

飲酒について

この季節に機会の増す“飲酒”についてお話しします。

＜お酒を飲むと、なぜ酔うの？＞

飲んだアルコールの一部が血液を通して脳にいき、酔った状態になります。

＜一気飲みは、どうして危険なの？＞

お酒を短時間に大量に摂ると、血液中のアルコール濃度が急激に上昇し急性アルコール中毒の危険性が高まります。最悪の場合、死に至る可能性もあります。

＜アル・ハラって？＞

飲酒の強要やお酒に関する人権侵害のことをアルコール・ハラスメントと言います。「会社の上下関係などを利用して一気飲みや飲酒を強要すること」や「お酒の席を理由に迷惑行為を行うこと」などが該当します。

その他にも未成年者の飲酒や飲酒運転も大変危険な行為です。重大な事故に繋がる可能性が高いので絶対に止めましょう。

適量の飲酒は「酒は百薬の長」と言われるように様々な効用があります。しかし飲み方を誤ると大変危険なものに変わります。これから年末年始に掛け、飲酒の機会が増えることと思います。節度をもってくれぐれも飲み過ぎず、お酒と楽しく付き合ってください。

看護師