



ПОТРЕБЛЕНИЕ АЛКОГОЛЯ - ВСЕГДА РИСК!

НЕЗНАЧИТЕЛЬНОЕ ОПЬЯНЕНИЕ

УРОВЕНЬ АЛКОГОЛЯ В КРОВИ 0,3 - 0,5 ПРОМИЛЛЕ

- происходит выброс эндорфинов - наступает состояние эйфории
- в погоне за продолжением банкета организм требует новую дозу спиртного
- утром может повыситься артериальное давление

ЛЁГКОЕ ОПЬЯНЕНИЕ

УРОВЕНЬ АЛКОГОЛЯ В КРОВИ: ОКОЛО 0,5 - 1,5 ПРОМИЛЛЕ

- падает качество сна - утром будете чувствовать себя разбитым
- ухудшается координация

СРЕДНЕЕ ОПЬЯНЕНИЕ

УРОВЕНЬ АЛКОГОЛЯ В КРОВИ: ОКОЛО 1,5 - 2,5 ПРОМИЛЛЕ

- утром может быть сильное похмелье, отёк лица, головная боль и тошнота
- повышается болевой порог - можно не сразу заметить травму
- головокружение и шаткая походка
- повышается раздражительность

СИЛЬНОЕ ОПЬЯНЕНИЕ

УРОВЕНЬ АЛКОГОЛЯ В КРОВИ: ОКОЛО 2,5 - 3 ПРОМИЛЛЕ

- во время ходьбы походка становится неустойчивой
- начинается тошнота, рвота и головокружение
- можно потерять сознание
- наутро возможно сильное похмелье с потерей памяти

СИЛЬНОЕ АЛКОГОЛЬНОЕ ОТРАВЛЕНИЕ

- может сопровождаться полным отключением сознания
- появляется тошнота и рвота
- возможно непроизвольное мочеиспускание и дефекация
- нужно срочно обратиться за профессиональной помощью - высокая доза алкоголя может привести к коме или даже смерти



**ЗАПОМНИТЕ!
БЕЗОПАСНЫЙ ГРАДУС**

= Н  ЛЬ