



## Oplæg til forældremøde om unge og alkohol



Kræftens Bekæmpelse



**TrygFonden**

INDLAND 21.03.2000 KL. 00:42

## Danske unge har europarekord i druk

Danske unge har en kedelig europarekord i druk. Det viser en undersøgelse af sundhedstilstanden blandt 15-24-årige, som EU-Kommissionen har lavet.

## Danske unge giver ikke druk-rekorden fra sig

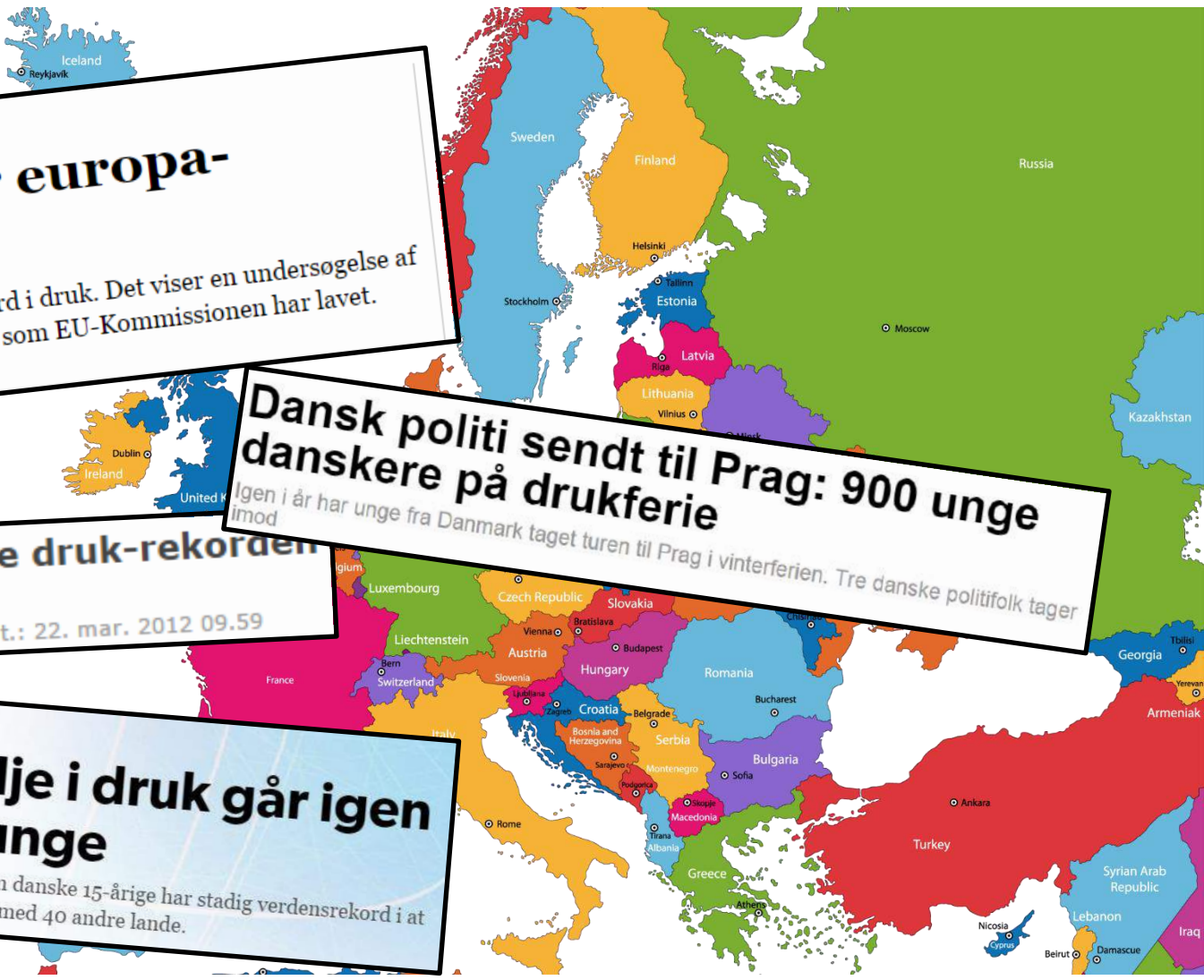
21. mar. 2012 13.43 Sundhed Opdat.: 22. mar. 2012 09.59

## Guldmedalje i druk går igen til danske unge

Alkoholforbruget er faldet, men danske 15-årige har stadig verdensrekord i at drikke sig fulde sammenlignet med 40 andre lande.

