



Arbeitsblatt

ALKOHOL-QUIZ

Was weißt du über das Thema Alkohol? Finde es heraus!
Je mehr du weißt, desto mehr Punkte sammelst du!

feelok.de/alkohol-quiz/



Was ist die Bezeichnung für reinen Alkohol?

- Aceton
- Ethanol
- Phenylamin

Was hat mehr Alkohol? Eine Flasche Bier, ein Glas Wein oder ein Gläschen Schnaps (Standardglas)?

- Alle enthalten gleich viel reinen Alkohol
- Das Gläschen Schnaps
- Die Flasche Bier

Wie lange hast du Alkohol im Blut, nachdem du ein Bier getrunken hast?

- Eine halbe Stunde
- Etwa zwei Stunden
- Es kommt auf die Gewöhnung an

Wie viel Alkohol baut der Körper pro Stunde ab?

- 1.0 Promille
- 0.5 Promille
- 0.15 Promille

Wie wird Alkohol abgebaut?

- Vorwiegend durch Schwitzen
- Vorwiegend über die Leber
- Vorwiegend durch die Niere



Baden-Württemberg

MINISTERIUM FÜR SOZIALES, GESUNDHEIT UND INTEGRATION

Wie steht es mit Alkohol und Sex?

- Alkohol spielt keine Rolle
- Es läuft besser
- Es läuft schlechter

Wo liegt die Promillegrenze im Straßenverkehr bei Fahrer/-innen unter 21 Jahren?

- 0.0 Promille
- 0.5 Promille
- 1.0 Promille

Alkohol wärmt den Körper...

- während einer Stunde
- während zwei Stunden
- gar nicht

Mit Alkohol schläft man besser

- Das stimmt nicht
- Man schläft ruhiger
- Man schläft besser

Weitere Arbeitsblätter auf *feelok* - Lehrpersonen und Multiplikator:innen
www.feel-ok.ch, www.feel-ok.at, www.feelok.de



LÖSUNGEN

<p>Was ist die Bezeichnung für reinen Alkohol?</p>	<p>B</p> <p>Die chemische Bezeichnung für reinen Alkohol ist Ethanol oder auch Äthanol geschrieben. Es ist eine farblose, brennbare und brennend schmeckende Flüssigkeit. Wenn wir in der Umgangssprache von „Alkohol“ sprechen, meinen wir damit den brauschenden Bestandteil alkoholischer Getränke.</p>
<p>Was hat mehr Alkohol? Eine Falsche Bier, ein Glas Wein oder ein Gläschen Schnaps (Standardglas)?</p>	<p>A</p> <p>Eine Flasche Bier, ein Glas Wein und ein Gläschen Schnaps enthalten etwa gleich viel reinen Alkohol, d.h. 10-12 g Alkohol.</p>
<p>Wie lange hast du Alkohol im Blut, nachdem du ein Bier getrunken hast?</p>	<p>B</p> <p>Nach einer Flasche Bier hast du noch etwa zwei Stunden Alkohol im Blut. Das heißt, dass du während dieser Zeit unter Alkoholeinfluss stehst und damit zum Beispiel eine eingeschränkte Reaktionsfähigkeit, Sehleistung oder Konzentration hast.</p> <p>Der Körper kann sich in der Tat mit der Zeit an Alkohol gewöhnen und man fühlt sich nicht mehr so schnell betrunken. Die Gewöhnung an Alkohol ist ein Zeichen, dass Alkoholtrinken zur Gewohnheit geworden ist und damit steigt die Gefahr in eine Abhängigkeit zu rutschen.</p> <p>Der Alkohol wirkt sich stets negativ auf die Reaktionsfähigkeit und Konzentration aus, egal wie gut man sich an Alkohol gewöhnt hat. Es gibt also niemanden, der Alkohol „besser“ verträgt.</p>
<p>Wie viel Alkohol baut der Körper pro Stunde ab?</p>	<p>C</p> <p>Der Körper eines erwachsenen gesunden Menschen baut etwa pro Stunde 0.1 bis 0.15 Promille ab. Wer 0.5 Promille hat, braucht also 3-5 Stunden, um den Alkohol abzubauen. Es gibt keine Möglichkeit diesen Vorgang zu beschleunigen auch nicht durch Essen, Sport oder viel Wasser und Kaffee trinken.</p>



