Freiwillige Alkotests: Vorsicht ist geboten

In der Vorweihnachtszeit haben neben Punsch und Glühwein auch die freiwilligen Alko-Tests Hochsaison. So genannte „Alkohol-Patrouillen“ bieten in Lokalen oder bei Veranstaltungen freiwillige und kostenpflichtige Alkotests an. Dabei geht es nicht nur um Promille, sondern auch um die Gaudi.

Diese Tests haben ihre Tücken, die Resultate sind nicht immer verlässlich“, warnen die Verkehrspsychologen vom Linzer Institut „Gute Fahrt“ (Lenkernachschulungen und verkehrspsychologische Untersuchungen).

● Die Alkoholwerte sind nur aussagekräftig, wenn es sich um geeichte Alkomaten handelt. Das ist an einem Aufkleber oder einer Display-Anzeige erkennbar.

● Der Blut-Alkoholspiegel kann nach dem Test noch ansteigen, wenn Alkohol gleichzeitig mit fettreichen Speisen konsumiert wurde.

● Ein niedriges Alkomat-Ergebnis sollte nicht zum „Hintrinken“ auf die gesetzliche 0,5-Promille-Grenze verleiten. Auch mit 0,5 Promille ist das Unfallrisiko doppelt so hoch als normal.

Internet: www.gutefahrt.at

Rundschau, 8. Dezember 2005

DIABETES / Ganzer Lebensstil spielt mit

Buchtipps & Co

Zum Errechnen der Kalorienmenge empfiehlt sich:

● „Das neue Kalorien-ABC“ von Johannes Radek, Verlag Orac, 6,90 Euro.

● www.fettechner.de
Wer sich an der Chinesischen Ernährungslehre orientieren möchte:

● „Ernährung nach den fünf Elementen“ von Barbara Temelie, Verlag Joy, 16,95 Euro.

Für Fans der Ernährungslehre nach Hildegard von Bingen ein Muss:

● „Physika. Heilkraft der Natur“ von Hildegard von Bingen, Verlag Christiana, 26,70 Euro.

Ernährung nach der hl. Äbtissin

von
natur-
pre-
allen
r Er-
ab,
Fas-
Priv. Kleinanzeigen
Zeitungsverteilung: 05/7616-91 vo
Hei-
be-
at der
d ist
Spei-
den-
reitet
chtes
blut“,
/ich-
igte
lerz-
Gal-
kne.
solle
hen.
eber

LWZ

SONNTAGS- RUNDSCHAU

Red.: Tel. 0732/7616-585, Fax. 0732/7616-163, Fax 0732/7616-163
Anzeigen: Tel. 0732/7616-163, Fax 0732/7616-163
Priv. Kleinanzeigen
Zeitungsverteilung: 05/7616-91 vo

Nummer 48 a / 4. Dezember 2005

ALKOTESTS

Promille-Bereich. Freiwillige Alkotests haben ihre Tücken. Das behaupten Verkehrspsychologen von „Gute Fahrt“, einer Linzer Firma für Lenkernachschulungen. „Ein Alkomat gibt nur Auskunft über den Blut-Alkoholspiegel im Augenblick des Tests. Dieser kann nach dem

Test allerdings noch stark ansteigen, vor allem dann, wenn Alkohol mit fettreichen Speisen konsumiert wurde“, erklärt Peter Jonas. Dann dauere es nämlich länger, bis der Alkohol ins Blut steigt. Wie lange, hängt unter anderem von Körpergewicht, Alkoholgehalt des Getränks, Trinkge-

schwindigkeit und Essen ab. Pro Stunde baut der Körper übrigens etwa 0,1 Promille Alkohol wieder ab. „Dieser Abbau kann allerdings weder durch Kaffee, Schlaf oder Bewegung an der frischen Luft beschleunigt werden“, so Peter Jonas von „Gute Fahrt“.