

Как быстро отрезветь и как быстро отрезвить?

Если вас начинает одолевать чувство тошноты, не держите это чувство в себе, выплесните его на свободу. Можете справиться сами – прекрасно. При необходимости можно простимулировать себя. Медленно выпейте не менее 0,5 л теплой подсоленной воды, можно с чайной ложкой соды, и присядьте на унитаз. Через какое-то время начнется. Если еще попутно и кишечник очистите – вообще замечательно.

А как помочь человеку в состоянии тяжелого алкогольного опьянения, если он сам уже ничего не может? Самый безопасный способ – «два пальца в рот». При этом верхнюю часть туловища нужно опустить.

Чтобы вызвать рвоту, рекомендуют выпить черного кофе с солью вместо сахара.

Атмосфера прокуренного помещения усугубляет действие алкоголя. Поэтому по возможности избегайте накуранных помещений, такая загазованность тоже может вызвать головную боль.

Но, будучи крепко выпившим, не выходите на свежий воздух в холодное время года, так как при этом можно окончательно опьянеть, вплоть до потери сознания, заснуть и замерзнуть.

Чтобы предотвратить обезвоживание организма, следует за вечер выпить несколько стаканов воды, желательно перед сном. Эта вода существенно облегчит ваше положение на следующий день, хотя и создаст ночью определенные проблемы.

Чтобы одновременно с этим улучшить кислотно-щелочной баланс организма, пейте воду, подщелоченную пищевой содой (1 столовая ложка на 1 литр кипяченой воды).

Еще помогает гидрокарбонатная минеральная вода типа Боржоми. Большая доза воды

снимет неприятные ощущения в желудке, уничтожит изжогу, прекратит отрыжку, уберет тяжесть в подложечной области.

Перед сном выпейте «Алка-Зельцер». «На этот счет не существует строгих научных данных, но мой собственный клинический опыт и опыт многих других говорит, что вода «Алка-Зельцер» перед сном значительно уменьшает тяжесть похмелья» – говорит Джон Брик, доктор философии. Ну, философам виднее. Другие считают, что две таблетки аспирина (а это то же самое, что «Алка-Зельцер», только без пузырьков) тоже могут помочь.

Если вы сообразите выпить на сон грядущий чай с медом, вы окажете себе большущую услугу. Фруктоза, содержащаяся в меде, будет активно бороться с опьянением и его последствиями. Чем больше вы съедите вечером меда, тем легче будет утром.

Если позволяет желудок, выпейте перед сном пол-литра молока. И спать будете лучше, и похмелье не так мучить будет. Чтобы улучшить питание мозга кислородом, спите с открытой форточкой. Перед сном полезно принять удвоенную дозу витаминов, особенно B6 и C.

Хотите по-быстрому отрезвить друга, «выпавшего в осадок»?

Проще всего налить на затылок пострадавшего холодную воду так, чтобы она текла вдоль хребта.

Дайте ему выпить стакан холодной воды, предварительно растворив в нем 5-6 (не больше) капель нашатырного спирта. Почти такой же эффект оказывает стакан воды с 20 каплями мятной настойки. А если нет под рукой ни того, ни другого, можно применить старый милицкий способ. Возьмите голову пьяного так, чтобы ваши ладони были плотно наложены на оба уха, быстро и сильно потрите их. Приток крови к ушам быстро отрезвит потерпевшего.

Это, в общем-то, щадящие способы отрезвления. А вот болгарский священник Нефит Калчев в «Народном домашнем лечебнике» приводит совершенно не божеские рекомендации: «Если человек упился до смерти, нарежьте репчатого луку и дайте понюхать. Полейте конский навоз теплой водой, отцедите воду, влейте в рот пьянице – тот сразу отрезвеет».

Как быстро отрезветь и как быстро отрезвить

Автор: admin

15.01.2012 15:02 -

Бывает, человек не просто пьян, а отравлен алкоголем. Как различить эти два состояния? Пьяный остается в сознании, он реагирует на слова, попытки его растолкать, – уложите его, укройте его потеплее, и дайте проспаться. Если он похолодел и побледнел – укройте теплым одеялом, к ступням приложите горячую грелку, дайте понюхать нашатырный спирт. Об отравлении говорят бледность, потеря сознания, непроизвольное мочеиспускание. Надо вызвать врача и постараться вызвать рвоту у пострадавшего.

Если человек хоть как-то реагирует, заставьте его выпить пачку-две растолченного активированного угля с водой. Больше ничего предпринимать не стоит, поскольку только врач может с уверенностью сказать, что именно вызвало такое состояние, и определить дальнейшие методы лечения.

Автор - **Сергей Денисевич**

[Источник](#)