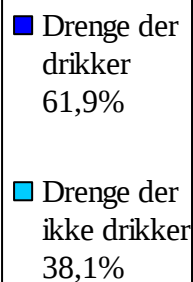
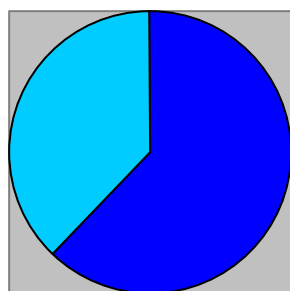
Grunden til at de unge, begynder at drikke så tidligt, kan jo være mange ting. Men en af grundene, kan have noget med ens barndom at gøre. Når man ser sin mor og far, sidde lørdag aften i lænestolen og drikke en øl, eller nyder noget med alkohol i, noter børnene det lige ned, inde i hovedet. Mor og far hygger sig = drikke alkohol. Eller når man sidder og nyder den dejlige middag, som mormor har lavet, og drikker et glas vin til, noter børnene ned igen = Spiser = drikke alkohol. Disse notater som børn noterer ned, de kan have noget at gøre med, at unge begynder, at drikke så tidligt. De har fået det kørt ind, at når man skal hygge sig, jamen så skal man også drikke alkohol. Det er her der skal laves om, hvis man gerne vil have unge til at lade være med at drikke. Men på den anden side, kan man jo helle ikke forbyde, at de voksne drikker alkohol. Men de bliver nogle gange nød til, at tage lidt hensyn til deres børn. På den måde, kan de beskytte deres egne børn, mod at begynde et tidligt forbrug af alkohol.

Piger og drenge forbrug

Når man sådan tænker over, om det er piger eller drenge der har det største alkoholforbrug, tror man nok der er drenge, der drikker mest, men efter nogle undersøgelser har det vist sig, at vi tager fejl. Det er faktisk pigerne, der har det største alkoholforbrug, og der er flest piger der drikker alkohol.



Mange af pigerne begynder endda at drikke senere end drengene, og de starter med at drikke lidt, men som tiden går, sker der en stor stigning. Det er som om pigerne, har noget de skal indhente. For at de kan opnå, at have drukket den samme mængde alkohol som drengene.



Drengene derimod begynder tidligere med deres alkoholforbrug. Men det har ingen betydning for dem, da de har det samme alkoholforbrug, som da de startede. Selvfølgelig sker der en lille stigning, men det er ikke noget i forhold til pigerne.

Gennemsnitlig drikker en elev fra 9.b cirka 9,5 genstande, det er utroligt meget. Ved et forsøg har

vi prøvet at lave en flaske som kan indeholde det en elev gennemsnitlig drikke på en aften. De drikker ca. hver til vær anden weekend. Det er rimelig meget, i forhold til, at de kun er en 15 til 16 år, og de 15 årige har ikke mulighed for at købe alkohol. Så derfor skaffet de fra andre. Men det skal dog siges, at det godt kan lade sig gøre, for de unge at købe, for det er ikke alle der kræver at se id kort. F.eks. på en tankstation, kan det lade sig gøre, hvis de virkelig vil. De få gange man ikke får lov til at købe på en tank, er hvis ejeren af tanken, lige har haft besøg af politiet, kan det godt blive svært, for så er de mere strikse omkring det, men så snart der er gået en lille måned, er det glemt igen.

Diskoteker

I dag er det normalt at når en familie går ud og spiser, køber forældrene som regel en glas vin hver, eller en flaske vin til at dele, fordi det bedre kan betale sig.