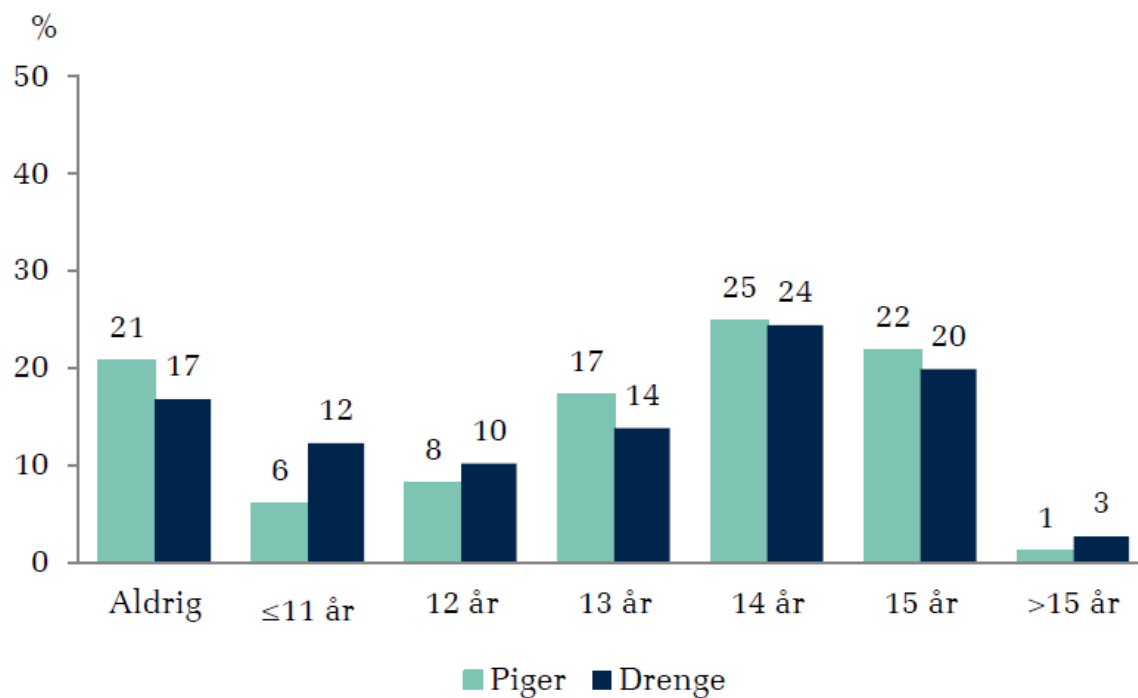
## Dansk politi sendt til Prag: 900 unge danskere på drukferie

Igen i år har unge fra Danmark taget turen til Prag i vinterferien. Tre danske politifolk tager imod



# Alkoholdebut

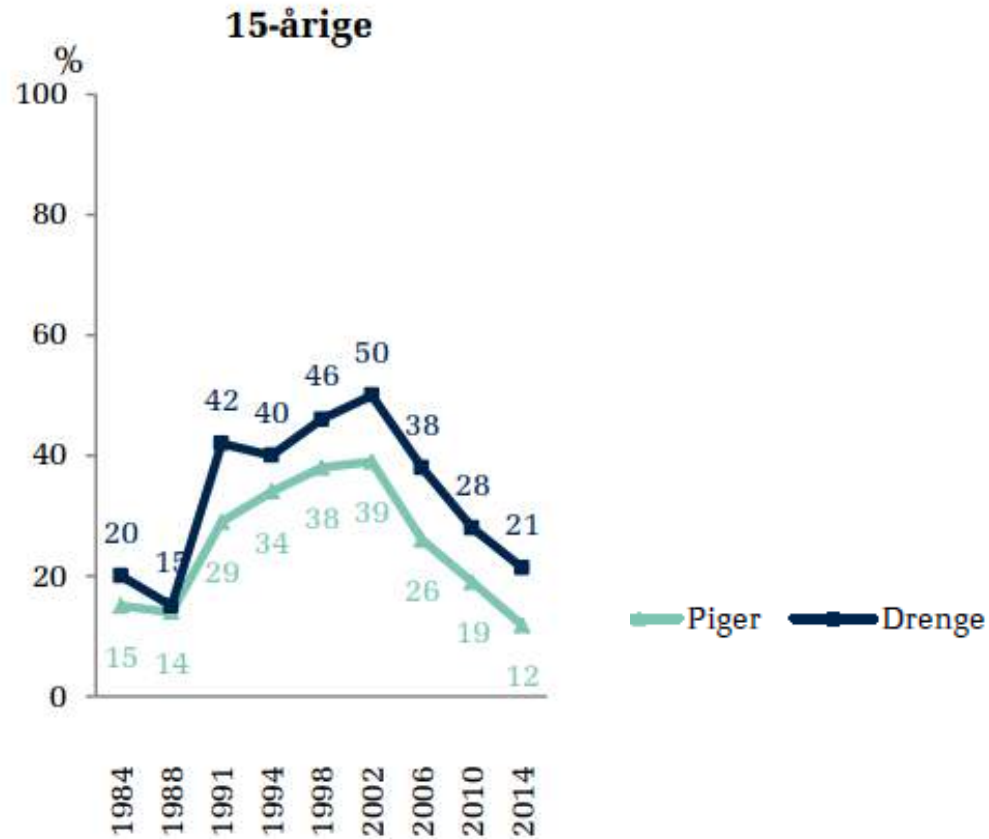
Alder ved alkoholdebut (rapporteret af elever i 9. klasse)



