

pocket-info

Alkohol

Informationsbroschüre für junge Menschen

5. Auflage

Alkohol-Selbsttest
Seite 12

Wusstest du, dass ...

WARUM DIESE POCKET-INFO?

Spaß und Feiern, Freizeit und Entspannung – das verbinden viele Menschen mit Alkohol. Alkohol kann aber auch Probleme und Abhängigkeit mit sich bringen.

Das **Institut für Suchtprävention (ISP)** der Sucht- und Drogenkoordination Wien (SDW) hat in Kooperation mit der **wienXtra-jugendinfo** die pocket-info Alkohol für junge Menschen in Wien entwickelt, die nun schon in der 5. aktualisierten Auflage vorliegt.

Die pocket-info Alkohol liefert dir Informationen, damit du besser **entscheiden** kannst, **ob, wann und wie viel Alkohol für dich persönlich okay ist.**

Du weißt schon alles, was für dich wichtig ist?

Dann probiere den **Selbsttest auf Seite 12/13** oder ein Wissensquiz auf den empfohlenen **Websites von Seite 22** aus.

Sag uns deine Meinung!

Auf Seite 23 findest du unsere Kontaktdaten.



INHALT

| | |
|---|----|
| Wer trinkt und warum? | 4 |
| Wie ist das bei dir? | 5 |
| Warum berauscht Alkohol? | 6 |
| Wie wirkt Alkohol? | 7 |
| Wie weißt du, wie viele Promille du hast? | 8 |
| Warum spürst du Alkohol nicht immer gleich? | 9 |
| Wie veränderst du dich beim Trinken? | 10 |
| Wie viel Alkohol ist schädlich? | 11 |
| Hast du den Alkohol im Griff? | 12 |
| Welche Tipps gibt es für einen bewussten Umgang mit Alkohol? | 14 |
| Welche Gesetze gelten bei Alkohol im Straßenverkehr? | 15 |
| Ab wann darfst du Alkohol trinken? | 16 |
| Wie wirst du wieder nüchtern? | 16 |
| Was kannst du gegen einen „Kater“ tun? | 17 |
| Du hast einen „Filmriss“ und kannst dich an nichts mehr erinnern? | 17 |
| Akute Alkoholvergiftung – zu viel getrunken? | 18 |
| Was ist zu tun, wenn jemand in deinem Umfeld zu viel getrunken hat? | 19 |
| Was passiert, wenn du die Rettung (144) rufst? | 20 |
| Wo bekommst du Beratung und Hilfe? | 21 |
| Wo bekommst du weitere Informationen im Internet? | 22 |
| Wer sind wir? | 23 |

WER TRINKT UND WARUM?

Wir leben in einem Land, in dem Alkohol oft angeboten wird.

Über 95 % der österreichischen Bevölkerung ab dem Alter von 15 Jahren haben bereits mindestens einmal in ihrem Leben Alkohol getrunken. Männer konsumieren häufiger Alkohol als Frauen, wobei sich die Trinkgewohnheiten von Frauen und Männern angeglichen haben.

Warum ist Alkohol so verbreitet?

Alkoholische Getränke

- gelten als normal
- sind leicht erhältlich
- sind preisgünstig
- sind ein gutes Geschäft

Manche trinken, um sich zu **entspannen** und **kontaktfreudiger** zu sein. Andere mögen alkoholhaltige Getränke, weil sie den **Geschmack** gut finden. Für manche ist Alkohol etwas **Besonderes im Alltag**. Einige trinken Alkohol, um **Probleme zu vergessen**, um unangenehme Gefühle zu betäuben oder um Langeweile zu bekämpfen.

Die meisten entscheiden sich aber, zu bestimmten Zeiten oder in manchen Situationen – etwa beim Autofahren – nichts Alkoholisches zu trinken.



WIE IST DAS BEI DIR?

Für einen bewussten Umgang mit Alkohol hilft es, sich selbst gut zu kennen und sich zu fragen:

Wann und warum trinke ich Alkohol?

- Weil ein Rausch zu einem „richtigen“ Wochenende gehört?
- Weil das Weggehen dann mehr Spaß macht?
- Weil ich die Wirkung mag?
- Weil ich mich dann besser fühle?
- Weil andere trinken?

