

Picie alkoholu przez młodzież szkolną stanowi zagrożenie dla jej zdrowia i prawidłowego rozwoju. Dzieci i młodzież są bardziej narażone na toksyczne działanie alkoholu, który wpływa m.in. na funkcjonowanie organizmu, emocje, zachowanie, sprawność ruchową i zdolność racjonalnego podejmowania decyzji.

Spożywanie alkoholu może łączyć się z paleniem tytoniu, używaniem narkotyków i leków oraz innymi niebezpiecznymi zachowaniami. Może prowadzić do agresji i bójek, podejmowania niepotrzebnego ryzyka, przypadkowych kontaktów seksualnych, a nawet popełniania przestępstw.

Według Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) alkohol jest jednym z najważniejszych czynników ryzyka przedwczesnej śmierci i niepełnosprawności wśród osób w wieku od 20 do 39 lat. Odpowiada za około 13 proc. wszystkich zgonów w tej grupie wiekowej.

Alkohol szybko przedostaje się z przewodu pokarmowego do krwioobiegu, a następnie dociera do mózgu. Efekty jego obecności w organizmie pojawiają się już 10 minut po wypiciu pierwszej dawki. Może powodować przyspieszenie czynności serca, rozszerzenie naczyń krwionośnych i wzrost ciśnienia. Wypicie dużej ilości może doprowadzić do spowolnienia, a nawet zatrzymania oddechu.

Zmiany dotyczą również emocji i zachowania. Alkohol może nasilać rozdrażnienie i złość oraz prowadzić do zachowań impulsywnych i agresywnych. Osoba pijąca może stać się bardziej pewna siebie i rozmowna, a nadmierne rozluźnienie może sprzyjać kłótniom, bójkom i brawurze. Przy silnym upojeniu pojawiają się problemy z utrzymaniem równowagi, spowolnienie i niezdarność ruchów oraz zaburzenia mowy.

Nawet niewielka dawka alkoholu pogarsza odbiór wrażeń zmysłowych i wydłuża czas reakcji. Większe dawki mogą wyraźnie obniżyć zdolność szybkiego reagowania. Dochodzi także do upośledzenia logicznego myślenia, krytycznej oceny sytuacji i zdolności podejmowania racjonalnych decyzji.

Spożywanie alkoholu wiąże się również z ryzykiem wypadków, utonień, urazów, poważnych zatruc i śmiertelnego przedawkowania. Osoba pod jego wpływem może stać się sprawcą wykroczenia, ale także doświadczyć agresji i przemocy, w tym przemocy seksualnej. Konsekwencjami mogą być ponadto konflikty z otoczeniem, problemy z wywiązywaniem się z obowiązków, obniżenie sprawności intelektualnej, pogorszenie wyników w nauce i ograniczenie aspiracji życiowych.

Istotną rolę w przeciwdziałaniu sięganiu po alkohol przez młodzież odgrywają rodzice i najbliżsi, którzy są dla dzieci wzorem zachowań i mogą zapewniać im wsparcie. Ważne jest sprawdzanie, gdzie i z kim dziecko spędza czas, a także wprowadzanie jasnych zasad dotyczących niesięgania przez nastolatków po substancje psychoaktywne. Dotyczy to m.in. nieczęstowania dzieci alkoholem oraz niewsiadania do samochodu, jeżeli kierowca pił alkohol.

Podstawową metodą leczenia uzależnienia od alkoholu jest psychoterapia indywidualna i grupowa. Pomoc można uzyskać także w punktach konsultacyjnych, telefonach zaufania, stowarzyszeniach i klubach abstynenckich oraz wspólnotach anonimowych alkoholików. O pomoc można również zwrócić się do lekarza podstawowej opieki zdrowotnej. Osoby uzależnione od alkoholu i narkotyków mają prawo do świadczeń zdrowotnych finansowanych przez NFZ w zakresie leczenia odwykowego.

Pomocy można szukać m.in. w Krajowym Centrum Przeciwdziałania Uzależnieniom oraz poradniach

Alkohol zagrożeniem dla zdrowia i rozwoju młodzieży

Kategoria: Polityka Zdrowotna

Opublikowano: wtorek, 22, wrzesień 2026 12:42

Ewelina Kocemba

Odsłony: 82

leczenia uzależnień od alkoholu. Dostępne są również telefony pomocowe: „Pomarańczowa Linia” pod numerem 801 140 068, Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia” pod numerem 800 120 002 oraz Ogólnopolski Telefon Zaufania Uzależnienia pod numerem 800 199 990, czynny codziennie w godz. 16:00–21:00.

Źródło: pacjent.gov.pl