



Übersicht der wichtigsten Symptome je nach Alkoholkonzentration Tabella descrittiva dei principali sintomi correlati ai diversi livelli di concentrazione alcolemica

(Art. 6 des Gesetzesdekrets vom 3. August 2007, Nr. 117, umgewandelt mit Änderungen durch Art. 1 des Gesetzes vom 2. Oktober 2007, Nr. 160)
(Art. 6 del decreto-legge 3 agosto 2007, n. 117, convertito in legge, con modificazioni, dall'art. 1, della legge 2 ottobre 2007, n. 160)

Gesetzlich erlaubte Alkoholkonzentration für Personen, welche ein Fahrzeug lenken wollen: 0,5 Gramm pro Liter
Limite legale del tasso alcolemico per la guida: 0,5 grammi per litro

Alkoholgehalt im Blut (g/L) Concentrazione di alcol nel sangue (g/L)	Häufigste Empfindungen (*) Sensazioni più frequenti (*)	Weitere Auswirkungen und eingeschränkte Fähigkeiten (*) Effetti progressivi e abilità compromesse (*)
0	Keine / Nessuna	Keine /Nessuna
0,1–0,2	Anfängliches Gefühl der Betrunkenheit – Anfängliche Verringerung der Hemmungen und der Kontrolle Iniziale sensazione di ebbrezza – Iniziale riduzione delle inibizioni e del controllo	Verringerte Aufmerksamkeit, Achtsamkeit und Kontrolle – Anfängliche Verminderung der motorischen Koordination – Anfängliche Einschränkung des seitlichen Blickfeldes – Übelkeit Affievolimento della vigilanza, attenzione e controllo – iniziale riduzione del coordinamento motorio – iniziale riduzione della visione laterale – nausea
0,3–0,4	Gefühl der Betrunkenheit – Verringerung der Hemmungen, der Kontrolle und der Risikowahrnehmung Sensazione di ebbrezza – Riduzione delle inibizioni, del controllo e della percezione del rischio	Verminderung der Aufmerksamkeit, Achtsamkeit und Kontrolle – Verminderung der motorischen Koordination und der Reflexe – Einschränkung des seitlichen Blickfeldes – Erbrechen Riduzione delle capacità di vigilanza, attenzione e controllo – riduzione del coordinamento motorio e dei riflessi – riduzione della visione laterale – vomito
0,5 g/L: Gesetzlich zugelassener Höchstwert für das Lenken von Fahrzeugen - 0,5 g/L: Limite legale del tasso alcolemico per la guida		
0,5–0,8	Stimmungswandel – Übelkeit – Schläfrigkeit – Aufgeregter Gefühlszustand Cambiamenti dell'umore – nausea – sonnolenza – stato di eccitazione emotiva	Verminderung des Urteilsvermögens – Einschränkung des seitlichen Blickfeldes und der Fähigkeit, Objekte in Bewegung zu erkennen – veränderte Reflexe – Veränderung der Reaktionsfähigkeit auf Licht- und Lärmreize – Erbrechen Riduzione della capacità di giudizio – riduzione della capacità di individuare oggetti in movimento e della visione laterale – riflessi alterati – alterazione delle capacità di reazione agli stimoli sonori e luminosi – vomito.
0,9–1,5	Veränderung des Gemütszustands – Ärger – Traurigkeit – mentale Konfusion – Orientierungslosigkeit Alterazione dell'umore – rabbia – tristezza – confusione mentale – disorientamento	Eingeschränktes Urteilsvermögen und eingeschränkte Selbstbeherrschung – Unangebrachtes soziales Verhalten – lallende Ausdrucksweise – Veränderung des Gleichgewichts – eingeschränktes Sehvermögen und eingeschränkte Wahrnehmung von Formen, Farben und Dimensionen – Erbrechen Compromissione della capacità di giudizio e di autocontrollo – comportamenti socialmente inadeguati – linguaggio mal articolato – alterazione dell'equilibrio – compromissione della visione, della percezione di forme, colori, dimensioni – vomito
1,6–3,0	Verwirrung – Aggressivität – Depressiver Zustand – Apathie – Lethargie Stordimento – aggressività – stato depressivo – apatia – letargia	Schwerwiegende Einschränkung des psychophysischen Zustandes – aggressives und gewalttätiges Verhalten – erhebliche Schwierigkeit beim Stehen und Gehen – allgemeine Trägheit – Wärmestau – Erbrechen Compromissione grave dello stato psicofisico – comportamenti aggressivi e violenti – difficoltà marcata a stare in piedi o camminare – stato di inerzia generale – ipotermia – vomito.
3,1–4,0	Bewusstlosigkeit Stato di incoscienza	Halluzinationen – Aussetzung der Reflexe – Inkontinenz – Erbrechen – Koma mit Todesgefahr durch Ersticken an Erbrochenem Allucinazioni – cessazione dei riflessi – incontinenza – vomito – coma con possibilità di morte per soffocamento da vomito
Über 4–oltre 4	Atmungsschwierigkeiten – Gefühl des Erstickens – Gefühl zu sterben Difficoltà di respiro – sensazione di soffocamento – sensazione di morire	Verlangsamter Pulsschlag – Luftmangel – Koma – Tod durch Atemstillstand Battito cardiaco rallentato – fame d'aria – coma – morte per arresto respiratorio

