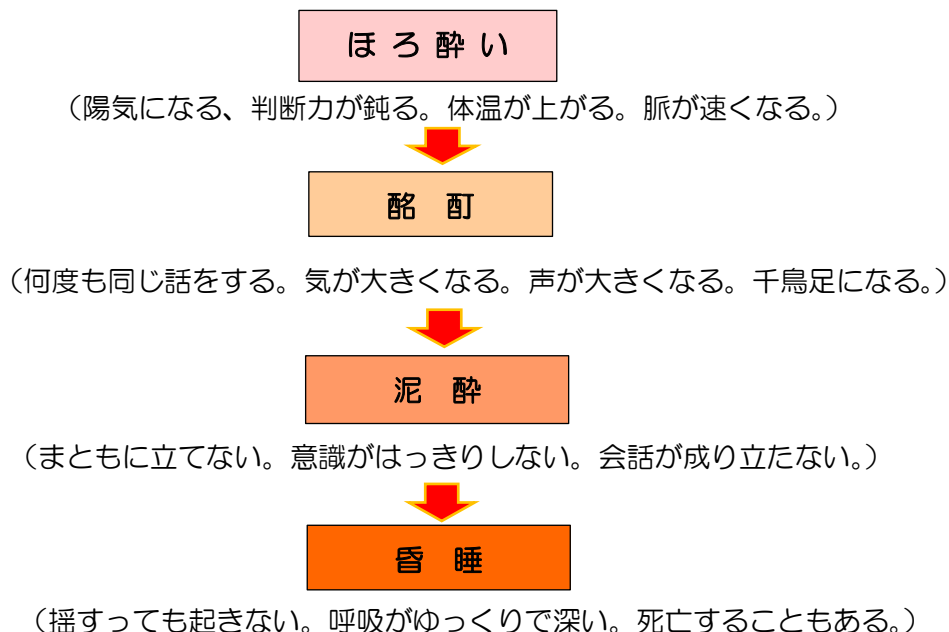


# 飲 酒

## 1. 酔いには4つの段階があります。



## 2. 急性アルコール中毒

短時間の多量の飲酒により意識レベルが低下し、嘔吐、呼吸状態が悪化して危険な状態になります。若者ではイッキ飲みにより急性アルコール中毒を起こし、死に至るケースも報告されています。友人、知人がアルコール中毒を疑われる症状があるときは以下の対応を心がけましょう。

- 酔いつぶれた人を絶対に一人にしない！
- 寝かせるときは横向きで！
- おかしいと思ったらためらわずに救急車を！

## 3. 未成年者の飲酒は危険！

若者の飲酒と最も関連の深い疾患として、急性アルコール中毒、アルコール依存症があります。若者に急性アルコール中毒が多い理由として「脳がアルコールに慣れていない」「危険な飲み方を好む」などが考えられます。また、アルコール依存症は基本的に中高年の病気ですが、これも青年期の飲酒が深く関わってきます。15才以下からお酒を飲み始めた場合、21才以上からお酒を飲み始めた場合と比べ、3倍以上アルコール依存症になる確率が上がるという調査が報告されています。

未成年者の飲酒は**法律で禁止（未成年飲酒禁止法）**されています

## 4. アルハラをしない！！

アルハラは、アルコールハラスメントの略です。飲酒に関連した人権侵害です、時には命を奪うこともあります。

アルハラの5大定義です。



- 飲酒の強要
- 意図的な酔いつぶし
- イッキ飲ませ
- 飲めない人への配慮を欠くこと
- 酔ったうえでの迷惑行為

出典・「若いときから知っておくべきお酒のこと」 福岡県  
若い世代向け適正飲酒ガイドブック作成委員会平成29年2月作成  
・真栄里 仁、若者の飲酒と健康、事件、事故  
<https://www.e-healthnet.mhlw.go.jp/information/alcohol/a-04-002.html>  
eヘルスネット厚生労働省（2020/07/20）