

Alkohol – was wir darüber wissen sollten



Der **Alkohol** ist dem Menschen seit jeher bekannt. Kein anderes Genussmittel erfreut sich seit Jahrtausenden so großer Beliebtheit wie alkoholische Getränke und dies trotz der seit langem bekannten **Gefahren** und **gesundheitlichen Folgen**.

Warum trinken Menschen Alkohol?

Diese Frage ist leicht zu beantworten: In geringen Mengen genossen hat der Alkohol Auswirkungen auf unseren Körper, die wir als **angenehm** empfinden. So beeinflusst Alkohol unsere **Stimmung, Gefühle und unser Verhalten**. Wir fühlen uns leicht, werden mutiger und unsere Stimmung heitert sich auf. Schnell kann jedoch bei übermäßigem Genuss (und dies ist bereits nach 2 Gläsern Wein der Fall!) der Alkohol **ernsthafte körperliche Schäden** hervorrufen. So gelangt der Alkohol über die Blutbahn direkt in den gesamten Körper, wo er als **Nervengift** die Zellen **schädigt**. Besonders unser Gehirn ist davon betroffen. Bei jedem Alkoholrausch sterben **10 Millionen Gehirnzellen** ab!

Wie wirkt Alkohol?

Die Wirkung des Alkohols ist abhängig von der **Menge**, die man zu sich nimmt. Nach nur einem Glas Wein werden **Puls** und **Atmung schneller** und der Geschmacksinn und die Sehfähigkeit gehen etwas zurück. Nach 2 oder 3 Gläsern nehmen das **Erinnerungsvermögen** und die **Reaktionsfähigkeit** schnell ab. Man überschätzt sich. Nach weiterem Alkoholkonsum erhöht sich die Möglichkeit, dass es einem **schlecht wird** und man sich **übergeben** muss. Man ist jetzt stark betrunken. Bei mehr als **3 Promille** werden Atmung und Puls so schwach, dass man **ins Koma fallen** und **sterben** kann.

Zahlen:

Im weltweiten Vergleich in Bezug auf den Konsum von Alkohol liegt Deutschland an der **Spitze**.

Jeder Deutsche nimmt pro Jahr etwa **150 Liter Alkohol** zu sich.

Im Zusammenhang mit Alkohol sterben jährlich ca. **42000 Menschen** in Deutschland (Suchttod, Alkoholvergiftungen, Unfälle durch Alkohol am Steuer, Gewaltverbrechen unter Alkoholeinfluss)

Arbeitsauftrag: Lies dir den Text sorgfältig durch! (Zeit: 3min.)

Erkläre danach im Piazza – Verfahren deinen Gruppenmitgliedern den Inhalt deines Informationstextes!
Kleiner Tipp: Verwende dazu die fett gedruckten Wörter aus dem Text! ☺

Denke daran, dass deine Mitschüler aus der Gruppe auf deine Erklärungen angewiesen sind!

Alkohol – was wir darüber wissen sollten



Der **Alkohol** ist dem Menschen seit jeher bekannt. Kein anderes Genussmittel erfreut sich seit Jahrtausenden so großer Beliebtheit wie alkoholische Getränke und dies trotz der seit langem bekannten **Gefahren** und **Folgen**.

Warum trinken Menschen Alkohol?

Diese Frage ist leicht zu beantworten: In geringen Mengen genossen hat der Alkohol Auswirkungen auf unseren Körper, die wir als **angenehm** empfinden. So beeinflusst Alkohol unsere **Stimmung, Gefühle und unser** **Verhalten**. Wir fühlen uns leicht, werden mutiger und unsere Stimmung heitert sich auf. Schnell kann jedoch bei übermäßigem Genuss (und dies ist bereits nach 2 Gläsern Wein der Fall!) der Alkohol **ernsthafte körperliche** **Schäden** hervorrufen. So gelangt der Alkohol über die Blutbahn direkt in den gesamten Körper, wo er als **Toxin** die Zellen **schädigt**. Besonders unser Gehirn ist davon betroffen. Bei jedem Alkoholrausch sterben **Gehirnzellen** ab!

Wie wirkt Alkohol?

Die Wirkung des Alkohols ist abhängig von der **Menge**, die man zu sich nimmt. Nach nur einem Glas Wein werden **Puls** und **Atmung** **beschleunigt** und der Geschmacksinn und die Sehfähigkeit gehen etwas zurück. Nach 2 oder 3 Gläsern nehmen das **Erinnerungsvermögen** und die **Koordination** schnell ab. Man überschätzt sich. Nach weiterem Alkoholkonsum erhöht sich die Möglichkeit, dass es einem **schlecht** wird und man sich **stützen** muss. Man ist jetzt stark betrunken. Bei mehr als **1 Promille** werden Atmung und Puls so schwach, dass man ins **Koma** fallen und **sterben** kann.

Zahlen:

Im weltweiten Vergleich in Bezug auf den Konsum von Alkohol liegt Deutschland an der **Spitze**.

