



BUREAU ALCOHOL & DRUGS INCIDENTEN

KAARTJE VOOR JE MAATJE: CARNAVAL & ALCOHOLVERGIFTIGING

Tijdens carnaval wordt er alcohol gedronken. Daar is niets mis mee als je er maar verantwoordelijk mee om gaat. Soms gaat het verkeerd en weet jij dan wat je moet doen? In dit "KAARTJE VOOR JE MAATJE" geven we preventieve tips en zorgtips wat je moet doen als het echt verkeerd gaat of dreigt te gaan.

Alcoholvergiftiging kent diverse fases. Fase 1, start je met drinken en krijg je een ontspannen gevoel. Fase 2 ga je wat luider praten en heb je lichte oordeel en/of kritiek. In fase 3 begint het gevaar. Je denkt dat je meer kan en je durft meer aan. Hierdoor kunnen letsels ontstaan. Niemand kan je verslaan, je bent de beste en de sterkste! Ook zijn je waarnemingen minder en praat je met dubbele tong en/of onsamenhangend. Met de slingerende gang is fase 3 compleet. Fase 4 kan echt levensbedreigend zijn. Vitale functies werken vertraagd, doordat de alcohol deze hersendelen verdoofd. Dit kan zelfs leiden tot een adem- en/of hartstilstand.

PREVENTIETIPS:

- **Ga goed warm gekleed!** Alcohol verwijdt de bloedvaten waardoor je snel onderkoeld kan raken! Carnavalskleding is gemaakt voor de show, niet voor de warmte!
- **Doe de drankwissel!** Alcohol heeft een vochtafdrijvend effect. Wissel een glas alcohol af met een glas water of fris. Dat voorkomt de kater.
- **Dat doet hij anders nooit hoor!** Merk je dat je maatje gedrag vertoont wat kenmerkend is voor fase 3, probeer hem dan te laten stoppen met het drinken van alcohol.
- **Maatje 0,0!** Spreek goed af welk maatje er nuchter blijft en overzicht houdt. Dit maatje kan waardevolle informatie geven aan de zorgverleners tijdens een gezondheidsverstoring.
- **Ziek of Bek af?** Sla je drankje af!
- **Geen Koffie!** Koffie versterkt de effecten van alcohol! Hierdoor kan je maatje gaan verslechteren.

ZORG:

- Dreigt je maatje het bewustzijn te verliezen, probeer deze dan wakker te houden en schakel hulp in!
- Als je maatje het bewustzijn heeft verloren, spreek hem luid en duidelijk aan. Schud daarbij aan zijn schouders. **GEEN REACTIE = 112 & Volg de aanwijzingen op!**
- Lig je maatje op de buik, draai hem/haar op de rug.
- Plaats je maatje bij voorkeur in de stabiele zijligging, in ieder geval op zijn zij!
- Bescherm je maatje tegen de kou! Leg een jas/of een deken over je maatje en als het mogelijk is ook onder je maatje.
- Heeft je maatje gebraakt, zorg dat de mond schoon wordt en blijft! Je maatje kan stikken in het braaksel!

Bureau Alcohol & Drugs incidenten

Training - Onderzoek - Voortlichting

Hans Agterberg
Hoofd Trainer/Instructeur

M 06 24 64 29 29
E info@acutezorgalcoholdrugsincidenten.nl

Karnweide 19, 3437 XC Nieuwegein, T 030 88 88 849
acutezorgalcoholdrugsincidenten.nl



Bureau Alcohol & Drugs incidenten is gecertificeerd voor het geven van onderstaande opleidingen.



Kijk voor alle mogelijkheden op acutezorgalcoholdrugsincidenten.nl