Ein ernsthaftes Risiko gehst du ein, wenn

- du aus Gewohnheit trinkst,
- du die Kontrolle über die Menge oder das Aufhören verlierst,
- du einen „Filmriss“ hast.

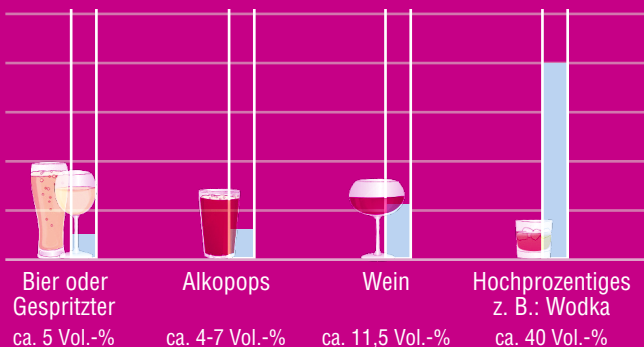
Alkohol berauscht, macht Stimmung, betäubt, aber er löst keine Probleme.



WARUM BERAUSCHT ALKOHOL?

Der berauschende Bestandteil in alkoholischen Getränken ist die chemische Substanz Ethanol. Der Alkoholgehalt ist je nach Getränk unterschiedlich und wird in Volumsprozent – mit der Abkürzung Vol.-% auf Flaschen und Verpackungen – angegeben. Bier oder ein Gespritzter haben durchschnittlich 5 Vol.-% und Wein im Durchschnitt 11,5 Vol.-%.

Wieviel Alkohol ist in den Getränken enthalten?



WIE WIRKT ALKOHOL?

Alkohol wird über Mundschleimhaut, Magen und Dünndarm aufgenommen und dann im ganzen Körper verteilt. Das dauert unterschiedlich lange – ca. 30 bis 90 Minuten. Auch im Urin, im Blut oder in der Ausatemluft ist Alkohol und kann dort gut gemessen werden, wie bei Verkehrskontrollen. Jede und jeder verarbeitet Alkohol unterschiedlich und reagiert auch unterschiedlich darauf.

Alkoholkonsum wirkt je nach Situation:

Erst:

- **anregend**, macht locker, kann auch **enthemmend** und aggressionssteigernd sein und fördert die Bereitschaft, ein Risiko einzugehen.

Später:

- **betäubend** und **einschläfernd**.
- **Alkohol löst auch Stimmungsschwankungen aus** – zunächst entsteht ein anregender, dann ein dämpfender Effekt.

Alkohol wird hauptsächlich in der Leber abgebaut.

Wenn die Leber das über einen langen Zeitraum tun muss, verändert sie sich krankhaft: Schwere Folgeerkrankungen sind zum Beispiel Fettleber und Leberzirrhose.

Wenn du regelmäßig zu viel trinkst, gehst du ein hohes Risiko ein: Damit kannst du deinen Körper und deine Organe schädigen, du kannst davon Krebs bekommen und süchtig werden.

5 % aller erwachsenen Österreicherinnen und Österreicher sind alkoholkrank und weitere 12 % gefährdet.

WIE WEISST DU, WIE VIELE PROMILLE DU HAST?

Mit Volumsprozent wird angegeben, wie viel Alkohol im Getränk ist, mit Promille (‰) die Alkoholmenge im Blut (Blut-Alkohol-Spiegel).

Die Höhe des Blut-Alkohol-Spiegels ist vor allem davon abhängig,

- wie viel (reinen) Alkohol du trinkst,
- wie schnell du trinkst,
- wie viel Körperflüssigkeit du hast.

Beachte, dass Mädchen und Frauen normalerweise weniger Alkohol vertragen als Burschen und Männer.

! Wichtig: Gesetze, Verbote und Urteile gehen oft vom Promillewert aus.

Faustregel für 0,5 Promille



Burschen (schlank)

haben 0,5 Promille 30 Minuten nach

2 Seideln Bier (0,6 l) oder etwas mehr als 1 Viertel Wein (0,3 l) oder nach 4 kleinen Stamperln mit Hochprozentigem wie Wodka (8 cl).



