

# 8 JEL, AMI AZT MUTATJA, HOGY ÖNNEK ALKOHOLPROBLÉMÁJA LEHET

HA LEGALÁBB KÉT KÉRDÉSRE IGENNEL VÁLASZOL ENYHE, HATNÁL TÖBB IGEN VÁLASZ ESETÉN SÚLYOS ALKOHOLPROBLÉMÁJA LEHET!



Alkalmanként több alkoholt fogyaszt és hosszabb ideig, mint ahogyan tervezte?



Többször próbálta már csökkenteni az alkoholfogyasztását sikertelenül?



Előfordul, hogy a napjai jelentős részét ivással tölti?



Az alkohol miatt elhanyagolja mindennapi feladatait, a családját, vagy a munkáját?



Annak ellenére is iszik, hogy ez már nyilvánvaló testi, lelki, társas és anyagi problémákat okoz?



Akkor is fogyaszt alkoholt, ha tudja, hogy kockázatos, pl. autóvezetés, vagy munkavégzés előtt?



Egyre több alkohol szükséges ahhoz, hogy a kívánt hatást elérje?



Ha abbahagyja az alkoholfogyasztást, remeg a keze, izzad, fáj a feje, szorong vagy érzékcsalódásokat tapasztal?

Az alkohol káros hatásait nemcsak akkor fejti ki, ha részeg, már kevesebb mennyiség is elegendő!

Legyen őszinte magával! A fenti jelek előfordulása esetén kérjen segítséget az alábbi elérhetőségek egyikén, ahol a problémáját bizalmasan fogják kezelni.



**AZ ALKOHOLBETEGSÉG GYÓGYÍTHATÓ!**



Egészségügyi Ellátórendszer  
Szakmai Módszertani Fejlesztése  
EFOP-1.8.0-VEKOP-17-2017-00001

**SZÉCHENYI** 2020



MAGYARORSZÁG  
KORMÁNYA

Európai Unió  
Európai Szociális  
Alap



**BEFEKTETÉS A JÖVŐBE**