

A kevésbé kockázatos alkoholfogyasztás határai

Egészséges felnőttek alkalmazhatják

Nem javasolt: gyerekek és serdülők, várandós és szoptató anyák, hivatásos vezetők, betegek számára ...

WWW.SOPA.si



Nem több mint

2 mértékegység / naponta

Nem több mint

14 mértékegység / hetente*

Egy alkalomkor nem több mint 5 mértékegység



Nem több mint 1 mértékegység / naponta

Nem több mint 7 mértékegység / hetente*

Non oltre 3 bicchierini per occasione

Egy alkalomkor nem több mint 3 mértékegység



Az alkoholos ital standard mértékegysége

* A felsorolt mennyiségek mellett legalább egy nap a hétben alkoholfogyasztás nélkül teljen.

Minden évben **650 személy** hal meg. A szlovének közel fele túl sok alkoholt fogyaszt.

Minden évben 650 személy hal meg. A szlovének közel fele túl sok alkoholt fogyaszt.

NIJZ Nacionalni inštitut
za javno zdravje

SOPA Slovenski
odgovorni
inštitut za
alkohol

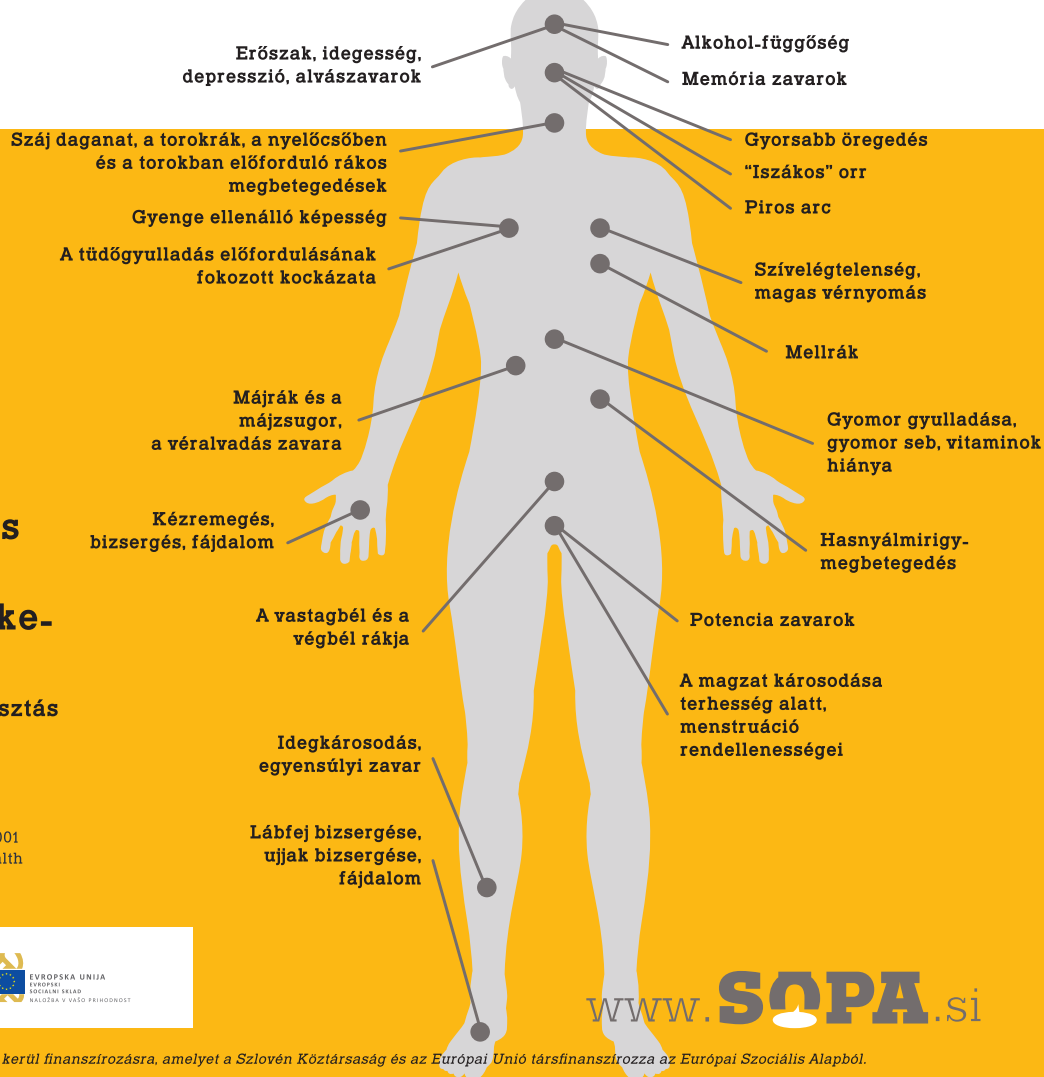
EVROPSKA UNIJA
EVROPSKI
SOCIALNI SKLAD
NAKUPNA VARNOST
PRIDONOST

Az túlzott alkohol-fogyasztás káros hatással van a testünkre

Mi a helyzet a mentális egészséggel, a családi problémákkal, a közlekedési balesetekkel, ...?

Amennyiben a túlzott alkoholfogyasztás abbahagyásához támogatásra van, szüksége forduljon a választott háziorvosához.

Testreszabott* Babor TF et al. AUDIT. Geneve: who, 2001
/ * WHO, 2014: Global status report on alcohol and health



NIJZ Nacionalni inštitut
za javno zdravje

SOPA Slovenski
inštitut
za preprečevanje
in zdravljenje
alkoholizma

EVROPSKA UNIJA
EVROPSKI
SOCIALNI SKLAD
NARODNA VIŠJA REŠENOST

WWW.SOPA.si