Mädchen (schlank)

haben 0,5 Promille 30 Minuten nach

1 großen Bier (0,5 l) oder 1 Viertel Wein (0,25 l) oder nach 3 kleinen Stamperln mit Hochprozentigem wie Wodka (6 cl).

Einen **Promille-Kalkulator** findest du auf www.1-2-free.at im infocorner.
Beachte aber, dass die Berechnungen immer nur zu deiner Orientierung sind und keinen rechtlich verlässlichen Wert ergeben.



WARUM SPÜRST DU ALKOHOL NICHT IMMER GLEICH?

Im Prinzip gilt: **größere Menge – größere Wirkung**. Wie stark und schnell du die Wirkung merkst, hängt aber auch von deiner körperlichen und psychischen Verfassung ab. Müdigkeit und Stimmung spielen auch eine Rolle.

Schneller betrunken fühlst du dich,

- wenn du vorher nichts gegessen hast,
- wenn du Alkohol schnell trinkst,
- wenn du Alkohol nicht gewöhnt bist.

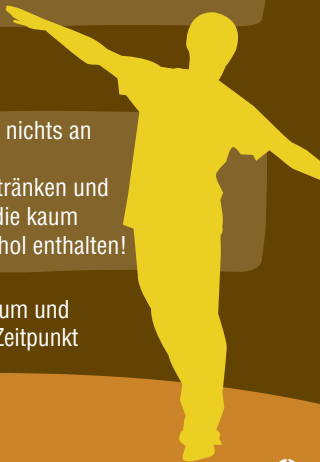
Weniger schnell betrunken fühlst du dich,

- wenn du fette Nahrungsmittel isst, denn diese verlangsamen die Aufnahme ins Blut. Dein Körper nimmt zwar die gleiche Menge Alkohol auf, aber langsamer.

Achtung:

- Auch wenn du nichts spürst, ändert das nichts an den Promillewerten!
- Vorsicht auch bei selbst gemischten Getränken und bei Alkopops (4 bis 7 Volumsprozent), die kaum nach Alkohol schmecken, aber viel Alkohol enthalten!

Bedenke immer die jeweiligen Umstände, warum und mit wem du trinkst und wie es dir zu diesem Zeitpunkt geht!



WIE VERÄNDERST DU DICH BEIM TRINKEN?

Deine Einschätzung kann täuschen – deswegen als Orientierung diese grobe Übersicht. **Aber vergiss nicht: Jede und jeder reagiert anders.**

0,2

Ab 0,2 Promille verändert sich das Erleben

Geschmackssinn und Schmerzempfindlichkeit gehen zurück. Du fühlst dich aufgedreht, schätzt Situationen leichtsinnig ein. Du kannst dich schlechter konzentrieren, erinnern und lernen.

0,5

Bei 0,5 Promille verdoppelt sich die Gefahr eines Verkehrsunfalls!

Ab 1 Promille Rauschstadium

Deine Reaktionsfähigkeit und dein Gleichgewicht sind stark gestört. Du kannst beginnen zu lallen, deine Hör- und Sehfähigkeit sind eingeschränkt, wie beim „Tunnelblick“. Vielleicht wird dir schlecht und du musst dich übergeben.

1

Ab 2 Promille Betäubungsstadium

Alle Sinne sind betäubt, du bist orientierungslos, kannst nicht mehr gehen, hast geistig abgeschaltet. Deine Muskeln sind schlaff, du kannst bewusstlos werden. Einschlafen und Erfrieren sind möglich, weil die Körpertemperatur sinkt. Wenn du im Schlaf oder bewusstlos erbrechen musst, kannst du ersticken.

2

3

Ab 3 Promille Lähmungsstadium – akute Vergiftung

Atmung und Puls werden schwach, Bewusstlosigkeit kann eintreten. Weder Ansprechen noch Aufwecken sind möglich, du hast keine Reflexe mehr. Die Haut ist kalt und feucht, die Körpertemperatur sinkt.

4

Ab 4 Promille kann ein Koma eintreten

Das bedeutet tiefe Bewusstlosigkeit, es kann zu Atemstillstand und zum Tod kommen.

WIE VIEL ALKOHOL IST SCHÄDLICH?