Jeder Deutsche nimmt pro Jahr etwa **12 Liter** **Alkohol** zu sich.

Im Zusammenhang mit Alkohol sterben jährlich ca. **100.000** **Menschen** in Deutschland (Suchttod, Alkoholvergiftungen, Unfälle durch Alkohol am Steuer, Gewaltverbrechen unter Alkoholeinfluss)

Arbeitsauftrag: Fülle den Lückentext aufgrund der Informationen deiner Mitschüler aus! (Zeit:5min.)

Begriffe zum Einsetzen



Schäden	Nervengift	42000
gesundheitliche	übergeben	sterben
150Liter	schneller	10 Millionen
3	Verhalten	

Begriffe zum Einsetzen



Behinderungen	10 und 14	Jugendschutzgesetzes
Pubertät	100 000	schädlich
Vergiftungen	schädigt	2200
18	unterschätzen	

Alkohol – was wir darüber wissen sollten



Der **Alkohol** ist dem Menschen seit jeher bekannt. Kein anderes Genussmittel erfreut sich seit Jahrtausenden so großer Beliebtheit wie alkoholische Getränke und dies trotz der seit langem bekannten **Gefahren** und **gesundheitliche** Folgen.

Warum trinken Menschen Alkohol?

Diese Frage ist leicht zu beantworten: In geringen Mengen genossen hat der Alkohol Auswirkungen auf unseren Körper, die wir als **angenehm** empfinden. So beeinflusst Alkohol unsere **Stimmung, Gefühle** und unser **Verhalten**. Wir fühlen uns leicht, werden mutiger und unsere Stimmung heitert sich auf. Schnell kann jedoch bei übermäßigem Genuss (und dies ist bereits nach 2 Gläsern Wein der Fall!) der Alkohol **ernsthafte körperliche Schäden** hervorrufen. So gelangt der Alkohol über die Blutbahn direkt in den gesamten Körper, wo er als **Nervengift** die Zellen **schädigt**. Besonders unser Gehirn ist davon betroffen. Bei jedem Alkoholrausch sterben **10 Millionen** **Gehirnzellen** ab!

Wie wirkt Alkohol?

Die Wirkung des Alkohols ist abhängig von der **Menge**, die man zu sich nimmt. Nach nur einem Glas Wein werden **Puls** und **Atmung** **schneller** und der Geschmacksinn und die Sehfähigkeit gehen etwas zurück. Nach 2 oder 3 Gläsern nehmen das **Erinnerungsvermögen** und die **Reaktionsfähigkeit** schnell ab. Man überschätzt sich. Nach weiterem Alkoholkonsum erhöht sich die Möglichkeit, dass es einem **schlecht wird** und man sich **übergeben** muss. Man ist jetzt stark betrunken. Bei mehr als **3 Promille** werden Atmung und Puls so schwach, dass man ins **Koma fallen** und **sterben** kann.

Zahlen:

Im weltweiten Vergleich in Bezug auf den Konsum von Alkohol liegt Deutschland an der **Spitze**.

Jeder Deutsche nimmt pro Jahr etwa **150 Liter** Alkohol zu sich.

Im Zusammenhang mit Alkohol sterben jährlich ca. **42000** Menschen in Deutschland (Suchttod, Alkoholvergiftungen, Unfälle durch Alkohol am Steuer, Gewaltverbrechen unter Alkoholeinfluss).

Alkohol – Kinder & Jugendliche



Schwangerschaft

Bereits für das **ungeborene Kind** im Bauch der Mutter ist Alkohol **sehr schädlich**. Trinkt die Mutter während der Schwangerschaft Alkohol dringt dieser direkt über den Mutterkuchen in den **Blutkreislauf des Embryos** ein und **schädigt** die kleinen **Organe und Nerven**. Es kommt zu **schweren geistigen und körperlichen Behinderungen!** Jährlich werden in Deutschland ca. **2200 alkoholgeschädigte Kinder** geboren.

Kindesalter

Da die Leber (sie ist in unserem Körper für den Abbau von Alkohol zuständig) von Kindern nur bedingt Alkohol abbauen kann, können bereits **geringe Mengen** zu **schweren Vergiftungen** führen. Schon bei **0,5 Promille** (also nach etwa 1 Glas Wein) kann ein Kind **bewusstlos** werden.

Jugendalter

Laut Umfragen trinken die meisten Jugendlichen zwischen **10 und 14 Jahren** das erste Mal Alkohol. Meist noch unter Aufsicht der Eltern, zum Beispiel an Silvester. In der schwierigen Phase der **Pubertät** sind viele Jugendliche besonders anfällig für **Alkoholmissbrauch**. Sie wollen was erleben, dazu gehören, ihren Kummer vergessen oder Hemmungen abbauen. Dabei **unterschätzen** sie meist die **Wirkung von Alkohol** und trinken daher **zu viel**. Da die Entwicklung des Gehirns in diesem Alter noch nicht abgeschlossen ist kann es zu erheblichen Schädigungen kommen. Alkohol wirkt bei Jugendlichen noch **viel stärker und schädigender** als bei Erwachsenen!