Kilde: Skolebørnsundersøgelsen 2014

# Alkoholforbrug

Procent, som drikker mindst en gang ugentligt



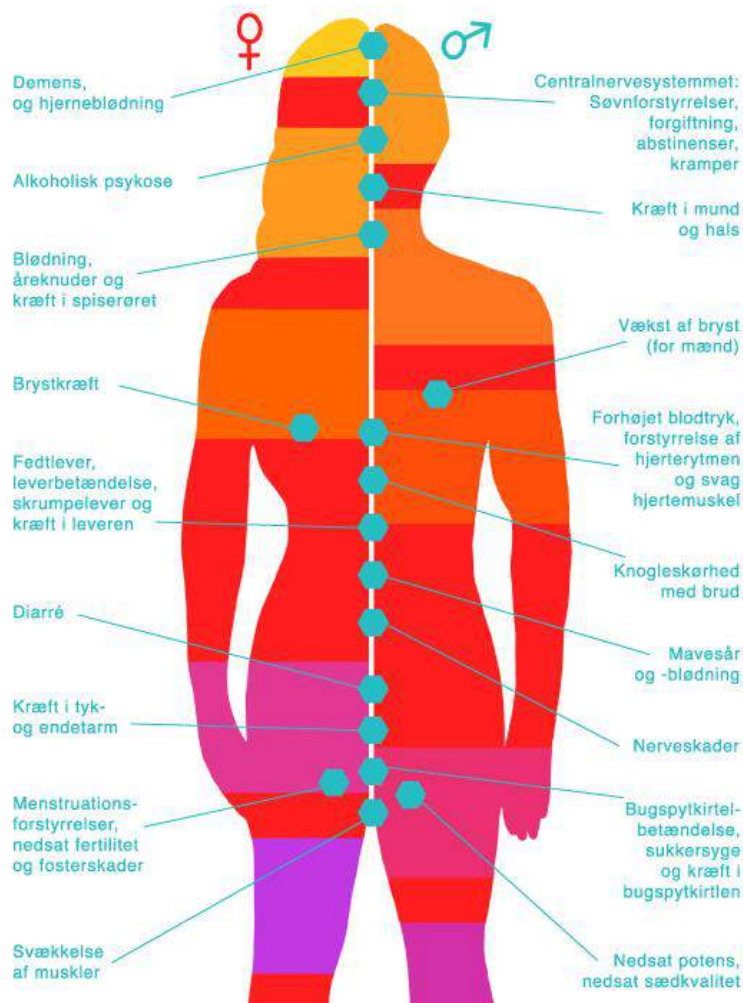
Kilde: Skolebørnsundersøgelsen 2014

# Hvorfor udskyde alkoholdebuten blandt unge?

- Danske unge starter tidligt med at drikke, har et højt alkoholforbrug og drikker rusorienteret
- Tidlig alkoholdebut øger risikoen for at udvikle et stort alkoholforbrug senere
- Alkoholforbrug i ungdommen have konsekvenser både i form af ulykker, uønsket sex, vold, konflikter, nedsat indlæringsevne m.m.