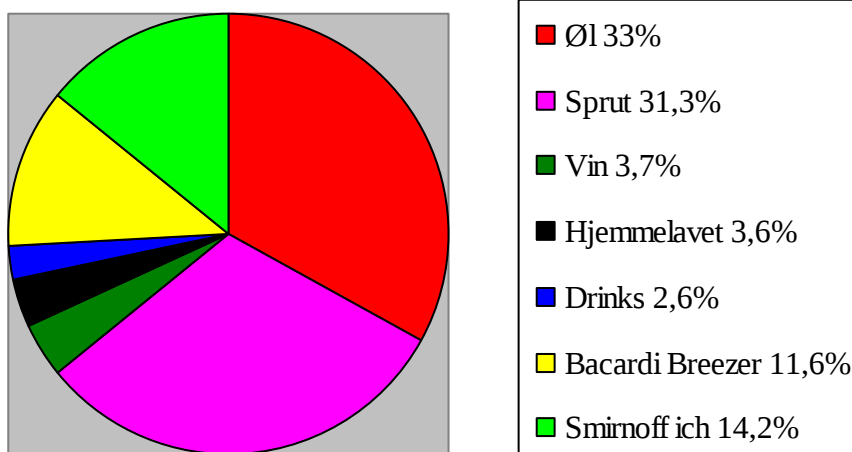
Yngre og yngre børn begynder at drikke. De børn eller unge under 18 år der kan slippe af sted med det, kommer nogle gange ind på diskoteker, hvor aldersgrænsen er 18 år. Når de først er sluppet ind, kan de enden selv gå op og købe, ellers kan de få en der er over 18 år, til at gøre det for dem. Det er blevet alt for let, for de unge at komme ind på alle de steder, der burde være bedre "sikkerhed", måske skulle de tjekke id ved alle, dem der skulle ind. Det er nemlig ikke bare et spørgsmål, om at kigge på de mennesker der skal ind, mange unge i 15 års alderen kan sagtens ligne en på 18 år, for udseendet kan sagtens bedrage. Det er selvfølgelig ikke alle steder, de unge slipper så let af sted, med at komme ind, men på mange diskoteker og barer, kan man også komme ind, selvom at man måske ikke er 18 år men 15 år, problemet er så bare, at man ikke må købe alkoholen før man er 18 år. Det er generelt blevet alt for let, alt for mange steder landet over, at komme ind på diskotekerne.



Diskotek

Hvad drikker unge

Efter en undersøgelse i 7., 8. og 9. klasserne på Hobro Nordre skole har vi fundet ud af, hvad de unge bedst kan lide af de forskellige slags alkohol. I skemaet nedenunder kan man se, at øl er det de fleste unge vælger. De vælger det fordi det er det billigste, når de selv skal betale.



Hvordan reagerer kroppen

De fleste unge drikker ikke alkohol, fordi de synes at det smager godt. Men fordi de kan lide virkningen ved det. Det er forskellige fra person til person, hvordan man reagere på alkoholen, nogle har det f. eks sådan, at de er genert i ædru tilstand, men kan lige pludselig snakke med, alle dem personen er i nærheden af når personen har fået lidt at drikke. Ellers føler personen sig måske grim og dum. Men når personen er fuld, er det lettere at finde alt det positive ved sig selv. Nogen reagere ved at blive rigtige kede af det, måske har der lagt en lille ting, som man har været ked af, inden man tog ud for at hygge sig til en fest. Men når man så først har fået noget alkohol i blodet, bliver tingen pludselig meget større, og man bliver mere ked af det. Mange selvmordsforsøg og overfald bliver begået, af folk med alkohol i blodet, det sker tit, at man siger eller gør nogle dumme ting, når man har fået lidt for meget at drikke.



Vold i gaden

Nogle bliver også tvunget, eller føler sig i hvert tvunget til at drikke alkohol. Hvis man er til en fest, hvor alle ens venner sidder og drikker, er det ikke så sjovt, hvis man ikke selv må. Der skal nok være nogle, der begynder at mobbe den person, der sidder og ikke må drikke. Er man ikke stærk nok til at sige fra, er man heller ikke stor nok, til at tage med til en fest. Det er kun en til at vælge om man vil drikke, og det er en selv.

Man kan aldrig drikke alkohol, og så satse på at det ordner ens problemer. Uanset hvor meget du drikker, ville ens problemer dukke op igen, når man først er blevet ædru. Man kan ikke drikke sig væk fra den virkelige verden. Der eneste man med sikkerhed ved om alkohol er, at det er beroligende, bedøvende og søvnfremkaldende stof.

Det er bevist, da man i gamle dag brugte alkohol til at bedøve med. Var der en der skulle bedøves brugte man alkohol, det svare til, hvis man i dag bruger alkohol, til at bedøve med i stedet for narkose. De brugte det til store operationer og smertefulde sygdomme. Man bruger i dag stadig alkoholen til narkose, hvis der er sket en ulykke et øde sted, og man så ikke har adgang til narkosen.

Genstande

En genstand kan svare til cirka 12gram alkohol. Man kan regne det ud, for man kender for det meste alkoholprocenten, som står på flasken. Ud fra den kan man beregne, hvor mange genstande, der er i en flaske. Som vist her neden under.

