

“Pas op met bier bij hitte”

19-07-2006 00:00

Hoewel veel mensen het graag anders willen doen geloven, werkt een pilsje absoluut niet verkoelend bij grote hitte. Dat stelt het Nationaal Gezondheidsinstituut NIGZ. "Je zou denken dat inmiddels iedereen dat al weet, maar je hebt nog veel te veel mensen die in hun eigen fabeltjes geloven", aldus Martijn Planken, verantwoordelijk voor een voorlichtingscampagne die zich specifiek op jongeren richt.

Alcohol drijft namelijk vocht af, aldus het NIGZ, waardoor mensen vaker gebruik moeten maken van het toilet. Met uitdroging als gevolg. De tip van het NIGZ: wissel een biertje af met een glas water.

Vooraf bij jongeren leven veel fabeltjes over drankgebruik, aldus Planken. "Boodschappen die een excuus zijn om te drinken zitten meteen in het geheugen, maar informatie om minder te drinken blijft niet zo goed hangen."