Schon ein einmaliger Rausch kann riskant sein, zum Beispiel, wenn du einen Unfall verursachst oder dich auf ungeschützten Sex einlässt.

Regelmäßiges Trinken belastet auch ohne Rausch deine Gesundheit und kann sich negativ auf deine Beziehungen auswirken.

Eine genaue Risikogrenze zu ziehen, ist allerdings nicht leicht, auch weil Gesundheitsschäden oft lange unauffällig bleiben. Eine Alkoholkrankheit entwickelt sich in der Regel nach Jahren von regelmäßig zu viel Alkohol. Außerdem wird sehr unterschiedlich bewertet, was ein Schaden ist: Wenn ein Elternteil am Wochenende abends mit den Kindern nicht mehr spielen oder vernünftig reden kann? Oder erst dann, wenn eine Leberentzündung auftritt?

Körperlich weitgehend risikoarm bleiben nach ärztlichen Angaben für **gesunde Erwachsene**:

- Frauen: ca. 0,4 Liter Bier oder 0,2 Liter Wein pro Tag (= 16 Gramm reiner Alkohol)
- Männer: ca. 0,6 Liter Bier oder 0,3 Liter Wein pro Tag (= 24 Gramm reiner Alkohol)

Mindestens 2 Tage pro Woche sollen jedenfalls alkoholfrei bleiben.

Neben einer körperlichen Abhängigkeit kann auch schon bei geringeren Mengen eine psychische Abhängigkeit entstehen. Eine beginnende Abhängigkeit zeigt sich zum Beispiel durch ein starkes Verlangen, Alkohol zu trinken. Es ist schwierig, die Kontrolle über die Menge und das Aufhören zu behalten, oder es treten Entzugserscheinungen auf.

Die Regeln

- Kein Alkohol für Kinder, Schwangere und kranke Menschen.
- Kein Alkohol unter 16 Jahren: Beachte das Jugendschutzgesetz.
- Du bist 16 Jahre oder älter: Wenn du Alkohol trinkst, lerne risikobewusst damit umzugehen.

HAST DU DEN ALK

Beantworte die folgenden Fragen und du erhältst in der Auswertung eine

Bitte ankreuzen: Ja Nein

1

Bist du schon einmal unter Alkoholeinfluss Auto gefahren oder bei jemandem mitgefahren, der Alkohol getrunken hat?

2

Trinkst du, um zu entspannen, dich besser zu fühlen oder damit du dich unter Freundinnen und Freunden oder Bekannten wohler fühlst?

3

Trinkst du Alkohol, wenn du alleine bist?

4

Haben dir Familienangehörige oder Freundinnen und Freunde schon mal geraten, weniger zu trinken?

5

Hast du schon mal etwas vergessen, was du gemacht hast, als du Alkohol getrunken hast?

6

Hast du schon mal Ärger mit anderen bekommen, als du Alkohol getrunken hast?

Quellen für die Test-Fragen: © Children's Hospital Boston, 2001

Reproduced with permission from the Center for Adolescent Substance Abuse Research, CeASAR, Children's Hospital Boston.

ALCOHOL IM GRIFF?

grobe Orientierung, inwieweit du auf der sicheren Seite bist.

Einen ausführlichen Alkohol-Selbsttest mit Feedback findest du unter:
www.kenn-dein-limit.de/selbst-tests

Du kannst dich auch an eine der Stellen von Seite 21 wenden.
Trinkverhalten und sprich darüber mit Menschen, denen du vertraust.
Probleme in Schule, Arbeit oder Familie entstehen, überdenk dein
problematisch ist. Damit du weder deiner Gesundheit schadest noch
entwickeln kann oder – wenn du mehrere Ja angekreuzt hast – schon
Es hat den Anschein, dass sich dein Trinkverhalten problematisch

2 oder mehr Ja angekreuzt:

Wenn du die 1. Frage mit Ja beantwortet hast, dann hast du
dich durch Alkohol in eine gefährliche Situation gebracht.

Achtung:



AUSWERTUNG

Tossmann, P. H. u. a.: „Bestimmung der konkurrenten Validität des CRAFFT-d. Ein Screeninginstrument für problematischen Alkoholkonsum bei Jugendlichen.“ In: Zeitschrift für Kinder- und Jugendpsychiatrie, 37/5, S. 451–459.

