







アルコールの与える影響

覚えてくださいアルコールの1単位=純アルコール20gを含む酒量

ここにあげたのは、純アルコール約20グラムを含む酒類です。これを「アルコールの1単位」と呼びます。泡盛やウイスキーなどアルコール純度が高いものほど、量が少ないことがわかるでしょう。

 <p>1単位</p> <p>500ml</p> <p>ビール</p> <p>アルコール度 5%</p>	 <p>1単位</p> <p>1合 180ml</p> <p>日本酒</p> <p>アルコール度 15%</p>	 <p>1単位</p> <p>ダブル1杯 60ml</p> <p>ウイスキー</p> <p>アルコール度 43%</p>	 <p>1単位</p> <p>小グラス2杯 200ml</p> <p>ワイン</p> <p>アルコール度 12%</p>	 <p>1単位</p> <p>350ml</p> <p>チューハイ</p> <p>アルコール度 7%</p>	 <p>1単位</p> <p>コップ半分 100ml</p> <p>泡盛</p> <p>アルコール度 25%</p>
---	---	---	---	---	---

アルコールの処理にかかる時間

体内でのアルコール処理は体重1kgにつき、1時間で0.1gという速度です。

たとえば体重60kgの人が1単位処理するには3~4時間かかります。

体重60kgの人が飲酒して8時間後に勤務したとします、2単位ならアルコールは検出されませんが、3単位だと…？検出されることとなります。

これはあくまで目安です。日頃の飲みすぎがたたって肝臓が弱ってたり、風邪薬を飲んでいたりしたら、アルコールの処理にはもっと時間がかかるかもしれません。