# Alkohol og kroppen



- Alkohol er årsag til mere end 60 forskellige sygdomme og min. 3000 årlige dødsfald i Danmark
- Alkohol er kræftfremkaldende
- 8 % af alle kræfttilfælde blandt mænd og 3 % blandt kvinder skyldes alkohol
- Hvert år rammes ca. 1.800 personer i Danmark af kræft pga. et højt alkoholforbrug

# Alkohol og unges hjerner

Manglende  
selvkontrol

Risikovillighed

Påvirkning  
af  
balancen

Ulykker

Indlæring



# Video

Klik på videoen og hør overlæge Troels Kjær fortælle, hvordan alkohol påvirker kroppen og hjernen



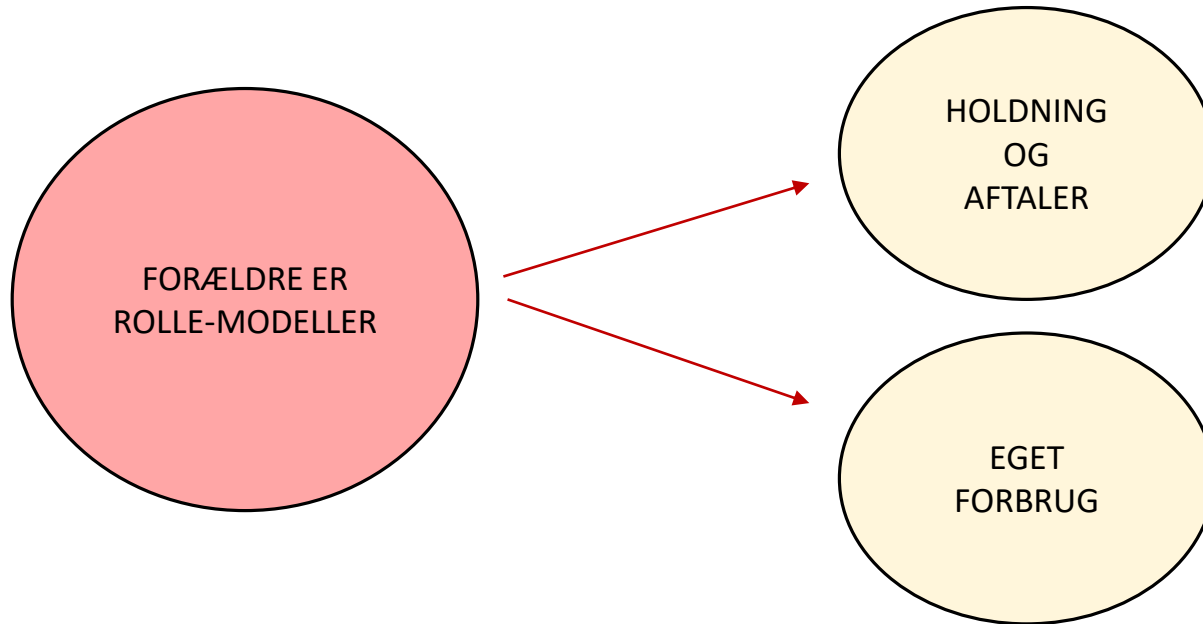


# Sociale overdrivelser

- Mange unge tror, at andre drikker mere og tidligere, end de selv gør
- Faktum er, at et mindretal drikker over genstandsgrænserne
- Sociale overdrivelser kan føre til et øget alkoholforbrug



# Forældres indflydelse



## HVAD HAR BETYDNING FOR UNGES ALKOHOLFORBRUG ?



### Forældre

Unge, som har aftaler med deres forældre om deres alkoholforbrug, er mindre tilbøjelige til at drikke meget sammenlignet med unge, som ikke har aftaler.

### Debut

Jo tidligere man begynder at drikke, desto højere er risikoen for at udvikle et stort alkoholforbrug og problemer senere i livet.



### Markedsføring

Alkoholreklamer påvirker os til at drikke mere.



### Pris

Jo lavere prisen er på alkohol, desto større risiko er der for at udvikle et stort alkoholforbrug.

### Venner

Hvis ens venner drikker meget, er der større sandsynlighed for, at man også selv har et højt alkoholforbrug.



### Tilgængelighed

Jo nemmere det er at få fat i alkohol, desto større er sandsynligheden for at man udvikler et stort alkoholforbrug.

# Hvad kan man gøre som forælder?



**TAG STILLING**



**TAL SAMMEN**



**LAV AFTALER**

# Hvad kan man gøre som forælder?



## TAG STILLING

Afklar hvad din holdning er til dit barns forhold til alkohol:

- Hvornår synes du, at er det er ok, at dit barn begynder at drikke?
- Hvor meget må han/hun drikke, og i hvilke situationer?

Når du selv er afklaret om din holdning, er det lettere at give klare svar

Test din holdning på [www.fuldafliv.dk](http://www.fuldafliv.dk)



## TAL SAMMEN

Tal med dit barn og oprethold en løbende dialog om alkohol:

- Hvilke erfaringer har dit barn med alkohol?
- Hvad er dine forventninger til, hvornår han/hun begynder at drikke, og hvor meget?

