

17.12.2013 - 10:00 Uhr

Sucht Schweiz Festtage, Kinder und Alkohol

Lausanne (ots) -

In der Adventszeit überlegen sich manche Menschen Art und Zubereitung des Festtagsmenüs. Sucht Schweiz rät, die Rezepte mit vollprozentigen Zutaten gut anzusehen: Speisen mit Alkohol sind für Kinder ungeeignet. Auch halb volle Gläser und Flaschen haben ohne Aufsicht Erwachsener auf der festlichen Tafel keinen Platz.

Die Festtage sind in Griffnähe. Wie die Kerzen zum Weihnachtsbaum so gehört das feine Essen zum Jahresende. Für viele gehört der Alkohol mit dazu. Auch während den Feiertagen tragen Erwachsene eine besondere Verantwortung. "Steht Alkohol herum, kommen Kinder eher auf die Idee, diesen ausprobieren zu wollen. Wir raten, halb volle Gläser oder Flaschen wegzuräumen. Kinder könnten zu viel davon probieren und möglicherweise gar eine Alkoholvergiftung erleiden", erklärt Silvia Steiner, Präventionsfachfrau von Sucht Schweiz. Alkohol wirkt bei Kindern und Jugendlichen viel stärker als bei Erwachsenen. Sie sind in der Regel leichter, der Alkohol verteilt sich so auf weniger Körperwasser und die Blutalkoholkonzentration ist dadurch höher. Die noch nicht ausgereifte Leber kann den Alkohol weniger gut abbauen. Medizinische Hilfe ist dann angezeigt, wenn Kinder scheinbar grundlos erbrechen, verwirrt sind, Krämpfe oder Zuckungen aufweisen oder stark frieren. Dies könnte daran liegen, dass ein Kind unbeabsichtigt zu viel Alkohol getrunken hat. Ein Festmahl für alle Auch beim Kochen sollte an den Nachwuchs gedacht werden. Coq au Vin oder ein Rindsbraten an Rotweinsauce sind für gesunde Erwachsene ein unbedenklicher Festtagsschmaus. Tatsache ist aber, dass sich der Alkohol beim Kochen nicht vollständig in Luft auflöst. Ein Restgehalt an Alkohol bleibt immer erhalten. Und: eine Kirschtorte schmeckt nach Kirschen, ein Praliné mit Likör schmeckt nach Likör. Der Geschmack ist ein weiterer wichtiger Faktor. Er ist weder für Kinder geeignet noch für Alkoholranke oder Menschen, die aus anderen Gründen auf Alkohol verzichten wollen oder müssen. Kinder sollten sich nicht daran gewöhnen und bei Menschen, die ein Alkoholproblem hatten, soll die Lust auf Alkohol nicht geweckt werden. Alternativen ohne Alkohol gibt es viele: Statt eine Kirschtorte mögen kleine (und grosse) Schleckmäuler eine Quarktorte oder schlicht eine gebrannte Creme.

Cocktails, ganz ohne Alkohol - Ein Set Postkarten von Sucht Schweiz mit Rezepten für alkoholfreie Cocktails finden Sie hier: <http://tiny.cc/5wi67w>. Lassen Sie sich inspirieren!

Umfassende Informationen zu Sucht Schweiz finden Sie auf unserer Website <http://www.suchtschweiz.ch>

Die vorliegende Medienmitteilung finden Sie hier: <http://www.suchtschweiz.ch/aktuell/medienmitteilungen/>

Kontakt:

Monique Portner-Helfer
Mediensprecherin
mportner-helfer@suchtschweiz.ch
Tel.: 021 321 29 74

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100000980/100748885> abgerufen werden.