In Deutschland sind ca. **100 000** Kinder und Jugendliche **alkoholabhängig!** Obwohl der **Paragraf 9 des Jugendschutzgesetzes** den Verkauf und die Abgabe von alkoholischen Getränken an **Jugendliche unter 16** (Bier, Wein, Sekt) bzw. **unter 18 Jahren** (Schnaps, Alcopops) **verbietet!**

Arbeitsauftrag: Lies dir den Text sorgfältig durch! (Zeit: 3min.)

Erkläre danach im Piazza – Verfahren deinen Gruppenmitgliedern den Inhalt deines Informationstextes!
Kleiner Tipp: Verwende dazu die fett gedruckten Wörter aus dem Text! ☺

Denke daran, dass deine Mitschüler aus der Gruppe auf deine Erklärungen angewiesen sind!

Alkohol – Kinder & Jugendliche



Schwangerschaft

Bereits für das **ungeborene Kind** im Bauch der Mutter ist Alkohol **sehr** _____. Trinkt die Mutter während der Schwangerschaft Alkohol, dringt dieser direkt über den Mutterkuchen in den **Blutkreislauf des Embryos** ein und _____ die kleinen **Organe und Nerven**. Es kommt zu **schweren geistigen und körperlichen** _____. Jährlich werden in Deutschland ca. _____ alkoholgeschädigte Kinder geboren.

Kindesalter

Da die Leber (sie ist in unserem Körper für den Abbau von Alkohol zuständig) von Kindern nur **bedingt** Alkohol abbauen kann, können bereits **geringe Mengen** zu **schweren** _____ führen. Schon bei **0,5 Promille** (also nach etwa 1 Glas Wein) kann ein Kind **bewusstlos** werden.

Jugendalter

Laut Umfragen trinken die meisten Jugendlichen zwischen _____ und _____ **Jahren** das erste Mal Alkohol. Meist noch unter Aufsicht der Eltern, zum Beispiel an Silvester. In der schwierigen Phase der _____ sind viele Jugendliche besonders anfällig für **Alkoholmissbrauch**. Sie wollen was erleben, dazu gehören, ihren Kummer vergessen oder Hemmungen abbauen. Dabei _____ sie meist die **Wirkung von Alkohol** und trinken daher **zu viel**. Da die Entwicklung des Gehirns in diesem Alter noch nicht abgeschlossen ist kann es zu erheblichen Schädigungen kommen. Alkohol wirkt bei Jugendlichen noch **viel stärker und schädigender** als bei Erwachsenen!

In Deutschland sind ca. _____ Kinder und Jugendliche **alkoholabhängig!**

Obwohl der **Paragraf 9** des _____ den Verkauf und die Abgabe von alkoholischen Getränken an **Jugendliche unter 16** (Bier, Wein, Sekt) bzw. **unter** _____ Jahren (Schnaps, Alcopops) **verbietet!**

Alkohol – Kinder & Jugendliche



Schwangerschaft

Bereits für das **ungeborene Kind** im Bauch der Mutter ist Alkohol **sehr schädlich**. Trinkt die Mutter während der Schwangerschaft Alkohol, dringt dieser direkt über den Mutterkuchen in den **Blutkreislauf des Embryos** ein und **schädigt** die kleinen **Organe und Nerven**. Es kommt zu **schweren geistigen und körperlichen Behinderungen**! Jährlich werden in Deutschland ca. **2200** alkoholgeschädigte Kinder geboren.

Kindesalter

Da die Leber (sie ist in unserem Körper für den Abbau von Alkohol zuständig) von Kindern nur bedingt Alkohol abbauen kann, können bereits **geringe Mengen** zu **schweren Vergiftungen** führen. Schon bei **0,5 Promille** (also nach etwa 1 Glas Wein) kann ein Kind **bewusstlos** werden.

Jugendalter

Laut Umfragen trinken die meisten Jugendlichen zwischen **10** und **14** Jahren das erste Mal Alkohol. Meist noch unter Aufsicht der Eltern, zum Beispiel an Silvester. In der schwierigen Phase der **Pubertät** sind viele Jugendliche besonders anfällig für **Alkoholmissbrauch**. Sie wollen was erleben, dazu gehören, ihren Kummer vergessen oder Hemmungen abbauen. Dabei **unterschätzen** sie meist die **Wirkung von Alkohol** und trinken daher **zu viel**. Da die Entwicklung des Gehirns in diesem Alter noch nicht abgeschlossen ist kann es zu erheblichen Schädigungen kommen. Alkohol wirkt bei Jugendlichen noch **viel stärker und schädigender** als bei Erwachsenen!

In Deutschland sind ca. **100 000** Kinder und Jugendliche **alkoholabhängig!**

Obwohl der **Paragraf 9 des Jugendschutzgesetzes** den Verkauf und die Abgabe von alkoholischen Getränken an **Jugendliche unter 16** (Bier, Wein, Sekt) bzw. **unter 18** Jahren (Schnaps, Alcopops) **verbietet!**