$\text{Vol\%} \cdot \text{rumfang i ml.} \cdot 0,8 \text{ genstande} = \text{Antal genstande}$

12



En pilsner

En stærk øl kan indeholde op til tre genstand, mere end en ganske almindelig øl. Så jo stærkere øllen er, jo flere genstande indeholder den. Man kan ikke helt regne ud, hvor mange genstande der er, før man kender alkoholprocenten. I en ganske almindelig øl er der 33 cl. og 4,6% af det er alkohol.

$$\frac{4,6\% \cdot 330 \cdot 0,8}{12} \text{ genstande} = 1 \text{ genstand.}$$

En flaske vin, som er almindelig, indeholder ca. 70 cl., og kan have en alkoholprocent fra 9% til 14%. Der kan dog være forskel på om det er hvid- eller rødvin. Neden under er der vist et eks. med en alkoholprocent på 12%.

$$\frac{12\% \cdot 700 \cdot 0,8}{12} \text{ genstande} = 5,6 \text{ genstande.}$$



En flaske vin



Bacardi Breezer

En Bacardi Breezer er noget sprut, der er blandet op. Som man kan købe i små flasker. Så er man fri for, selv at blande det. Sådan en indeholder 275ml og har en alkoholprocent på 5%.

$$\frac{5\% \cdot 275 \cdot 0,8}{12} \text{ genstande} = 0,9 \text{ genstand}$$

Smirnoff ice er det er også en opblandet drik. Den kan man købe i små flasker, så er den blandet op. Hvis man køber den i store flasker, så er det bare sprut. De små som er opblandede, indeholder 275ml og der er en alkoholprocent på 5,6%.

$$\frac{5,6\% \cdot 275 \cdot 0,8}{12} \text{ genstande} = 1 \text{ genstand}$$



Smirnoff ice

Promiller

Hvis man tænker på promiller i forbindelse med alkohol, så betyder det hvor mange gram ren alkohol man kan have pr. liter blod. Man kan efter sin vægt, finde ud af hvor meget alkohol, man cirka kan have i sit blod. Men hvis man vil vide det helt præcis, skal man gå til sin læge og få tage en blodprøve, så kan man finde ud af, hvor mange gram ren alkohol, man kan have i sit blod helt præcis.

Tabellen neden under viser, hvor stor en promille personer med forskellige kropsvægt får af en genstand.

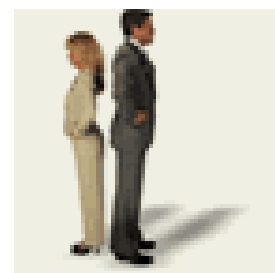
Vægt	Kvinder	Mænd
50 kg	0,44	0,35
60 kg	0,36	0,29
70 kg	0,31	0,25
80 kg	0,27	0,22
90 kg	0,24	0,20
100 kg	0,22	0,18

Med en formel kan man regne ud, hvor stor en promille en person får efter en genstand. Der er dog en forskel på mænd og kvinder, det er fordi at mænd gennemsnitlig har en kropsvæske på 68%, og en kvinde kan har en kropsvægt på 55%. Så derfor kan en kvinde ikke indtage, så meget alkohol som en mand kan. En kvinde vil hurtigere blive fuld end en mand.

Beregningen neden under viser hvordan man kan regne sig promille ud, hvis man ønsker og kende den. Men det skal dog siges at det passer ikke 100%.

$$\text{Kvinde: } \frac{12 \cdot \text{antal genstande}}{0,55 \cdot \text{vægten i gram}} \cdot 1000 = \text{promille}$$

$$\text{Mænd. } \frac{12 \cdot \text{antal genstande}}{0,68 \cdot \text{vægten i gram}} \cdot 1000 = \text{promille}$$



En kvinde og en mand

$$\text{Eks. Med en kvinde: } \frac{12 \cdot 3}{0,55 \cdot 45000} \cdot 1000 = 1,4\text{‰}$$

Denne kvinde som er lavet her ovenover har en promille på 1,4. Så når hun har drukket ca. tre genstande, er hun ved at være små fuld. Hun vil begynde at få svært ved at tale og bevæge sig. Det kan man finde ud af ved at kigge i et af de nedenstående skemaer. Man kan også finde ud af hvis man kigger i et skema lidt længere nede, at hun vil være over seks timer, om at forbrænde alkoholen hun har i blodet.

Hvis man gerne vil vide hvor lang tid der går, før man kan have forbrændt alkoholen, så kan man kigge i et skema. Dette skema er nedskrevet herunder. Det er meget praktisk med sådan et skema, for så kan man se, hvornår man må køre bil igen. Men alligevel kan man jo ikke altid have en lommeregner og denne tabel på sig, for at se om man ikke må/kan køre bil. Så de fleste finder nok ud af at styre sig hvad det angår.

Tabellen viser hvor lang tid det tager at forbrænde en genstand.

Vægt	Minimum	Maksimum
60 kg	80 minutter	120 minutter
70 kg	69 minutter	103 minutter
80 kg	60 minutter	90 minutter
90 kg	53 minutter	80 minutter

Virksomheden af alkohol begynder efter 5-20 minutter. Det sker der når man drikker:

- **0,2 promille:** Der sker en forringelse af evnen til at fokuser hurtigt og omstille sig fra lys til mørke.

