

SUHI MJESEC BEZ ALKOHOLA SIJEČANJ



NEMA SIGURNE KOLIČINE ALKOHOLA

Svaka količina nosi određeni rizik po zdravlje

ALKOHOL I MENTALNO ZDRAVLJE NISU SAVEZNICI

Remeti san i koncentraciju, narušava emocionalnu stabilnost, povećava impulzivnost te osjeća praznine i bezvoljnosti

ALKOHOL JE VODEĆI UZROK BOLESTI JETRE KOJI SE MOŽE SPRIJEČITI

Alkoholna bolest jetre glavni razlog transplantacije jetre u Hrvatskoj

ALKOHOL OZBILJNO OŠTEĆUJE PROBAVNI SUSTAV

Kronična konzumacija povezana je s refluksom, gastritisom, čirevima, poremećajem apsorpcije i upalom gušterače

ALKOHOL JE DOKAZANI KARCINOGEN

Povećava rizik od raka usne šupljine, grla, jednjaka, želuca, gušterače, debelog crijeva, jetre i dojke

SUHI SIJEČANJ NIJE ODRICANJE

To je ulaganje u dugoročno zdravlje