Jo tydeligere du er i dine holdninger og forventninger til barnet – jo lettere er det for barnet at leve op til

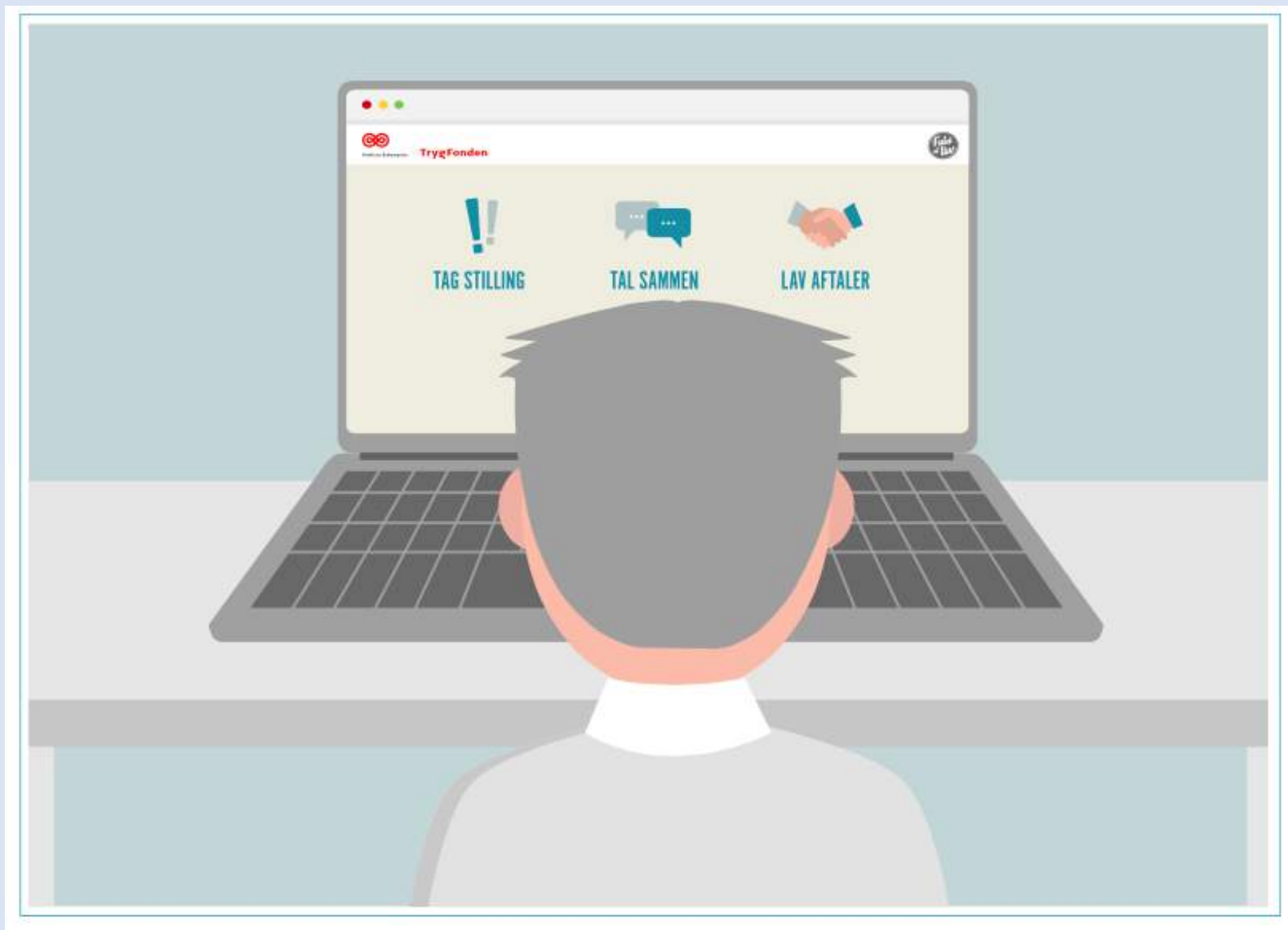


## LAV AFTALER

Spørg ind og lyt til dit barns forventninger og ønsker ift. alkohol, fester og hjemkomsttider og lav aftaler i fællesskab

Lav evt. en fælles alkoholaftale i klassen - Hvis alle i klassen har de samme aftaler, er der mindre risiko for gruppepres

Unge, som har aftaler med deres forældre om alkohol, drikker mindre, end unge, der ikke har aftaler med deres forældre om alkohol



Se mere på [www.fuldafliv.dk](http://www.fuldafliv.dk)

# Spørgsmål?



Kræftens Bekæmpelse



**TrygFonden**