- **0,5 promille:** Evnen til at opfatte situationer på en gang og samtidig udføre præcis bevægelser, bliver ringere. Synsvinklen bliver dårligere.
- **0,8 promille:** Man har mindre reaktionstid og tingene kan ikke arbejde sammen. F.eks. hovedet og hænderne.
- **1,0 promille:** Opmærksomheds- og koncentrationsevnen bliver mere og mere svag. Man begynder at blive træt og får nedsat balance- og bevægelsesevner.
- **1,5 promille:** Bevægelsesevnen og talebesvær bliver meget forringet. Centralnervesystemet har fået nok.
- **2,0 promille:** Udtalende forgiftningssymptomer og manglende selvkontrol.
- **3,0 promille:** Man har manglende kontrol med f.eks. urinblæren og man kan blive bevidstløs.
- **4,0 promille og derover:** bevidstløshed og livsfare.

Alkohol feder

Alkohol er den ting efter fedt, der er mest usundt. Bare i en almindelig øl er der så mange kalorier, at det svarer til, at du spiser et lille stykke wienerbrød. Hvis du ligger det sammen, kan du på en aften tage ud og drikke ti øl, det svarer til at du spiser enten ti stykker wienerbrød eller fem ristede hotdogs. Er en person stor og overvægtig, er forslaget til personen ikke at drikke alkohol i for store mængder. Alkoholen består af vand, alkohol og sukker, og pga. den store mængde sukker der er i, feder det.



Wienerbrød

Sådan optages/forbrændes alkohol i kroppen

Optages

Alle ved at hvis vi drikker alkohol på helt tom mave, bliver vi hurtigere beruset. Alkoholen bliver optaget i mavesækken og tyndtarmen, og det er leveren der forbrænder alkoholen. Det er maden og fedtstofferne i mavesækken, der nedsætter hastigheden for at forbrænde alkoholen.

Forbrændes

Hvor hurtigt alkoholen forbrændes, afhænger af

- Leverens størrelse
- Om det er en mand eller en kvinde

- Hvor meget personen vejer

Det er leveren der skal forbrænde alkoholen, man kan ikke få leveren til at forbrænde alkoholen hurtigere. Nogle tror, at de kan løbe en tur, drikke noget kaffe, tage et koldt bad, gå en tur osv., for at få leveren til at arbejde hurtigere, men der tager de fejl. Det kan ikke lade sig gøre.



Kaffe, det kan ikke få leveren til at arbejde hurtigere

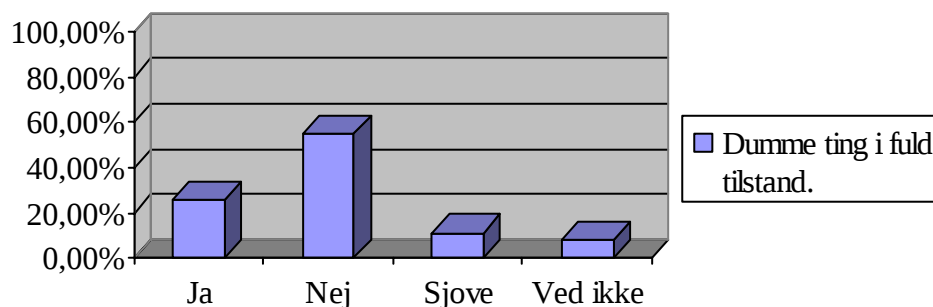
Dagen efter

De fleste mennesker der har prøvet at være fulde, har også prøvet at have tømmermænd dagen efter. De to ting hænger sammen, nogle har lettere til at få det end andre, og man har det også i forskellige mængder. Nogle får måske flest tømmermænd, hvis de ikke drikker igennem, men bare hyggedrikker. Andre får rigtig mange tømmermænd af at drikke meget. Der er også dem, der er så heldige at kan drikke så meget de vil, uden overhovedet at kunne mærke det dagen efter. Det kan tage en hel dag, at komme sig over sine tømmermænd, men vi skal være glade, så længe vi er unge, vi undgår ikke tømmermændene. Men det bliver værre med alderen.

Konsekvensen

Der er flere forskellige former for konsekvenser, når man drikker alkohol. Nogle bliver indblandet i slagsmål, kriminalitet, ulykker, uønsket sex, tager stoffer osv. Man tænker sig ikke godt nok om, når man først har fået noget at drikke, nogle gange sker det at man har uønsket sex, med en fremmed mand. Problemet er bare at selvom at man har været fuld, kan man altså godt huske, hvad man har været udsat for. Ingen ville kunne glemme noget så grusomt.

