



**VOILÀ
QUELQUES INFOS
POUR TOI**



Heureusement, tu as pu être pris·e en charge avant un drame. Certain·e·s n'ont pas autant de chance...

Alors prends soin de toi.

Si tu veux en parler,
REPER est là pour toi.

N'hésite pas à les contacter :

- par **WhatsApp** au 079 738 09 98
- par **téléphone** au 026 322 29 01
- par **mail** à info@reper-fr.ch

© Tous droits réservés.

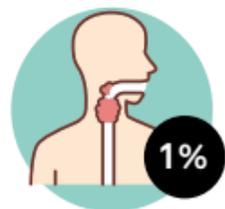
**À PROPOS
D'HIER SOIR...**



**À L'HÔPITAL, ON VOIT
PASSER BEAUCOUP
DE PERSONNES QUI
ONT TROP BU...**

Où va l'alcool lorsque tu bois ?

L'alcool passe dans ton sang à différents endroits du corps en traversant les parois de tes organes :



1%

ta bouche et ton œsophage



25%

ton estomac



74%

tes intestins (principalement l'intestin grêle)

À jeun, l'alcool sera dans ton sang en 15-30 min et en 30-60 min si tu as mangé. **Pourquoi cette différence ?** Parce que la nourriture freine le passage de l'alcool vers les parois de ton estomac et de tes intestins.

FACT

Comment élimines-tu l'alcool ?

C'est ton foie qui va en grande partie s'en charger (à 95 %). Mais il ne peut pas le faire plus vite qu'environ 0,15 ‰ par heure.



ton foie

En attendant, le reste de l'alcool se balade dans ton corps, notamment dans ton cerveau.

Pourquoi l'alcool change-t-il ton comportement ?

Plus tu bois, plus le fonctionnement de ton corps va se dérégler. L'alcool « donne l'ordre » à ton cerveau de ralentir la transmission des informations. C'est pour ça que...



Tes mouvements sont moins bien coordonnés.



Ton équilibre est difficile à garder.



Tu vas plus souvent aux toilettes.



Tu réagis plus lentement que d'habitude.



Tu te crois invincible.

Et si l'alcool ralentit trop ton organisme... c'est la perte de connaissance ou, pire, le coma.

Quels risques avec le coma éthylique ?

Le coma survient en général entre 2 et 4 ‰ dans le sang. Et ça peut mal se terminer, car tu n'as plus le moindre contrôle sur ton corps. Ce qui veut dire que :

- > Si tu vomis, tu risques de suffoquer ;
- > S'il y a un danger, tu ne peux pas fuir ;
- > Tu risques une hypoglycémie, car ton foie ne libère plus les stocks de sucre ;
- > Si tu t'endors dehors au froid, ta température corporelle va dangereusement baisser, parfois jusqu'à l'arrêt cardiaque ;
- > En cas d'alcoolisation sévère, ton cerveau risque de ne plus commander au corps de respirer.

FACT

L'alcool a comme autre effet de faire baisser la température de ton corps. Plus tu es jeune, plus l'alcool fait des dégâts (lésions cérébrales, hormones, etc.).