<p>Wer hat nach einem Glas Alkohol einen höheren Blutalkoholspiegel?</p>	<p>A</p> <p>Frauen reagieren empfindlicher auf Alkohol als Männer. Trinken ein Mann und eine Frau mit gleichem Gewicht die gleiche Menge Alkohol, treten bei der Frau schneller beeinträchtigende Wirkungen ein.</p> <p>Männer haben mehr Körperflüssigkeit als Frauen. Der Alkohol kann sich so besser verteilen und die Alkoholkonzentration im Blut ist somit niedriger. Hinzu kommt, dass die männliche Leber Alkohol etwas schneller abbaut als die weibliche.</p>
<p>Wie wird Alkohol abgebaut</p>	<p>B</p> <p>Alkohol wird zu etwa 90% von der Leber abgebaut und nicht einmal 10 Prozent des Alkohols wird über Urin, Schweiß und Atem ausgeschieden.</p> <p>Es gibt keine Möglichkeit diesen Vorgang zu beschleunigen, auch nicht durch Essen, Sport oder viel Wasser und Kaffee trinken.</p>
<p>Wie steht es mit Alkohol und Sex?</p>	<p>C</p> <p>Alkohol und Sex vertragen sich nicht. Die Lust auf Sex ist zwar vorhanden, wenn es aber zur Sache geht, läuft es nicht mehr so gut. Die Erektion stellt sich nicht so leicht ein und der Orgasmus bleibt häufiger aus.</p>
<p>Wo liegt die Promillegrenze im Straßenverkehr bei Fahrer:innen unter 21 Jahren?</p>	<p>A</p> <p>Seit dem 1. Januar 2001 liegt die zugelassene Grenze beim Alkohol im Deutschen Straßenverkehr bei 0,5 Promille. Wer 0,5 Promille oder mehr im Blut hat, gilt als fahruntfähig und muss mit einer Strafe rechnen. Für alle Fahranfänger und alle unter 21 Jahren gilt die 0,0 Promille-Grenze.</p>
<p>Alkohol wärmt den Körper...</p>	<p>C</p> <p>Zwar durchblutet der Alkoholkonsum die Haut stärker und es entsteht dadurch den Eindruck von Wärme. Tatsächlich geschieht das Gegenteil: Alkohol erweitert die Blutgefäße in der Haut und es kommt zu einem Wärmeverlust.</p>



Mit Alkohol schläft man besser

A

Die beruhigende Wirkung von Alkohol kann zwar dazu beitragen, dass man besser einschläft. Aber Personen, die Alkohol getrunken haben, wachen in der Nacht häufiger auf und können dann nicht mehr unbedingt leicht einschlafen. Die Qualität des Schlafes ist unter Alkoholeinfluss schlechter.

PUNKTESKALA

0 - 3 von 10 Punkte	Du weißt etwas über „Alkohol“. Es gibt aber noch vieles, was du dir aneignen kannst. Vielleicht trinkst du keinen Alkohol und interessierst dich deshalb nicht. Falls du aber Alkohol trinkst, feelok.de/alkohol informieren.
4 - 6 von 10 Punkte	Du weißt bereits einiges über Alkohol. Es gibt aber immer noch Lücken, die du locker schließen kannst. Auf feelok.de/alkohol findest du viele Informationen zum Thema Alkohol.
7 - 10 von 10 Punkten	Du hast bereits ein umfassendes Wissen über Alkohol. Es ist gut, informiert zu sein. Möchtest du das Thema vertiefen, wirst du unter feelok.de/alkohol fündig...