Hvis du kommer i slagsmål, tror du, at du kan alt, hvis du måske lige ville vise dig, over for kammeraterne, kan det tit ende galt. Alt for mange unge bliver indblandet i disse slagsmål. At lokke er heller ikke svært, igen hvis kammeraterne står og lokker. De ville måske ud for at lave hærværk, og igen er der en der står tilbage, men da personen har fået noget at drikke, skal der ikke meget til, før han er på vej over for at ødelægge noget, sammen med de andre. Det der er skidt ved, at man glemmer, hvad man er ved at lave. Hvis man er 16 år, bliver det noteret ned oppe ved politiet, og hvis det er rigtig alvorligt, kan personen risikere at få en lille dom, eller måske skal sidde i fængsel natten over.



I nogle tilfælde kan konsekvenserne gå hen og blive noget helt andet, hvis f. eks der er en familie på to børn, en mor og en far. Hvor forældrene er skilt, og moderen drikker. Moderen fik måske myndighederne over børnene, da de blev skilt, men efter alt det de har været igennem, er moderen begyndt at drikke lige i overkanten. Til sidst tager alkoholen så meget over, at hun ikke selv har styr på sine børn mere, og der bliver myndighederne nød til at gå ind og tage over. I værste tilfælde kan myndighederne ikke hjælpe moderen, og bliver derfor nød til at tvangsfjerne børnene.

Syg af alkohol

Fysiske skader

Man kan være syg af alkohol på den måde med, at man er afhængig af det, drikker man i større mængder er det også kaldt alkoholiker. Nogle bliver også fysisk skader, dvs. at dem der har drukket igennem flere år, har fået eller får i hvert fald dårlig lever, og andre organ skader. Man kan hvis man stopper være heldig med at leveren begynder at fungere "normalt" igen, stopper de ikke, risikere de at få skrumpelever. Sygdommen kan ikke helbredes og 50 % af dem der får sygdommen, dør af den. Den kan også gå hen og udvikle sig til mavesår, og i sjælden tilfælde også til mavekræft. For mange mængder alkohol gør også fordøjelsessystemet dårligere, og øger risikoen for kræft i munden. Alkoholen beskadiger hjernen og nervesystemet. Alkohol kan være en årsag til hjerte-karsygdomme. Sukkersyge er også en af de ting der kan ske fysisk med en, hvis man drikker for meget alkohol. Alkoholen går ind og beskadiger bugspytkirtlen. Hvis man som misbruger har drukket i mange år, kan man til sidst få alkoholiske kramper, det er noget som minder om epilepsi.



Sukker

Psykiske skader

De psykiske sygdomme man kan få, kan ikke afgrænses. Der er så mange forskellige, det afhænger af personen. Alle de sygdomme får du kun hvis du har drukket igennem flere år. Man siger at mænd kan drikke ca. 5 genstande om dagen, uden at tage direkte skade af det, og kvinderne ca. 3 genstande om dagen. Dvs. at de selvfølgelig tager skade af det, hvis de gør det i f.eks. ti år i træk, dem der gør der pådrager sig skader på de livsvigtige organer. Skaderne er forskellige, nogle begynder at høre stemmer, andre ser hvide mus der tager en osv. Der er mange forskellige virkninger på folk, men det ender galt, for dem der drikker i alle de år. De psykiske skader kan også være angst og depression, alkoholen forringer søvnkvaliteten. Mange mennesker der dør med det og anvender derfor sovepiller.

Alkoholforgiftning

Der findes 4 forskellige slags alkoholforgiftning.

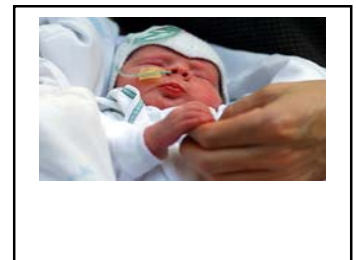
1. **Beruselse:** For dem der ikke er alkoholiker vil en promille på 1,5, medfører forskellige forgiftningssymptomer, en promille på 2,5 giver svære symptomer, en promille på over 4 kan give risiko for livsfare.

2. **Patologisk rus:** Det er når folk, ikke helt ved hvad de laver, og de har kun drukket en lille mængde alkohol. Men bliver alligevel meget voldelige, og kan ikke huske hvad de har lavet. Dette kan ske hvis man er meget følsom over for alkohol. Men det kan også komme, hvis man har været hjerneskadet eller har haft en epilepsi.
3. **Black-outs:** Black-outs får man når man, har hukommelsessvigt efter en svær beruselse. Man har svært ved at huske, mens man har været beruset. Sådan nogle personer virker ofte, som om de ikke er særlig alkoholpåvirkede.
4. **Coma:** Ved alkoholisk coma er personen meget bevidstløs, og har en anden kulør i ansigtet. Personen vil også lugte meget af alkohol, og have besvær med at trække vejret. Hvis man er i coma er man i livsfare.