WELCHE TIPPS GIBT ES FÜR EINEN BEWUSSTEN UMGANG MIT ALKOHOL?

Trink überhaupt keinen Alkohol:

- wenn du mit Fahrrad, Moped oder Auto unterwegs bist,
- wenn du arbeitest oder lernst,
- wenn du Medikamente nimmst oder krank bist,
- wenn du schwanger bist,
- wenn du Stress „in den Griff bekommen“ willst.

Lass dich nicht überreden. Es ist okay und selbstbewusst, „NEIN“ zu sagen, wenn du nicht trinken willst.

Wenn du Alkohol trinkst:

- dann nimm keine Medikamente, Cannabis und andere Drogen – sonst steigt das Risiko körperlicher und psychischer Schäden,
- dann rechne damit, dass du manchmal empfindlicher auf Alkohol reagierst als sonst oder als andere Menschen,
- dann trink nicht auf leeren Magen,
- dann trink am besten nach jedem alkoholischen Getränk ein Glas Wasser oder ein alkoholfreies Getränk,
- dann trink langsam und nicht durcheinander,
- dann sei besonders vorsichtig, wenn du Selbstgemixtes aus Flaschen ohne Etiketten trinkst,
- dann vergewissere dich bei neuen Getränken, wie „stark“ sie sind.

Alkohol und deine Mitmenschen:

- Alkohol enthemmt und kann Gewalt fördern. Achte auf deine eigenen Grenzen und die der anderen Menschen.
- Wenn du Sex hast, vergiss nicht auf ein Kondom.
- Steig nie zu einer Person ins Auto oder aufs Moped, die Alkohol getrunken hat.

WELCHE GESETZE GELTEN BEI ALKOHOL IM STRASSENVERKEHR?

- Bis zum 20. Geburtstag gilt **immer** – auch für Mopedlenken – eine Grenze von 0,1 Promille.
- Wenn du den **Führerschein gerade erst erhalten hast**, darfst du in den ersten 2 Jahren (= Probezeit) auch nur maximal 0,1 Promille beim Fahren haben, auch wenn du älter als 20 bist oder wirst. Hältst du dich nicht daran, ist eine teure Führerscheinnachschulung verpflichtend und die Probezeit verlängert sich.
- **Wenn du älter als 20 bist und auch die 2 Jahre Probezeit vorbei sind, gelten allgemein 0,5 Promille für Auto und Moped.** Achtung: Bei diesem Wert verdoppelt sich bereits die Unfallgefahr.
- Auch **bei geringeren Promillewerten** kannst du trotzdem eine Strafe bekommen, wenn du nicht fahrtauglich warst. Verursachst du einen Unfall, kannst du auch dafür zur Verantwortung gezogen werden. Denn bereits unter 0,5 Promille werden Informationen im Gehirn langsamer verarbeitet, das Sehvermögen und die Reaktionsfähigkeit verschlechtern sich.
- **Für Radfahrerinnen und Radfahrer gelten 0,8 Promille.**
- **Ab 0,8 Promille werden Führerschein oder Mopedführerschein abgenommen. Auch nach einer Kontrolle am Fahrrad mit mehr als 0,8 Promille kann der Führerschein nachträglich von der Behörde – aber nicht von der Polizei bei der Kontrolle – abgenommen werden.** Das erneute Ausstellen nach einer Sperre ist sehr teuer und zeitintensiv – ganz besonders, wenn eine Nachschulung angeordnet wird (ab 1,2 Promille für alle verpflichtend).
- **Verstöße gegen diese Alkoholgrenzen** können zu hohen Geldstrafen führen. Verletzt du bei einem Unfall jemanden, kann auch eine Haftstrafe drohen und es kann zu Schadenersatzzahlungen kommen.

AB WANN DARFST DU ALKOHOL TRINKEN, KAUFEN ODER BESITZEN?

unter 16 Jahren: Alle Arten von Alkohol sind verboten.

zwischen dem 16. und 18. Geburtstag: Getränke, die keinen gebrannten Alkohol enthalten, sind erlaubt (z.B. Bier, Sekt). Verboten sind harte Getränke wie z.B. Wodka, Tequila, Rum und Alkopops.

ab dem 18. Geburtstag: Alle Sorten von Alkohol sind erlaubt.

