

zbog većeg  
samopouzdanja i  
lakšeg  
upoznavanja ili  
stupanja u  
emotivne veze

jer misle da  
je to  
normalan  
proces  
odrastanja

zbog slabe  
roditeljske  
kontrola

zbog  
zabave,  
da se  
opuste

iz  
dosade

da  
zaborave  
na  
probleme

ne misle da bi  
mogli naškoditi  
svojem zdravlju  
ili postati ovisni

da se uklope u  
društvo  
vršnjaka i  
osjećaju  
prihvaćenima

## ZAŠTO mladi piju?



## Služba za mentalno zdravlje i prevenciju ovisnosti

☎ 01/ 646 83 40

📍 Hirčeva 1

☎ 01/ 383 00 88

📍 Remetinečki gaj 14


☎ 01/ 383 00 66

📍 Mirogojska cesta 11

Ako primijetite da je dijete više puta  
došlo kući pod utjecajem alkohola, a  
osobito ako je hospitalizirano zbog  
trovanja alkoholom, odmah potražite  
stručnu pomoć!



# SOS: MLADI I ALKOHOL

 NASTAVNI ZAVOD ZA  
JAVNO ZDRAVSTVO  
DR. ANDRIJA ŠTAMPAR

*Stvaramo zdraviju budućnost*

## Jeste li znali?

42% učenika je prvi put pilo alkohol s 13 godina ili ranije

mladi izjavljuju da alkohol mogu nabaviti bez ikakvih problema

većina šesnaestogodišnjaka u Hrvatskoj je u životu pila alkohol, podjednako mladići i djevojke

## Roditeljske zablude

- ✓ svi mladi piju
- ✓ to je samo mladenački hir
- ✓ ima dobre ocjene, mora se ponekad opustiti
- ✓ nije problem ako pije samo vikendom
- ✓ nema potrebe za stručnom pomoći

Obratite pažnju na to s kim se dijete druži i kako provodi vrijeme, svakako razgovarajte s djetetom

Najučinkovitije je ako ste vlastitim odgovornim ponašanjem sami svom djetetu pozitivan primjer i uzor.

## Što roditelj treba učiniti?

Važno je postaviti jasna i dosljedna pravila da je konzumiranje alkohola neprihvatljivo.

## Znakovi i posljedice zlorabe alkohola

- promjene raspoloženja, razdražljivost
- pad školskog uspjeha, problemi u ponašanju
- bunt protiv obiteljskih pravila
- promjena kruga prijatelja
- neuredan izgled, nedostatak uključenosti u ranije interese
- gubitak pamćenja, slaba koncentracija, krvave oči, nedostatak koordinacije ili nerazgovijetan govor
- loš zadah, pronalaženje praznih boca od pića, nestajanje alkoholnih pića iz kuće
- veći broj prometnih nesreća
- povećan rizik za vršnjačko i ulično nasilje uzorkovano akutnim pijanim stanjem

## POJMOVNIK

### AKUTNA INTOKSIKACIJA ALKOHOLOM



stanje povezano s ispijanjem previše alkohola u kratkom vremenu. Zove se i trovanje alkoholom. Mogu ju doživjeti mladi jednako kao i odrasle osobe.

### EKSCESIVNO PIJENJE („BINGE DRINKING“)



sve popularniji način pijenja kod mladih, ispijanje veće količine alkohola u vrlo kratkom vremenu s ciljem što bržeg opijanja i postizanja efekta alkohola, najviše je prisutan kod mladih u dobi 16-24 godine