Alkohol og graviditet

Når kvinder er gravide, bør de bestemt ikke drikke alkohol i store mængder, gør de det går det ind og skader fosteret, imens det ligger i moderkagen. Alkoholen trækker igennem moderkagen, og kan bevirke

- At barnet bliver født for tidligt.
- Barnet har lavere fødselsvægt.
- Barnet fødes med misdannelser.



Billede af et for tidligt født

Man kan dog ikke sige, hvor meget alkohol en gravid kvinde præcis skal drikke, før det påvirker barnet, derfor burde moderen ikke drikke. Det er en alt for stor chance at tage, det er jo ikke for evigt, hun ikke må drikke, det kan hun jo godt gøre igen efter fødslen. Drikker den gravide kvinde, inden hun skal amme, ville alkoholen gå over i ammemælken. Der er også større chance for, at barnet bliver hjerneskadet, hvis man drikker under graviditeten. Nogle kvinder får ufrivillige aborter pga. deres alkohol forbrug, de har haft under graviditeten. Mange kvinder vælger, at holde sig helt væk fra alkoholen, så snart de får af vide, at de er gravide, men det er selvfølgelig ikke alle der har den regel. Nogle kvinder er bange for, at de har skadet barnet, hvis de f.eks. har været til en fest og har drukket, inden de har været klar over, at de var gravide, men det er sjældent tilfælde, at barnet tager skade af det.

Udpumpning



*Her er et billede af en
udpumpning.*

Udpumpning er en kendt måde man kan opsluge det alkohol, man har i maven, hvis man ikke selv kan få det op ved at kaste op. Det foregår sådan, at man får en slange ned i spiserøret og ned i maven. Når den er kommet derved, suger slangen alt alkoholen op af maven. I nogle tilfælde mister hospitalerne patienter enden fordi, de er så fulde, eller fordi de kommer for sent derop. Man kan også få skader som vare på livstid. Hvis et barn ryger til udpumpning altså bliver kørt til hospitalet i ambulance, får politiet og myndighederne det af vide. Hvis det sker op til flere gange, og myndighederne kan fornemme at disse forældre, der ejer børnene ikke

har styr på dem, må de godt gå ind og blande sig i privatlivet. Man skal derfor ikke bare drikke løs for sjovt, det går i den sidste ende kun ud over en selv.

Vi har søgt, på nogle af de forskellige søgemaskiner på nettet, og i bøger uden held. Vi har ikke kunne finde noget om udpumpning, og har derfor været nød til at skrive ud fra vores egen viden.

Alkoholmisbrug

Alkoholmisbrug er et meget stort problem i det danske samfund. Der er ca. 200.000 alkoholmisbrugere her i Danmark, hvis man gætter forsigtigt. Det skyldes at vi har så let til at købe alkohol her i landet. Så derfor kan vi let komme til at drikke for meget, og så kan det jo ende med, at vi blive afhængige. Man kender ikke noget til grænsen, hvornår man kan kalde sig for alkoholmisbruger, for det er forskelligt fra person til person. Efter lang tids alkoholforbrug kan det give skader i leveren og bugspytkirtelen.

Men man anbefaler, at hvis man er en kvinde, skal man højst drikke 14 genstande om ugen. Hvis man er en mand, skal man højst 21 genstande om ugen. Men der er blevet snakket meget om i medierne, at man skal have nedsat de tal. Fordi når man drikke så meget alkohol, bliver chancen større for at få kræft.



En alkoholiker.

Mange der bliver alkoholiker, kan blive det fordi de måske miste familie, venner, arbejde, penge og mister selvtilliden på sig selv. Selvfølgelig bliver man ikke alkoholmisbruger sådan lige fra dag til dag, det er noget der strækker sig over en længere tid. Alkoholen bliver en flugt fra hverdagen. Langsomt sker der det at personen bliver mere og mere svær at være sammen med. Man kan ikke stole på personen, ingen ting blive holdt. Personen mister ikke kun det sociale samvær, men får også et selvhad til sig selv.

Det er mest voksne der lider af alkoholmisbrug, men der er også nogle unge der lider af dette problem. Hvis de er inde i den forkerte omgangskreds, og er sammen med nogle personer der drikke og tage stoffer. Kan de også selv lettere komme ud i et alkohol- eller stofmisbrug. De skal hjælpes, ud af det, inden det ender for galt. De kan søge hjælp ved en ungdomsrådgiver, eller et center der specielt tager sig af unge med problemer. De kan faktisk få den bedste hjælp, af en kæreste eller venner/veninde, for de kan give den omsorg en unge behøver.

