

# 暮らしに役立つ

西広島

## 医療情報

④8

急性アルコール中毒と量は比例し、誰でも陥る危険性があります。

は、短時間に多量のアルコール飲料（お酒類）を飲んだために、通常の酔った状態をこえて、運動失調や意識障害、さらには昏睡、呼吸抑制、血圧低下といった状態が起きることです。重症の場合には死亡することも多く、決して軽視できません。

一般的にお酒に強い人とか弱い人とか言いますが、急性アルコール中毒の発生は、このお酒に強いか弱いかは関係ありません。あくまでも血中のアルコール濃度、つまり飲んだアルコールの

量に比例し、誰でも陥る危険性があります。

飲み始めてから1時間以内に、泥酔状態（立つことができない等）になった場合、および酒量として1時間に日本酒で1升、ビール

で10本、ウイスキーでボトル1本程度飲んだ場合は、急性アルコール中毒の危険性が極めて大きくなります。

予防治法としては次の3点が挙げられます。(1) 飲み始めの30分程度は、意識的にゆっくり飲む。(2)

空腹時はアルコールの吸収が早まるので、アルコールの吸収を遅らせる、蛋白質や脂肪分を含んだおつまみを食べながら飲酒すること。(3) 一気飲みは絶対にしないこと。他人にも強要しないこと。お酒の強さには大きな個人差があるので、各人のペースで飲んでください。

酔いつぶれた人を介抱する時は次のようにします。

(1) 一人にしないで、注意深く観察する。衣服を緩めて楽にする。毛布をかけるなど体温の低下を防ぐ。

(2) 吐いた物による窒息を防ぐために、横向きに寝かせる。吐きそうになったら、抱き起さずに横向きに

の状態です。吐かせる。応急処置の目的で、無理に吐かせることは絶対にしない。

酔いつぶれた人が次のような状態になった時は、一刻も早く救急車を呼んでください。(1) つねったり背中をたたいたり、名前を呼んでも反応しない。(2) 呼吸がおかしい。(3) 脈が分かりにくい。

### 急性アルコール中毒

予防治法としては次の3点が挙げられます。(1) 飲み始めの30分程度は、意識的にゆっくり飲む。(2) 吐いた物による窒息を防ぐために、横向きに寝かせる。吐きそうになったら、抱き起さずに横向きに

(廿日市市佐伯地区医師会 もりもと医院 森本 哲雄)

※休日受付医院は4面「今週のお知らせ」コーナーに掲載。