Quelle: Advisory Komitee, NIAAA scientists, 2003 – Fonte: riadattato dal testo dell'Advisory Committee and NIAAA scientists, 2003

(*) Bei gleichbleibender Alkoholmenge sind Empfindungen und Auswirkungen von Person zu Person sehr unterschiedlich, wobei auch gegensätzliche Wirkungen auftreten können. In oben stehender Übersicht sind die am häufigsten auftretenden Empfindungen und Wirkungen angegeben.

(**) A parità di quantità di alcol assunto, sensazioni ed effetti sono estremamente variabili da soggetto a soggetto, con possibilità di manifestazioni anche opposte tra di loro; in tabella sono riportati sensazioni ed effetti più frequentemente rilevati.

Tabelle über die Schätzung der Menge an alkoholischen Getränken, welche die Überschreitung der gesetzlich vorgesehenen Alkoholgrenze bei Lenken in betrunkenem Zustand – 0,5 Gramm je Liter – verursacht
Tabella per la stima delle quantità di bevande alcoliche che determinano il superamento del tasso alcolemico legale per la guida in stato di ebbrezza, pari a 0,5 grammi per litro

(Art. 6 des Gesetzesdekrets vom 3. August 2007, Nr. 117, umgewandelt mit Änderungen durch Artikel 1 des Gesetzes vom 2. Oktober 2007, Nr. 160)
(Art. 6 del decreto legge 3 agosto 2007 n. 117 convertito in legge, con modificazioni, dall'art. 1 della legge 2 ottobre 2007 n. 160)

Die Tabelle enthält die theoretischen Alkoholwerte, die durch Einnahme von einer Alkoholeinheit erreicht werden können

La Tabella contiene i livelli teorici di alcoemia raggiungibili dopo l'assunzione di un'unità alcolica

Die Einheit bezieht sich in Zentiliter auf ein Glas, eine Dose oder eine Flasche, wie sie üblicherweise in Lokalen serviert werden - Unità alcolica di riferimento (in cc) (bicchiere, lattina o bottiglia serviti usualmente nei locali)

Bier - Birra	330 cc	Likörweine/Aperitifs - Vini liquorosi/aperitivi	80 cc	Superalkohol - Superalcolici	40 cc	Ready to drink	150 cc
Wein - Vino	125 cc	Digestifs - Digestivi	40 cc	Champagner/Schaumwein - Champagne/spumante	100 cc	Mix - Mix	Maße zusammenzählen - sommare i componenti

Die Alkoholwerte, die in Abhängigkeit des Geschlechts, des Körpergewichtes und des leeren oder vollen Magens berechnet werden, sind nur Richtwerte und beziehen sich auf die Einnahme von Alkohol in den vorhergehenden 60 bis 100 Minuten. Wenn mehrere Alkoholeinheiten eingenommen werden, ist es notwendig, die Richtwerte der einzelnen Alkoholeinheiten zusammenzuzählen, um den erreichten Alkoholwert zu bestimmen.**
I valori di alcoemia, calcolati in base al sesso, al peso corporeo e all'essere a stomaco vuoto o pieno, sono solo indicativi e si riferiscono ad una assunzione entro i 60–100 minuti precedenti.
Se si assumono più unità alcoliche, per conoscere il valore di alcoemia raggiunto è necessario sommare i valori indicati per ciascuna unità alcolica consumata.**