Når unge bliver alkoholiker, kan det måske være fordi, at de er vokset op i en familie, hvor deres forældre er alkoholiker. Så når de blive ældre, skal de sørge for deres mindre søskende får en bedre barndom, end de selv havde haft. De bliver nærmest en slags forældre for deres søskende, og det bliver for meget for dem, så det ender med at mange af dem, også selv falder i alkoholmisbruget. Fordi de ikke selv får noget omsorg, men giver kun væk. Der er ikke tid til at tage sig ordentlig af deres lektier, fordi familien kræver så meget tid, og de bliver dårlige i skolen, og mister selvtilliden.

Private hjælpeorganisationer

I Danmark findes der også nogle private hjælpeorganisationer, disse hjælpeorganisationer består af

behandlere, der selv har haft et alkoholmisbrug. Ud for deres egne viden, prøver de at hjælpe dem med at blive "normale" igen.

Behandlingshjem

På et behandlingshjem kommer man for at blive optrænet til at droppe alkoholen. Og komme videre med livet. De fleste der bliver optaget på et behandlingshjem, kommer der ikke for at bo der. De kan godt bo der hjemme, og komme til behandlingshjemmet om dagen og få behandlingen. På behandlingshjem er det, læger og socialrådgiver og nogle enkelte steder, kan der også være en psykolog, der tager sig af alkoholikeren.

Pårørende til en alkoholiker

Hvis man er i familie hvor der er et familiemedlem, der har et alkoholmisbrug, kan man ikke helt gøre det samme, som man kan i andre familie. Fordi man skal lave nogle ting om i hverdag, man kan f.eks. ikke lave mad hvor der er blandet alkohol i. Man kan ikke så godt tage nogle steder hen.



Stakkels barn.

Det er meget hårdt, at have en i familien der lider af eller har gjort af alkoholmisbrug. Man skal hele tiden holde øje med vedkommende, der har et alkoholmisbrug.

Mange unge bliver også lidt flove, hvis de har en mor eller far, der har et alkoholproblem. De prøver og skjule det, men det er svært for dem. De prøver at tage skylden, for at en af deres forældre har et misbrug. Forældre er der imod, gode til at holde facaden i lang tid, men det er der også nogle børn der er gode til.

Er det arveligt at drikke

Ja det er arveligt at drikke. Alle børn opfatter deres forældre, som dem der har styr på deres eget men også børnenes liv. Når man ikke er særlig gammel, retter man sig efter hvad ens forældre siger og gøre, hvad de gør, gør børnene os. Er et barn vokset op i en familie hvor enten moren eller faren drikker, ser barnet det, som det rigtige at gøre. Det er tit man ser at de børn, der har forældre med alkohol problemer, også selv får det. Det er det sammen som, de børn der ser deres far slå moderen. Det kan f. eks. være en pige der opvokser med, at hendes far slår hendes mor, finder pigen som regel en mand der gør det samme ved hende. Er det en dreng der opvokser med det, sker det tit at han også selv slår hans kone.

Alkohol i datid / nutid / fremtid

For cirka 40 år siden drak en gennemsnitlig dansker over 15 år cirka 5 liter rent alkohol om året. Dengang døde hver 50. dansker over 14 år af en alkohollidelse. Der er cirka 2,1 % af den danske befolkning. Nu er det vær 20 dansker der dør af en alkohollidelse. Som cirka er 4,6 % af den danske befolkning. En gennemsnitlig dansker over 15 år drikke cirka 11,5 liter ren alkohol om året nu. Det

er over dobbelt så meget, som det var for 40 år siden. Hvis stigningen fortsætter med at udvikle sig så meget, ender det med, at vi mister en meget stor del af den danske befolkning. Indlæggelser hvor det er en person, der har drukket alkohol, er også steget utroligt meget, her det sidste lande stykke tid. Den er steget med over det dobbelte, af hvad det var for 20 år siden.

Det har været meget svært at finde så meget, om hvad der skal ske ud i fremtiden, da vi jo ikke ved noget om det.

Konklusion

Vi synes, selv at vi har fået svar på de arbejdsspørgsmål, vi har skrevet, selvom vi har lavet om på vores arbejdsspørgsmål et par gange. Men desværre kunne vi ikke rigtig finde noget omkring udpumpning, men valgte ikke at slette emnet, da vi synes, det er en vigtig ting. I stedet for skrev vi ud fra hvor egen viden, og fik da også skrevet det mest væsentlige.

