

ВИКТОРИНА

Отговорете на въпросите, за да разберете колко наистина знаете за алкохола и неговата консумация.

Въпрос 1: Защо алкохолът влияе различно на мъжете и жените?

- а) Черният дроб разгражда алкохола по-бързо при мъжете, отколкото при жените.
- б) Женските тела обичайно са с по-малка маса и имат по-малко вода в тялото, така че съдържанието на алкохол в тях се повишава по-бързо.
- в) Стомасите на мъжете са с по-голям обем, затова алкохолът се абсорбира по-бавно.

Въпрос 2: Препоръчително е бременните жени да НЕ пият алкохол. Защо?

- а) Неродените бебета се напиват много бързо.
- б) Алкохолът може да навреди на физическото развитие на неродено бебе.
- в) Алкохолът и околоплодната течност не се смесват.

Въпрос 3: Кога пълнолетните трябва да избягват употребата на алкохол?

- а) Ако работят с машини или на височина.
- б) Ако са над 40 години.
- в) Ако ще ги возят в кола.

Въпрос 4: Кое съдържа повече алкохолни единици – стандартна напика бира (500 мл) или стандартна напитка уиски/ракия (40 мл)?

- а) Чаша с бира
- б) Чаша с уиски/ракия
- в) И двете съдържат едно и също количество алкохол.

Въпрос 5: Защо алкохолът и шофирането не бива да се комбинират?

- а) Защото алкохолът има отрицателен ефект върху координацията, възприятието и преценката.

- б) Тъй като има предвидени глоби, отнемат се контролни точки и шофьорската книжка.

- в) Защото има опасност човек да разбие колата си или да нарани някого.

Въпрос 6: Какъв е препоръчителният максимален прием на алкохол на ден за здрави, пълнолетни мъже и жени? (за сведение: 1 напитка съдържа 1 алк. единица или 8 грама чист етанол)?

- а) Едно и също за мъже и жени, 14 напитки
- б) За мъже - 16 алк. единици (2 напитки), жени - 10 алк. единици (1 напитка)
- в) Колкото пожелае този, който консумира

Въпрос 7: По-голямата част от алкохола, който е изпит, се разгражда от черния дроб. Колко време отнема черният дроб да разгради една единица алкохол (8 грама)?

- а) Половин час
- б) Около час
- в) Горедолу същото количество време, за което е изпит

Въпрос 8: Кой е най-добрият начин да се победи махмурлукът?

- а) Да се пие вода – това хидратира тялото, но не решава изцяло ситуацията.
- б) Взимане на студен душ – от него кръвта се движи по-бързо по тялото.
- в) Изпиване на едно силно кафе – това кара сърцето да помпа по-бързо, за да се освободи от алкохола.

Въпрос 9: Ефектът на алкохола е различен за различните хора. От какво зависи това?

- а) Генетика, особености на тялото и здравословен начин на живот.
- б) Колко здрав стомах има пиещият.
- в) От това колко е жаден пиещият.

Въпрос 10: *Кой е най-често срещаният риск, свързан с консумацията на алкохол от млади хора?*

- а) Получаване на чернодробно заболяване, като цироза или рак
- б) Отслабване
- в) Петна по лицето, обрив
- г) Изпадане в кома
- д) Попадане в злополука

Въпрос 11: *Какво е безопасното количество алкохол за консумация под 18 години?*

- а) Една напитка
- б) Две напитки
- в) Четири напитки
- г) Няма безопасно количество

Въпрос 12: *Върху какво влияе алкохолът?*

- а) Човешкото тяло.
- б) Правилната преценка.

- в) Поведението.
- г) Личността.
- д) Правилното възприятие.

Въпрос 13: *Какъв е броят на младежи 11-15г., които употребяват и които не употребяват алкохол?*

- а) 1 от 10
- б) 2 от 10
- в) 5 от 10
- г) 8 от 10
- д) Почти всички употребяват.

Въпрос 14: *На колко години трябва да сте, за да може законно да купувате алкохол от ресторант, бар, или от магазин в България?*

- а) На 16 години
- б) На 18 години
- в) На 21 години