

学生の皆さんへ

お酒の飲み方、勧め方に注意してください 急性アルコール中毒、未成年者の飲酒について

2008年4月28日
学生部
保健センター

『アルコールを過剰に摂取すると急性アルコール中毒で死亡することがある』ということは、みなさんすでにご承知のことと思います。にもかかわらず、今年も大学生の不幸な事故が報道されています。

皆さんも、お酒で生命を失わない様にくれぐれも注意してください。「一気飲み」が最も危険であることはもちろんですが、許容量を超える飲酒も大変危険です。適正飲酒の原則を守るよう注意してください。

また、未成年者の飲酒は、未成年者飲酒禁止法という法律によって禁止されています。未成年者に飲酒を勧めることは絶対にやめてください。

なお、急性アルコール中毒が万一発生した場合には、適切に対処して救命に努めることが大切です。下記対処法をご確認ください。

泥酔者の対処法

絶対に一人にしない 様子を観察する 状態が悪ければ救急車を呼ぶ
衣服を緩めて楽にする
体温の低下を防ぐため、毛布などをかけて暖かくする
吐物で窒息するのを防ぐため、横向きで寝かせる
吐きそうになったら、抱き起こさずに横向きの状態で吐かせる

適正飲酒の10ヶ条

アルコール健康医学協会

1. 笑いながら、共に楽しく飲もう
2. 自分のペースでゆっくりと
3. 食べながら飲む習慣を
4. 自分の適量にとどめよう
5. 週に二日は休肝日を
6. 人に酒の無理強いをしない
7. くすりと一緒には飲まない
8. 強いアルコール飲料は薄めて
9. 遅くても夜12時で切り上げよう
10. 肝臓などの定期検査を

こんなときはすぐに救急車を呼ぼう

大イビキをかいて、ギョツとつねっても全く反応がない。
倒れて口からあわをふいている。
体温が下がって全身が冷たい。
呼吸が異常に速くて浅い、または、異常にゆっくりで、時々しか息をしない。
大量の血を吐いた。



以上