

in control

OF ALCOHOL
OF DRUGS

Leesmap december 2017

Vanuit het project 'In Control of Alcohol & Drugs' wordt kennis over alcohol en drugs gedeeld. In deze leesmap staan wetenschappelijke berichten die in de maand december zijn gepubliceerd en belangrijke nieuwsflitsen. Heeft u iets toe te voegen of te delen over alcohol- en drugspreventie? Dat kan via sbosma@ggdhn.nl.

Onderzoek: Lachgas gemakkelijk verkrijgbaar maar niet zonder risico's

De afgelopen jaren gebruiken steeds meer jongeren en jongvolwassenen lachgas als een roesmiddel. Lachgas heeft volgens deze jongeren een onschuldig imago, maar het Trimbos-Instituut waarschuwt dat lachgas wel degelijk zorgt voor negatieve effecten op de gezondheid. Lachgas beïnvloedt de emoties, zintuigen en bewustzijn (o.a. concentratieproblemen, hoofdpijn, duizeligheid en tintelingen van handen en voeten). Met name omdat lachgas door jongeren worden gebruikt die nog weinig of geen ervaring hebben met alcohol, roken of drugs. Het geven van voorlichtingen aan deze jongeren is belangrijk. De onderzoekers benadrukken het belang van een eerlijke boodschap in voorlichting en preventie: "Erken dat nog niet alles bekend is over de gezondheidsrisico's, maar benoem ook de meeste door gebruikers zelf ervaren 'bijwerkingen', zoals hoofdpijn, duizeligheid, verwardheid en misselijkheid. Dat is effectiever dan een boodschap waarin mogelijke risico's die zelden voorkomen de overhand hebben", aldus de onderzoekers.



➡ [Lees hier meer](#)

Onderzoek: IkPas: een definitieve breuk met het verleden?

IKPAS

Jaarlijks gaan tijdens de IkPas-actie deelnemers de uitdaging aan om dertig of veertig dagen geen alcohol te drinken. Doel is bewustwording van het eigen alcoholgebruik en het doorbreken van (ongezond) gewoontegedrag. Volgens jaarlijkse effectmetingen hebben

deelnemers ook zes maanden na de actie hun alcoholgebruik significant gematigd. Dit bleek ook het geval bij de Belgische variant van IkPas. Deze bevindingen laten zien dat een periode van het bewust laten staan van alcohol op de langere termijn ook vruchten afwerpt.

➡ 1) [Lees hier meer](#) 2) [lees hier meer](#)

Nieuwsflitsen

In Ierland worden kankerwaarschuwingen op alcoholhoudende dranken verplicht

In Ierland heeft de minister van Volksgezondheid van Ierland ingestemd met het voorstel voor vermeldingen op alcoholhoudende dranken. Het voorstel gaat nu naar de Tweede kamer.

➡ [Lees hier meer](#)

Beter geen alcoholvrij bier geven aan kinderen

Door het drinken van alcoholvrije dranken onder de 18 jaar gaan jongeren eerder alcohol drinken. Dit omdat de drempel minder groot is. Het actuele advies is dus: géén Jip en Janneke champagne tijdens de jaarwisseling voor jongeren onder 18 jaar.

➡ [Lees hier meer](#)

Wim van Dalen (directeur STAP): “Of er over tien jaar nog kerstborrels zijn is niet te voorspellen”

Kerstborrel, bedrijfsfeest, vrijmibo: alcohol op het werk lijkt (helaas) bijna vanzelfsprekend. Hoe ziet volgens Wim van Dalen dit er over 10 jaar uit?

➡ [Lees hier meer](#)

Alcohol blijft taboe in winkels Den-Helder

Positief nieuws: Geen blurring in de winkels in Den-Helder.

➡ [Lees hier meer](#)

**Het team van ‘In Control of Alcohol & Drugs’ wenst jullie
een fijne feestdagen!**

Colofon

Redactie: Sharony Bosma

Contact: sbosma@ggdhn.nl

Website: www.incontrolofalcon.nl

