その酔い方、大丈夫？

急性アルコール中毒は、命にかかわります

短時間に大量のお酒を飲むと血液中のアルコール濃度が急激に上がり、意識がなくなったり、呼吸が弱くなったりすることがあります。吐いたものをのどに詰まらせ、窒息する危険もあります。本人が「大丈夫」と言っていても急に状態が悪くなることがあります。酔いつぶれた人を一人にせず、呼びかけへの反応と呼吸を確認してください。

こんな様子は危険のサイン



ふらつく・立てない

まっすぐ歩けない、座っていられない、ろれつがまわらない状態は酔いが進んでいるサイン。**これ以上飲ませず、一人にしないでください。**



何度も吐く

意識が低下した状態で吐くと、吐いたものがのどに詰まり、窒息することがあります。**仰向けにせず、顔と身体を横向きにします。**



反応・呼吸がおかしい

呼びかけても反応しない、大きないびきをかいて起きない、呼吸が遅い・不規則、身体が冷たい場合は危険です。**ためらわず 119 番してください。**

意識がない・呼吸がおかしい → ためらわず 119 番

救急車が来るまで



横向きに寝かせる、衣服をゆるめて保温する

顔を横に向け、吐物による窒息を防ぐ

ベルトやネクタイなどをゆるめ、上着や毛布をかけます。ただし無理に歩かせたり、水やコーヒーを飲ませたりしないでください。



一人にしない、呼吸の確認

胸やお腹が動いているか、普段どおり呼吸しているかを確認します。呼吸がない、または判断できない場合は、119 番の指示に従ってください。

やってはいけない

× 「寝ているだけ」と放置
× 無理に吐かせる
× 仰向けに寝かせる

事故を防ぐために

✓ イッキ飲みをしない・させない
✓ 飲酒をゲームや罰にしない
✓ 飲めない人に勧めない



無理に飲ませない　放置しない

その場にいる人の行動が、命を守ります。

参考：政府広報オンライン「急性アルコール中毒の怖さを知っていますか？ イッキ飲みや無理強いは命にかかわることも！」