WIE WIRST DU WIEDER NÜCHTERN?

Der Abbau des Alkohols beginnt sofort. Gesunde Menschen bauen pro Stunde ca. 0,1 bis 0,2 Promille ab.

Der Großteil des Alkohols wird in der Leber abgebaut. Nur ca. 10 % werden mit der Atemluft, dem Schweiß und dem Urin ausgeschieden. Schwitzen oder Erbrechen helfen nicht beim Ausnüchtern. Erbrechen verhindert nur, dass weiterer Alkohol im Magen aufgenommen wird.

Achtung – stimmt nicht!

„Nach dem Kotzen bin ich wieder nüchtern.“

- Damit ist nur dein Magen entleert.
- Die Alkohol-Konzentration im Blut bleibt gleich.
- Dein Körper zeigt dir damit, dass er genug hat.

Es gibt keine Möglichkeit, das Ausnüchtern zu beschleunigen. Es helfen weder Hausmittel wie Kaffee trinken oder essen noch teure Ausnüchterungsmittel.

WAS KANNST DU GEGEN EINEN „KATER“ TUN?

Ein „**Kater**“ kommt meistens am nächsten Morgen, wenn du am Tag davor zu viel getrunken hast. Du fühlst dich schlapp und hast auf nichts Lust. Körperliche Symptome sind Überempfindlichkeit gegen Lärm und Licht, Kopfschmerzen, Übelkeit, Erbrechen, Schwindel und Durst („Brand“).

Ein „**Kater**“ entsteht aus unterschiedlichen Gründen, vor allem aber **weil Alkohol deinen Körper austrocknet**. Auch wichtige Vitamine und Mineralstoffe gehen verloren.

Gegen einen „Kater“ gibt es kein Heilmittel: Frische Luft, klares Wasser, Vitamine und magnesiumhaltige Nahrungsmittel wie Bananen helfen dir aber, dich zu erholen. Sonne, Hitze, Anstrengung oder fettes, scharfes Essen solltest du eher meiden, denn Kreislauf und Verdauung sind schon genug „gestresst“.

- Trink viel Wasser!
- Iss frisches Obst und Gemüse!
- Gönn dir viel Schlaf!

DU HAST EINEN „FILMRISS“ UND KANNST DICH AN NICHTS MEHR ERINNERN?

Ein „**Filmriss**“ ist ein Zeichen, dass dein Gehirn den Alkohol nicht mehr verkraftet. Du weißt dann am nächsten Tag nicht mehr oder nicht mehr genau, was du am Vorabend gemacht hast.

Wenn du öfter einen „Filmriss“ hast, trinkst du deutlich zu viel Alkohol. Du solltest deswegen dein Trinkverhalten rasch ändern.



AKUTE ALKOHOLVERGIFTUNG – ZU VIEL GETRUNKEN?

Trinken kann tödlich ausgehen – durch die Folgen von jahrelang regelmäßig zu viel Alkohol, durch Unfälle und durch akute Vergiftungen.

Wenn zwischen 3 und 6 Promille im Blut erreicht sind, wird es kritisch. Diese Belastung kommt in etwa zustande nach

- ½ bis 1 Liter Hochprozentigem wie Wodka (40 Vol.-%) oder
- 2 bis 4 Liter Wein oder
- 4 bis 8 Liter Bier.

Junge und nicht an Alkohol gewöhnte Menschen sind auch durch kleinere Mengen gefährdet. In der Wirkung schwer einschätzbar ist Hochprozentiges, weil „rasch“ viel Alkohol ins Blut gelangt.

Akute Alkoholvergiftungen sind in Österreich nicht selten, ca. 100 Fälle pro Jahr verlaufen tödlich.

Hinzu kommen Selbstmorde, an Erbrochenem Ersticken, Erfrorene oder Menschen, die Alkohol mit anderen Substanzen (z. B. Tabletten) mischen und daran sterben.

Die meisten Alkohol-Sofortschäden entstehen aber durch Unfälle oder wenn Gewalt dazukommt.

WAS IST ZU TUN, WENN JEMAND IN DEINEM UMFELD ZU VIEL GETRUNKEN HAT?

