

Quelle: oeamtc.at

Adresse: <https://www.oeamtc.at/presse/oeamtc-keine-narrenfreiheit-bei-alkohol-66718285>

Datum: 14.05.2025 (Da es immer wieder Änderungen gibt, bitte für aktuelle Infos die Website besuchen.)

# ÖAMTC: Keine Narrenfreiheit bei Alkohol

Expertin des Mobilitätsclubs klärt über weit verbreitete Alkoholmythen auf

Die Faschingszeit findet mit dem Faschingsdienstag ihr Ende. Am Höhepunkt der Narrenzeit wird ausgelassen gefeiert. "Wer aber zu tief ins Glas schaut und glaubt den Alkohol mit Hausmittelchen oder Tricks schneller abbauen zu können, irrt", erklärt ÖAMTC-Verkehrspsychologin Marion Seidenberger. Es gibt keine Möglichkeit, den Alkoholabbau, der vor allem Zeit benötigt, zu beschleunigen. Das gilt es auch im Hinblick auf möglichen Restalkohol am Tag danach zu bedenken. Zum Verhängnis werden dabei die oft weit verbreiteten Alkoholmythen. Die Expertin des Mobilitätsclubs klärt über die gängigsten von ihnen auf:

\* Durch viel und fettes Essen wird man nicht betrunken: Wenn man möglichst viele Faschingskrapfen gegessen hat, verzögert sich zwar die Alkoholaufnahme und die Wirkung wird zunächst weniger stark empfunden. Letztendlich kann aber nicht verhindert werden, dass der Promillepegel steigt. "Wer Auto fährt, darf sich keinesfalls auf die sogenannte gute Unterlage verlassen", so Seidenberger.

\* Wer viel tanzt und dabei schwitzt, wird wieder nüchtern: Alkohol kann durch körperliche Betätigung nicht ausgeschwitzt werden. Den Großteil des Alkoholabbaus übernimmt mit 95 Prozent die Leber, der Rest wird über Haut, Lunge und Nieren ausgeschieden. "Die Leber hat es dabei nicht besonders eilig, pro Stunde werden durchschnittlich etwa 0,15 Promille abgebaut", weiß die ÖAMTC-Verkehrspsychologin.

\* Nach einem Kaffee und einer kalten Dusche ist man wieder fit: Man fühlt sich vielleicht nach einer Dusche oder einem Kaffee subjektiv etwas besser und wacher, nüchterner ist man deshalb aber noch lange nicht. Der Alkoholpegel bleibt unverändert.

\* Ein kurzes Schläfchen und man kann schon wieder fahren: Je nach getrunkenen Menge und Art des Alkohols dauert es, bis man wieder vollkommen nüchtern ist. Ein kurzes Schläfchen hilft da wenig. Viele unterschätzen den nach wie vor vorhandenen Restalkohol. "Bei übermäßigem Alkoholkonsum sollte man deshalb auch am nächsten Tag das Auto stehen lassen", empfiehlt die ÖAMTC-Expertin.

\* Alkohol wärmt bei kalten Temperaturen: Alkohol erweitert die Blutgefäße, das Blut fließt verstärkt in Arme und Beine. Das führt zu einem angenehmen Wärmegefühl. Gleichzeitig wird dadurch aber mehr Wärme an die Umgebung abgegeben – die Körpertemperatur sinkt.

\* Betrunkene sagen die Wahrheit: Übermäßiger Alkoholkonsum führt zu zunehmender Enthemmung und erhöht die Aggressionsbereitschaft. Die Hemmschwelle sinkt und man sagt vielleicht Dinge, die einem sonst nicht so leicht über die Lippen kommen würden. "Betrunkene verlieren das Gefühl, was angebracht und angemessen ist. Mit der Wahrheit muss das wenig zu tun haben", weiß die ÖAMTC-Expertin abschließend.