		Frauen - donne												Männer - uomini											
		Leerer Magen - stomaco vuoto						Voller Magen - stomaco pieno						Leerer Magen - stomaco vuoto						Voller Magen - stomaco pieno					
Getränk - Bevanda	Alkoholgradat (Vol. %) gradazione alcolica (Vol. %)	Körpergewicht (Kg) peso corporeo (Kg)						Körpergewicht (Kg) peso corporeo (Kg)						Körpergewicht (Kg) peso corporeo (Kg)						Körpergewicht (Kg) peso corporeo (Kg)					
		45	55	60	65	75	80	45	55	60	65	75	80	55	65	70	75	80	90	55	65	70	75	80	90
		Theoretische Alkoholwerte livelli teorici di alcoemia						Theoretische Alkoholwerte livelli teorici di alcoemia						Theoretische Alkoholwerte livelli teorici di alcoemia						Theoretische Alkoholwerte livelli teorici di alcoemia					
Alkoholfreies Bier - Birra analcolica	0,5	0,06	0,05	0,04	0,04	0,03	0,03	0,03	0,03	0,02	0,02	0,02	0,02	0,04	0,03	0,03	0,01	0,01	0,01	0,02	0,02	0,02	0,01	0,01	0,01
Leichtes Bier - Birra leggera	3,5	0,39	0,32	0,29	0,27	0,24	0,22	0,23	0,19	0,17	0,16	0,14	0,13	0,25	0,21	0,19	0,18	0,17	0,15	0,14	0,12	0,11	0,10	0,10	0,09
Normales Bier - Birra normale	5	0,56	0,46	0,42	0,39	0,34	0,32	0,32	0,26	0,24	0,22	0,19	0,18	0,35	0,30	0,28	0,26	0,24	0,22	0,20	0,17	0,16	0,15	0,14	0,12
Spezialbier - Birra speciale	8	0,90	0,73	0,67	0,62	0,54	0,50	0,52	0,42	0,39	0,36	0,31	0,29	0,56	0,48	0,44	0,41	0,39	0,35	0,33	0,28	0,26	0,24	0,22	0,20
Doppelmalzbier - Birra doppio malto	10	1,12	0,92	0,84	0,78	0,67	0,63	0,65	0,53	0,48	0,45	0,39	0,36	0,71	0,6	0,55	0,52	0,49	0,43	0,41	0,34	0,32	0,30	0,28	0,25
Wein - Vino	12	0,51	0,42	0,38	0,35	0,31	0,29	0,29	0,24	0,22	0,20	0,18	0,17	0,32	0,27	0,25	0,24	0,22	0,20	0,18	0,16	0,15	0,14	0,13	0,11
Likörweine-Aperitifs - Vini liquorosi-aperitivi	18	0,49	0,40	0,37	0,34	0,29	0,28	0,28	0,23	0,21	0,20	0,17	0,16	0,31	0,26	0,24	0,23	0,21	0,19	0,18	0,15	0,14	0,13	0,12	0,11
Digestifs - Digestivi	25	0,32	0,26	0,24	0,22	0,19	0,18	0,20	0,16	0,15	0,14	0,12	0,11	0,20	0,17	0,16	0,15	0,15	0,12	0,12	0,10	0,10	0,09	0,08	0,08
Digestifs - Digestivi	30	0,39	0,32	0,29	0,27	0,23	0,22	0,24	0,19	0,18	0,16	0,14	0,13	0,24	0,21	0,19	0,18	0,18	0,15	0,15	0,13	0,12	0,11	0,10	0,09
Superalkohol - Superalcolici	35	0,45	0,37	0,34	0,31	0,27	0,25	0,27	0,22	0,21	0,19	0,16	0,15	0,28	0,24	0,22	0,21	0,19	0,17	0,17	0,15	0,14	0,13	0,12	0,11
Superalkohol - Superalcolici	45	0,58	0,47	0,43	0,40	0,35	0,33	0,35	0,29	0,26	0,24	0,21	0,20	0,36	0,31	0,29	0,27	0,25	0,22	0,22	0,19	0,17	0,16	0,15	0,14
Superalkohol - Superalcolici	60	0,77	0,63	0,58	0,53	0,46	0,43	0,47	0,38	0,35	0,33	0,28	0,26	0,48	0,41	0,38	0,36	0,33	0,30	0,30	0,25	0,23	0,22	0,20	0,18
Champagner/Schaumwein - Champagne/spumante	11	0,37	0,31	0,28	0,26	0,22	0,21	0,22	0,18	0,16	0,15	0,13	0,12	0,24	0,19	0,18	0,17	0,16	0,14	0,14	0,11	0,11	0,10	0,09	0,08
Ready to drink	2,8	0,12	0,10	0,09	0,08	0,07	0,07	0,07	0,06	0,06	0,05	0,04	0,04	0,08	0,06	0,06	0,06	0,05	0,05	0,05	0,04	0,04	0,03	0,03	0,03
Ready to drink	5	0,24	0,20	0,18	0,17	0,17	0,14	0,15	0,12	0,11	0,10	0,09	0,08	0,15	0,13	0,12	0,11	0,10	0,09	0,09	0,08	0,07	0,07	0,06	0,06