Schwer betrunkene Jugendliche brauchen Hilfe. Lass sie nicht alleine. Am besten ist es, du bringst sie oder ihn nach Hause. Vorwürfe sind zu diesem Zeitpunkt sinnlos.

Wenn es jemandem psychisch schlecht geht, dann kannst du helfen, zum Beispiel mit Anlehnen-Lassen, Beruhigen oder Zureden. Achte aber darauf, ob sie oder er das auch möchte.

Erste Hilfe bei Kreislaufproblemen, Übelkeit, Erbrechen oder Herzrasen:

- beruhigen,
- hinlegen, Beine hoch lagern,
- Bewusstlose und Schlafende in stabile Seitenlage bringen, sonst droht Erstickungsgefahr,
- ruhige Umgebung schaffen,
- für Frischluft sorgen,
- zudecken, um einer Unterkühlung vorzubeugen,
- Wasser anbieten.

Wenn es dir selbst zu viel wird, such Unterstützung und lass die Person nicht alleine!

Der **Ärztefunkdienst (141)** kann dich beraten und hat Schweigepflicht.

Gefährlich wird es, wenn die oder der Betrunkene vor sich hindämmert oder nicht mehr ansprechbar ist.

Bei Bewusstlosigkeit, Atemstörungen, fehlenden Reflexen (zwicken!) ruf auf jeden Fall sofort die Rettung (144)!

WAS PASSIERT, WENN DU DIE RETTUNG [144] RUFST?

Bei Bewusstlosigkeit, Atemstörungen, fehlenden Reflexen (zwicken!) ruf sofort die Rettung (144).

Jetzt ist ärztliche Hilfe notwendig!

Bei unterlassener Hilfeleistung kannst du dich strafbar machen. Es kann zu Problemen mit der Polizei oder mit dem Gericht kommen.

Bei einer Alkoholvergiftung wird die betroffene Person ins Spital gebracht. Dort wird der Kreislauf unterstützt und Flüssigkeit (Infusion) gegeben.

Die Kosten für den Krankentransport und Spitalsaufenthalt werden in der Regel von der Krankenkasse übernommen. In Ausnahmefällen kann es zu einer Rückverrechnung kommen.

Rechtlich passiert nichts.

Die Polizei wird nicht verständigt, fallweise aber das Jugendamt. Dann meldet sich eine Sozialarbeiterin oder ein Sozialarbeiter bei der Familie der betroffenen Person, um zu beraten und zu klären, ob es Probleme gibt.



WO BEKOMMST DU BERATUNG UND HILFE?

Kostenlose Unterstützung – auch ohne Nennung deines Namens – und Antworten auf alle möglichen Fragen bekommst du bei:

wienXtra-jugendinfo

Babenbergerstraße 1, 1010 Wien
Tel.: 01 4000-84100
jugendinfowien@wienXtra.at
www.jugendinfowien.at
www.facebook.com/jugendinfowien

checkit!

Gumpendorfer Straße 8, 1060 Wien
Tel.: 01 4000-53650
checkit@suchthilfe.at
www.checkyourdrugs.at

Dialog: Integrative Suchtberatung Gudrunstraße

Gudrunstraße 184, 1100 Wien
Tel.: 01 604 11 21
verein@dialog-on.at
www.dialog-on.at

Dialog: Integrative Suchtberatung Wassermannngasse

Wassermannngasse 7, 1210 Wien
Tel.: 01 256 63 63
verein@dialog-on.at
www.dialog-on.at

Für dich da sind außerdem:

Rat auf Draht rund um die Uhr, kostenlos und anonym: 147
oder rataufdraht@orf.at <http://rataufdraht.orf.at/beratung>

die talkbox der MAG ELF: talkbox@ma11.wien.gv.at

die Kinder- und Jugendanwaltschaft Wien –

Tel.: 01 707 70 00
oder post@jugendanwalt.wien.gv.at



WO BEKOMMST DU WEITERE INFORMATIONEN IM INTERNET?

