

## Tipps, Aufgaben, Fragen und Hinweise für die Bioarbeit

### Suchtprävention

- 1) Was ist eine Droge? Lerne die Definition!
- 2) Es gibt legale und illegale Drogen. Nenne Beispiele!
- 3) Du musst typische Anzeichen für eine Abhängigkeit / Sucht nennen können. Woran erkennt man, dass jemand süchtig nach etwas (einem Stoff oder einer Handlung) ist?
- 4) Es gibt verschiedene Sachen, nach denen man süchtig sein kann: Internetsucht, Kaufsucht, Spielsucht, aber auch Nikotinsucht, Alkoholabhängigkeit, Heroinabhängigkeit .... Welche zwei Formen / Typen von Sucht / Abhängigkeit unterscheidet man (entsprechend den beiden Beispielgruppen) daher?
- 5) Wieso kann man nach einem Verhaltenmuster (spielen, klauen, kaufen ...) süchtig werden? Hierbei spielen körpereigene Stoffe eine Rolle!
- 6) Du solltest Gründe nennen können, die eine Sucht begünstigen. Wie kann man sich vor Suchtentstehung schützen?
- 7) Sind legale Suchtmittel / Drogen weniger gefährlich als illegale? Warum ist dies so, wie es ist?
- 8) Es gibt neben natürlichen auch synthetische Drogen. Vor welcher Schwierigkeit steht ein Drogensüchtiger generell beim Drogenkonsum und insbesondere bei synthetischen Drogen?
- 9) Welche gesundheitlichen Gefahren gehen vom Rauchen aus? Wer ist davon betroffen?
- 10) Was versteht man unter Nebenstromrauch und Hauptstromrauch? Welcher Stoff im Tabakrauch macht süchtig?
- 11) Wieso ist das Rauchen in öffentlichen Gebäuden, Kneipen und Restaurants verboten?
- 12) Welche gesundheitlichen Gefahren verursacht rauchen? (Warum ist der Rauch so stark gesundheitsschädlich?)
- 13) Raucher sagen oft "Ich kann jederzeit mit dem Rauchen aufhören". Was sagen die Untersuchungen zu dieser Aussage? Warum erhält man dieses Ergebnis?
- 14) Wasserpfeife rauchen ist bei Jugendlichen sehr beliebt: Ist Shisharauchen ungefährlich? Welche besonderen Gefahren gibt es?
- 15) Viele Jugendliche glauben, dass das Wasser bei einer Shisha den Rauch weniger gefährlich macht. Stimmt dies? Welche Funktion hat das Wasser?
- 16) Welche Wirkungen hat Alkohol beim Trinker?
- 17) Alkoholsucht kann die Gesundheit des Betroffenen ruinieren. Wer kann noch von der Alkoholsucht einer anderen Person stark geschädigt werden?
- 18) Nach einer langen Partynacht mit viel Alkohol darf man am nächsten Morgenn / Vormittag vielleicht noch nicht mit dem Motorrad / Auto zur Schule / Arbeit fahren. Erkläre!
- 19) Wieso schränkt der Gesetzgeber bei Jugendlichen unter 16 Jahren und unter 18 Jahren jeweils den Zugang zu Alkohol ein?
- 20) Warum landen relativ viele Jugendliche, aber nur wenige Erwachsene mit Alkoholvergiftung im Krankenhaus?
- 21) Es gibt Faustregeln (Formeln) zum Abschätzen des Blutalkohols. Du sollst sie kennen und anwenden können.
- 22) Auch zum Alkoholabbau durch den Körper gibt es eine Faustregel. Wie lautet sie? Du sollst sie anwenden können.
- 23) Ein Süchtiger kann seine Droge nicht nehmen. Was geschieht nun? Nenne Beispiele.