** Beispiele: Frau, Gewicht 45 Kg, hat mit leerem Magen 1 leichtes Bier und 1 alkoholischen Aperitif zu sich genommen. Erwarteter Alkoholwert: 0,39 + 0,49 = 0,88 g/L;
Frau, Gewicht 60 kg, hat mit vollem Magen 2 Superalkoholgetränke (60%) zu sich genommen. Erwarteter Alkoholwert: 0,35 + 0,35 = 0,70 g/L.
** Beispiele: Mann, Körpergewicht 75 kg, hat auf leerem Magen 2 Spezialbiere zu sich genommen. Erwarteter Alkoholwert: 0,41 + 0,41 = 0,82 g/L;
Mann, Körpergewicht 55 kg, hat auf leerem Magen ein Doppelmalzbier und 1 Superalkoholgetränk mit mittlerer Gradation (45%) zu sich genommen.
Erwarteter Alkoholwert: 0,71 + 0,36 = 1,07 g/L.

Hinweise für eine korrekte Lektüre der Tabelle:

Die Tabelle liefert Informationen um eine Eigenbewertung des Alkoholwertes (Alkoholkonzentration im Blut) im Verhältnis zur Konsumation der gängigen alkoholischen Getränke zu ermöglichen. Damit soll dazu beigetragen werden, die Alkoholmenge zu erkennen oder zu berechnen, welche die Überschreitung der gesetzlich vorgeschriebenen Grenze für das Lenken von Fahrzeugen mit sich bringt. Damit soll eine sichere und verantwortungsvolle Fahrt gefördert werden. Diesbezüglich ist es wichtig zu wissen,
- dass eine direkte Verbindung zwischen erhöhten Alkoholwerten (Alkoholkonzentration im Blut) und dem relativen Risiko besteht, einen schweren oder tödlichen Unfall zu verursachen bzw. in einen solchen verwickelt zu sein
- dass die Veränderung der Fahrtüchtigkeit direkt von der eingenommenen Alkoholmenge beeinflusst wird. Dies zeigt sich durch Konsumation jeglicher Art von alkoholischen Getränken, ohne Ausnahme;
- dass jegliche Alkoholmengen, Personen einem potenziellen Risiko aussetzen;
- dass bei gleicher Alkoholmenge verschiedene Personen auch unterschiedliche Alkoholwerte aufweisen können. Dies ist abhängig vom Geschlecht (mit Unterschieden zwischen Männern und Frauen), vom Alter, vom Körpergewicht (Unter- oder Übergewicht), vom vollen oder leeren Magen, von der Regelmäßigkeit, mit der Alkohol konsumiert wird, davon, ob individuelle oder genetische Krankheiten oder psycho-physische Zustände vorhanden sind, von der Einnahme von Medikamenten – auch von üblichem Gebrauch (z.B. Aspirin, Allergiemittel, Verhütungsmittel, entzündungshemmende Mittel, Mittel gegen Bluthochdruck, Mittel gegen Blutgerinnung, Antibiotika, Medikamente für das Nervensystem). Deshalb ist es angesichts der Vielzahl an Faktoren, welche den individuellen Alkoholpegel beeinflussen, praktisch unmöglich, die genaue Menge an Alkohol zu berechnen, die eingenommen werden kann, ohne den vom Gesetz vorgeschriebenen Grenzwert von 0,5 Gramm/Liter zu überschreiten.

