

28 důvodů pro čistokrevnej život.

Alkoholová mlha přede mnou...

V únoru proběhne již devátý ročník tradiční kampaně, která pomáhá široké veřejnosti prověřit její vztah k alkoholu a změnit zaběhlé návyky. Loňského ročníku se podle průzkumů zúčastnilo až 9 % dospělé populace. Rok 2021 přináší zásadní změnu - knihu *Suchej únor*, která na 416 pečlivě vydestilovaných stranách představuje alkohol ve všech jeho společenských rolích.

| 72 OSOBNOSTÍ | 28 TEMATICKÝCH KAPITOL | ALKOFAKTA | ROZHOVORY | PŘÍBĚHY |

Hokejista Patrik Bartošák, psychologové Pavel Rataj nebo Ilona Preslová, spisovatel Josef Formánek, primář Petr Popov, koučka Janka Chudlíková, záchranář Honza nebo muzikant Petr Fiala patří mezi **72 českých osobností**, odborníků, novinářů a neobyčejných lidských příběhů, jež dali vzniknout knize, která ve **28 kapitolách** představuje alkohol s lehkostí i vážností – ve všech jeho společenských rolích. Ať už je to spánek, sex, sport, práce, výchova dětí, zdraví nebo alkohol za volantem.

“Naše kniha z vás abstinenty neudělá – není to ani jejím cílem. Má být lidem především inspirací k příjemné sebereflexi a můžeme se díky ní ledacos dozvědět. Nejen o alkoproblematice, ale hlavně o sobě. Kniha má jediný cíl – abychom všichni znali upřímnou odpověď na jednoduchou otázku: „Ovládáme my alkohol, nebo alkohol ovládá nás?“ popisuje smysl knihy Petr Freimann, ředitel neziskové organizace *Suchej únor*, na jejíž stránkách je možné knihu získat a podpořit tak kampaň.

Opilý za volant nesedneš a první opilcoměr

Píše se září roku 1897 a pětadvacetiletý řidič londýnské taxislužby George Smith se stává pravděpodobně první osobou na světě zatčenou za řízení v opilosti. Svůj vůz tehdy zaparkoval o nejmenovanou londýnskou budovu. Následován je dalším světovým mezníkem, a to rokem 1910. Tehdy vstoupil v New Yorku v platnost pravděpodobně první zákon, který začal oficiálně trestat řízení v alkoholovém opojení.

Toho času ještě s velkorysou rezervou, která zaručovala beztrestnost až do výše 1,5 promile. O dalších 26 let později, v roce 1936, patentuje americký doktor Rolla N. Harger první světový alkoholtester, originálně pojmenovaný „drunkometer“. Tento „opilcoměr“ pracoval na principu mokré chemické analýzy. Hříšníkem nafouknutý balonek se nasadil na „opilcoměr“, kde se z balonku vypuštěný vzduch dostal do kontaktu s chemickou látkou – permanganátem draselným. Ten v závislosti na koncentraci alkoholu měnil barvu. Pokud zůstal beze změny – fialový, obsah alkoholu se neprokázal.



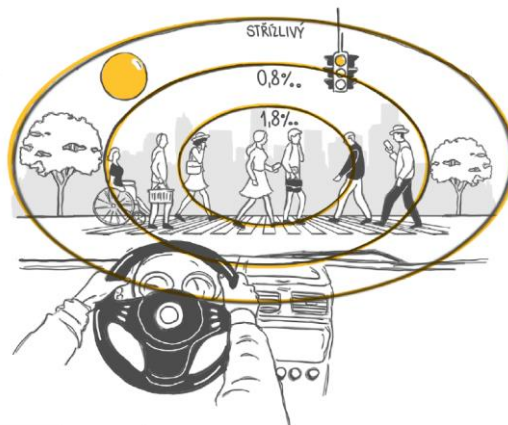
Moderní historie boje proti přítomnosti alkoholu za volantem se však začala psát až v roce 1980. Tehdy, po usmrcení třináctileté dívky opilým řidičem, vznikla v Kalifornii skupina „Matek proti řízení v opilosti“ známá pod

zkratkou MADD (Mothers against Drunk Driving) a otevřela tuto problematiku široké americké, potažmo světové veřejnosti (protože co se stane v „jůesej“, to za chvíli frčí všude).