www.partyfit.at

Alle Infos rund um Alkohol und PartyFit! bei Events in Wien mit „FAQ“, „Female Special“ und dem „SaferPartyGuide“ auf Deutsch, Türkisch und Bosnisch-Kroatisch-Serbisch

www.feelok.at

Interaktive Website mit Infos, Spielen, Chatroom und vielem mehr zu den Themen Alkohol, Tabak, Cannabis, Ernährung, Bewegung

www.1-2-free.at

Die Jugendseite von www.praevention.at mit Forum, Referatsunterlagen, Grußkarten und Promille-Kalkulator

www.promille.at

Plattform der Wirtschaftskammer mit detaillierten Infos unter anderem zu Alkohol im Straßenverkehr

www.rauschfaktor.de

Seiten zu vielen Rauscharten mit Geschichten und Bildern

www.mamatrinkt.ch

www.papatrinkt.ch

Du machst dir Sorgen, dass deine Mama oder dein Papa zu viel Alkohol trinken. Auf diesen Seiten findest du viele Informationen zum Thema Alkoholabhängigkeit.

www.api.or.at/akis

Website der Alkohol-Koordinations- und Informationsstelle, gut aufbereitete Sachinfos über die Lage in Österreich

WER SIND WIR?

wienXtra-jugendinfo

Die jugendinfo ist ein Service der Stadt Wien für junge Leute von 13 bis 26 Jahren. Hier gibt's Infos und Beratung zu allen Themen von A bis Z: von Arbeit & Bildung, Beziehung & Sexualität, Freizeit, Sport, Wohnen bis hin zu Förderungen für Projekte und Auslandsaufenthalte. Außerdem gibt es günstige Tickets für Konzerte bei der soundbase in der jugendinfo.

Die Beratung bei Fragen & Problemen ist vertraulich, anonym und kostenlos. Einfach zu den Öffnungszeiten vorbeischaun.

Infos – Beratung – Tickets – EU-Förderungen
Babenbergerstraße 1 / Ecke Burgring, 1010 Wien

Tel.: +43 1 4000-84100

Öffnungszeiten: Mo, Di, Mi 14:00–19:00, Do, Fr, Sa 13:00–18:00

jugendinfowien@wienextra.at

www.jugendinfowien.at

www.facebook.com/jugendinfowien

Institut für Suchtprävention

Das Institut für Suchtprävention (ISP) der Sucht- und Drogenkoordination Wien (SDW) ist die Landesfachstelle für Suchtprävention in Wien und das Kompetenzzentrum für suchtpräventive Aktivitäten.

Aufgabe des ISP ist die Entwicklung, Koordination und Vernetzung der Suchtprävention in Wien. Dies geschieht durch Sensibilisierung für Suchtvorbeugung als gesamtgesellschaftliche Aufgabe. Konkret geht es um die Entwicklung und Umsetzung von Pilot- und Modellprojekten, Vernetzung mit Institutionen und Fachkräften, Weiterentwicklung und Sicherung der Qualität der bestehenden suchtpräventiven Angebote in Wien.

Sucht- und Drogenkoordination Wien gemeinnützige GmbH

Institut für Suchtprävention

Modecenterstraße 14 / Block C / 2. OG, 1030 Wien

Tel.: 01 4000-87320

isp@sd-wien.at

isp.drogenhilfe.at

Impressum:

Medieninhaber und Herausgeber:
Institut für Suchtprävention der Sucht- und
Drogenkoordination Wien gemeinnützige GmbH &
wienXtra-jugendinfo

Für den Inhalt verantwortlich: Dr. Artur Schroers (ISP)

Endredaktion: Dr. Artur Schroers (ISP),
Mag.^a Brigitte Wegscheider (ISP)

Redaktion: Mag.^a Margit Bachschwöll (ISP), Stefan Kühne,
MSc (wienXtra), Mag.^a Brigitte Wegscheider (ISP),
Mag.^a Viki Weißgerber (wienXtra)

Gestaltung: werbeproduktion.at, Bernd Mayer

Druck: Druckerei Walla

Verlags- und Herstellungsort: Wien

5. aktualisierte Auflage

Stand: November 2013



Institut für Suchtprävention
sucht und drogen
koordination wien

Stadt+Wien

WIEN XTRA

www.jugendinfowien.at

JUGEND-
EILDUNG
Stadt+Wien

Alle Angaben ohne Gewähr.