Es gibt keinen Alkoholpegel, bei dem man ein Fahrzeug sicher lenken kann!
Das sicherste Verhalten, um einen Unfall in alkoholisiertem Zustand zu vermeiden, ist der grundsätzliche Verzicht auf den Konsum von Alkoholgetränken.

ANMERKUNG: Die in der Tabelle angegebenen Alkoholwerte haben keine gesetzliche Gültigkeit. Sie stellen lediglich eine Schätzung der Alkoholkonzentration im Blut entsprechend der eingenommenen Alkoholeinheiten dar und liefern einen reinen Richtwert, der in keiner Weise als Garantie für die Sicherheit und/oder psycho-physische Fahrtüchtigkeit hergenommen werden kann.

** Esempi: donna, peso 45 Kg, ha assunto a stomaco vuoto 1 birra leggera ed 1 aperitivo alcolico. Alcoemia attesa: 0,39 + 0,49 = 0,88 grammi/litro;
donna, peso 60 Kg, ha assunto a stomaco pieno 2 superalcolici (60%). Alcoemia attesa: 0,35 + 0,35 = 0,70 grammi/litro.
** Esempi: uomo, peso corporeo 75 Kg, ha assunto a stomaco vuoto 2 birre speciali. Alcoemia attesa: 0,41 + 0,41 = 0,82 grammi/litro;
uomo, peso corporeo 55 Kg, ha assunto a stomaco vuoto 1 birra doppio malto ed 1 superalcolico di media gradazione (45%).
Alcoemia attesa: 0,71 + 0,36 = 1,07 grammi/litro.

Avvertenza per una corretta lettura della tabella

La tabella fornisce informazioni volte a favorire una autovalutazione dei livelli di alcoemia (concentrazione di alcol nel sangue) conseguenti all'assunzione delle più comuni bevande alcoliche; lo scopo principale è quello di contribuire ad identificare o calcolare le quantità di alcol che determinano il superamento del limite legale fissato per la guida e di promuovere una guida sicura e responsabile.
A tal fine è importante sapere che:
- esiste un legame diretto tra livelli crescenti di alcoemia (concentrazione di alcol nel sangue) e rischio relativo di causare o essere coinvolti in un incidente grave o mortale;
- le alterazioni delle capacità alla guida sono direttamente influenzate dalla quantità di alcol consumata e si manifestano con l'assunzione di tutti i tipi di bevande alcoliche, senza distinzione;
- tutte le quantità di alcol, anche quelle minime o moderate, pongono l'individuo in una condizione di potenziale rischio;
- a parità di quantità di alcol consumate, individui differenti possono registrare variazioni anche notevoli nei livelli di alcoemia, in funzione: del genere (con differenze tra maschi e femmine), dell'età, della massa corporea (magrezza o obesità), della assunzione o meno di cibo (se a stomaco pieno o a digiuno), della consuetudine con cui si assume alcol, della presenza di malattie o condizioni psico-fisiche individuali o genetiche, della assunzione di farmaci anche di uso comune (es. aspirina, antistaminici, anticoncezionali, antiinfiammatori, antipertensivi, anticoagulanti, antibiotici, farmaci per il sistema nervoso).
Di conseguenza, a fronte delle molteplici variabili che possono influenzare il livello individuale di alcoemia, è nella pratica impossibile calcolare con precisione la quantità esatta di alcol da assumere senza superare il limite legale di alcoemia dello 0,5 grammi/litro.

Non esistono livelli di consumo alcolico sicuri alla guida.
Il comportamento più sicuro per prevenire un incidente alcolcorrelato è di evitare di consumare bevande alcoliche se ci si deve porre alla guida di un qualunque tipo di veicolo.

NOTA BENE: i valori di alcoemia riportati in tabella non hanno una validità legale, rappresentano solo una stima della concentrazione di alcol nel sangue conseguente all'assunzione di un'unità di bevanda alcolica e forniscono un valore puramente indicativo che non può essere in alcun modo acquisito come garanzia di sicurezza e/o di idoneità psico-fisica alla guida.