Alkoholová mlha a slepci s 1,5 promile

V naší kotlině evidovala Policie ČR v roce 2019 celkem 4 627 nehod zaviněných pod vlivem alkoholu (4,3 % z celkového počtu nehod). O život při nich přišlo 53 osob, tedy 9,7 % všech usmrčených na českých silnicích. Nejvíce alarmující zůstává fakt, že přes polovinu všech „alkoholových nehod“ způsobili řidiči posilnění na minimálně 1,5 promile. Ještě jednou – přes polovinu nehod zavinili řidiči, kteří před jízdou vypili minimálně 6 piv, 6 panáků nebo 6 dvojek vína.

Riziko dopravní nehody se přitom při 1,5 promile zvyšuje více než dvacetkrát. Pravděpodobnost, že taková nehoda skončí smrtí, se ale zvyšuje dvěstěkrát. Nehody pod vlivem jsou logicky výrazně vážnější. Víme, že velké části populace se nezodpovědné chování za volantem netýká. Existuje však pojem SHD – second-hand drinking. Nemusí jít často přímo o nás, ale o chování těch okolo nás, které na silnici můžeme v té mlze potkat.



Jak si 1,5 promile za volantem představit v praxi? Upřímně, nemáme přesný přepočít s ohledem na rychlost, kterou se ten který dobrodinec řítí, ale jakýkoliv alkohol v krvi způsobuje takzvané tunelové vidění. To máme koneckonců i za střízliva – například při jízdě od 130 km/h na dálnici se naše zorné pole začíná limitně blížit nule. S alkoholem se však zorné pole zužuje bez ohledu na rychlost a my objektivně slepneme. S 0,8 promile vidíme sotva tři čtvrtiny prostoru před námi, a pokud si dopřejeme zmíněných šest piv a přiblížíme se 1,5 promile v krvi, ze světa před sebou uvidíme sotva třetinu. A to se bavíme o šťastné chvílce, během níž se řidič nedostane do krizové situace, na kterou by musel reagovat. Až se šlapáním na brzdu totiž přichází ta pravá rallye Paříž nepaříš.

Poznejte nový rozměr střízlivosti
na stránkách www.suchejunor.cz.



9 let na Suché vlně, 86% spokojenost Sušičů

Suchej únor každoročně reaguje pozitivní výzvou na nelichotivé statistiky, podle kterých se přes 1 000 000 Čechů pohybuje za hranou rizikového pití. Z výzkumu, který zpracovala agentura Nielsen Admosphere, vyplývá, že se v loňském roce povědomí o kampani vyšplhalo ze 47 na 58 % napříč českou populací. Účast pak deklarovalo přes 500 000 dospělých účastníků.

Kampaň bude letos na sociálních sítích spojovat hashtag **#insuchoveritas** a registrovaní účastníci se mohou kromě Suché knihy opět těšit i na uzavřenou skupinu na facebooku, kde mohou sdílet své zážitky, podporovat se a inspirovat. Knihu doplňuje 110 originálních ilustrací, citátů a spousta interaktivního obsahu, stejně jako soutěž o nejlepší nealko drink.

Odborná partnerství akci tradičně poskytují Národní ústav duševního zdraví (NUDZ), Klinika adiktologie 1. Lékařské fakulty Univerzity Karlovy a Všeobecné fakultní nemocnice (KAD). Hlavními partnery ročníku 2021 jsou Kofola a Zdravotní pojišťovna ministerstva vnitra ČR (ZPMV ČR). Kampaň realizuje Suchej únor, z. ú.

PARTNEŘI KAMPAŇE SUCHÉJ ÚNOR 2021



ZÁŠTITU A PARTNERSTVÍ POSKYTLY TYTO INSTITUCE

