

CHALLENGE JUGENDLICHE-ERWACHSENE ! WER KENNT DAS THEMA SUCHT AM BESTEN?

Nehmt am Quiz teil !

Adrien :

- *Was ist Nomophobie ?*
- *Kann man auch abhängig werden, wenn man keine Substanzen konsumiert ?*

Jordan :

- *vielen Packungen Zigaretten entspricht eine Shisha ?*
- *Wie oft werden Jugendliche pro Tag durchschnittlich mit Tabakwerbung konfrontiert (ohne Internet) ?*

Lyse :

- *Kann es zu einer Alkoholvergiftung kommen, wenn man nur Bier trinkt ?*
- *Wie sollte man reagieren, wenn jemand eine Alkoholvergiftung hat ?*

Lisa

- *An welche Hotline (Telefonnummer) können sich Jugendliche in schwierigen Situationen wenden ?*
- *Was bedeutet der Begriff «Co-Abhängigkeit» ?*

Antworten auf : www.escape-addict.ch

Adrien :

Was ist Nomophobie ?

Nomophobie bezeichnet die übermässige Angst, ohne Handy nicht erreichbar zu sein. Das Wort Nomophobie setzt sich aus den Begriffen « No-Mobile » (ohne Handy) und « Phobie » (Angst) zusammen.

Kann man auch abhängig werden, wenn man keine Substanzen konsumiert ?

Ja, wenn trotz negativen Folgen (z.B. Leistungsverlust, Isolation usw.) nicht mehr auf ein bestimmtes Verhalten verzichtet werden kann. Dies wird als psychische Abhängigkeit bezeichnet.

Jordan :

Wie vielen Packungen Zigaretten entspricht eine Shisha ?

Eine Shisha entspricht zwei Packungen Zigaretten. Der Duft und die Gerüche führen oft dazu, dass der Konsum alltäglich wird. Entgegen der weitläufigen Meinung filtert das Wasser aber nicht den vorhandenen Teer und die Schadstoffe des Rauchs, von denen grosse Mengen enthalten sind. Das Rauchen einer Shisha ist auch zeitintensiver als der Zigarettenkonsum und dauert bis zu einer Dreiviertelstunde. Da der Rauch abgekühlt ist, wird er tiefer inhaliert und der Nikotingehalt erhöht das Abhängigkeitsrisiko.

Wie oft werden Jugendliche pro Tag durchschnittlich mit Tabakwerbung konfrontiert (ohne Internet) ?

Im Durchschnitt werden junge Erwachsene bis zu 25 Mal bewusst und unbewusst mit Tabakwerbung konfrontiert – abgesehen von der zunehmenden Beeinflussung über das Internet! Junge Menschen sind die Zielgruppe der Tabakindustrie, da mit zunehmendem Alter die Wahrscheinlichkeit, ein/e RaucherIn zu werden, sinkt. Tabakwaren und –werbungen befinden sich meist in der Nähe von Süssigkeiten auf Augenhöhe jüngerer Kinder. Zudem sponsort die Tabakindustrie auch verschiedene Veranstaltungen und verteilt trendige Gadgets (Geschenke) an junge Menschen.

Lyse :

Kann es zu einer Alkoholvergiftung kommen, wenn man nur Bier trinkt ?

Ja, denn unabhängig von der Art des alkoholischen Getränks geht es um die aufgenommene Menge an Alkohol, die zu einer Alkoholvergiftung führen kann. Die untenstehenden Gläser enthalten die gleiche Menge an reinem Alkohol (Ethanol), zirka 10 Gramm, und werden als Standardglas bezeichnet.

Comment agir lorsqu'on est témoin d'un coma éthylique ? / Wie sollte man reagieren, wenn jemand eine Alkoholvergiftung hat ?

Eine Alkoholvergiftung ist eine ernstzunehmende Situation. Falls die Person nicht reagiert, kann es sein, dass sie sich in einem Koma befindet. Daher :

1. Die Person in eine stabile Seitenlage bringen, dadurch kann Erstickten durch Erbrechen verhindert werden
2. Rettungsdienst alarmieren (144)
3. In der Nähe bleiben und die Person zudecken, damit keine Unterkühlung droht

Eine Alkoholvergiftung kann zu Hirnschäden führen. Je häufiger solche Situationen auftreten, desto grösser ist das Risiko der Folgeschäden.

Lisa :

An welche Hotline (Telefonnummer) können sich Jugendliche in schwierigen Situationen wenden ?

147. Diese Nummer ist kostenlos und vertraulich.

Was bedeutet der Begriff «Co-Abhängigkeit» ?

Versucht eine nahestehende Person, einen abhängigen Menschen zu schützen, in dem er z.B. deren Aufgaben übernimmt, für ihn lügt und sich vor anderen für ihn entschuldigt, spricht man von Co-Abhängigkeit. Dieses Verhalten wirkt sich auf das Leben der nahestehenden Person aus und wird oft von negativen Gefühlen (Scham, Traurigkeit, Erschöpfung usw.) begleitet. Auch für Nahestehende gibt es Hilfe : suchtwallis.ch, papatrinkt.ch/mamatrinkt.ch, feel-ok.ch, Hotline 147 usw.