Ved at skrive projektet, har vi fundet ud af en hel masse nyt om alkohol. En ting der kom rigtig meget bag på os ud fra vores spørgeskemaer er, at der i årgangen 7., 8. og 9. klasse på Nordre Skole Hobro er, flere piger end drenge der drikker. Plus at disse elever begynder med, at drikke allerede når de er konfirmeret. Der er godt nok nogle drenge der begynder at drikke, før de bliver konfirmeret, men det er stadig pigerne der drikker mest.

Vi fandt også frem til at kroppen reagerer anderledes, i forhold til hvad vi troede, inden vi gik i gang med at skrive og studere det. Inden var vi ikke klar over, hvor meget alkohol endelig feder, men da vi fandt ud af det, fik vi et chok.

Litteraturliste

Bøger:

Emma Haughton: Alkohol, Flachs, 1999.
Jens-Emil Nielsen: Drik nu ordentligt! Her&Nu, 1995.
Jari Kickbusch: Vi skåler med vores venner... CDR, 2002.
Jørgen Green: Om alkohol? Grifo, 1992.
Curt Lindstrøm: Fuld fredag aften, CDR Forlag,
Finn Zierau: Alkohol - på godt og ondt, PsykiatriFondens Forlag, 2001.
Bodil Müller: Rusmidler – en grundbog, Munksgaard, 1991.

Spørgeskemaer:

7. klasse. Hobro Nordre skole.
8. klasse. Hobro Nordre skole.
9. klasse. Hobro Nordre skole.
9.bs forælder

Internet:

<http://www.alkohol.dk/>
<http://www.sst.dk/Borgerinfo/Alkohol.aspx?lang=da>
<http://hjem.get2net.dk/Nope/projekt/>
http://www.blaakors.dk/index_ie.asp?
<http://www.soberspace.dk/hveralko.htm>
<http://www.netdoktor.dk/Sunderaad/fakta/alkoholmisbrug.htm>
<http://www.netdoktor.dk/sunderaad/fakta/alkohol.htm>
http://www.netstof.dk/site/Main/brevkassen/Brev_svar_spoergsmaal/?brevkasseid=2&messageid=3309
<http://www.via-alkohol.dk/Default.asp?ID=188>
<http://www.kaerbykskolen.dk/klasserne/randiskl/rusmidler/alkohol.htm>
<http://www.doping.dk/visArtikel.asp?artikelId=1921>
<http://www.formidlingscentret.dk/page247.asp>
<http://www.vestamt.dk/sundinfo/Misbrugscenter/Alkomisbr.htm>
<http://www.ung-bladet.dk/narkotika/narkotika20.shtml>
http://www.alkonej.dk/alkoholisme/spoergsmael_og_svar
<http://www.sitecenter.dk/ungeraadgivning-vanloese/ungeogalkohol/>

Afslutning

Michelle Andersen

Jeg synes, det har været rigtig spændende, at skrive om alkohol. Jeg synes, selv jeg har fået en bredere viden omkring det. Det har samtidig med været lærerigt at skrive om, og været spændende at arbejde med. Jeg synes, det har gået rigtig godt med at arbejde sammen med Julie. Vi har været gode til at fordele arbejdet. Hvis den ene af os har været færdige med det aftalte, har vi hurtigt fundet ud af, at hjælpe hinanden eller gået i gang med noget af det andet. Det har også været en rigtig god ide med at sende spørgeskemaer rundt til 7., 8. og 9. klasserne, da meget af det vi fremlægger om, og meget af opgaven indeholder det.

Julie Vognsen Jensen

Jeg er utrolig glad for, at jeg valgte at skrive om alkohol sammen med Michelle. Der har været en rigtig god uge, og jeg har lært en hel del. Selvom at jeg godt viste noget i forvejen. Men det kan jo næppe skade, at vide noget om hvad konsekvenserne endelig er. Det har været et rigtig godt samarbejde, jeg har kørt sammen med Michelle, vi har været gode til at snakke om tingene, hvis der var noget, en af os tvivlede på. Vi har virkelig brugt hinanden, som et godt hjælpemiddel. Da vi jo ikke, har den samme viden om alkohol.

Jeg syntes, at emnet er et utroligt godt et, fordi det er meget bredt. Jeg er meget glad for, at vi fik delt spørgeskemaerne ud. For det har virkelig været en oplevelse at sidde og få det hele til at passe, angående de diagrammer vi har lavet. Vores flaske er jeg også rigtig stolt over. Den er virkelig blevet godt og stor, må jeg nok sige. Det har overrasket mig rigtig meget.

Ja, også var der jo også lige den fejl, jeg fandt i en bog. Den har jeg nu grinet lidt over, og fortalt alle jeg kom fordi om den. Men jeg er glad for, at jeg opdagede den, for ellers havde der jo været en fejl i vores opgave. Det ville ikke være så godt.



Julie og Michelle