

Comment estimer mon alcoolémie ?



Le taux d'alcool descend lentement, de 0,1 à 0,15 g/litre d'alcool par heure pour une personne en bonne santé.

g/l d'alcool dans le sang à jeun**

	50kg	60kg	70kg	80kg	90kg	100kg	110kg
1	0,31	0,26	0,22	0,20	0,17	0,16	0,14
2	0,63	0,52	0,45	0,39	0,35	0,31	0,29
3	0,94	0,79	0,67	0,59	0,52	0,47	0,43
4	1,26	1,05	0,90	0,79	0,70	0,63	0,57

g/l d'alcool dans le sang au cours d'un repas**

	50kg	60kg	70kg	80kg	90kg	100kg	110kg
1	0,25	0,20	0,15	0,11	0,07	0,02	-
2	0,45	0,35	0,30	0,23	0,18	0,10	0,04
3	0,70	0,55	0,45	0,38	0,29	0,20	0,10
4	0,95	0,75	0,60	0,48	0,38	0,30	0,18

* verres standards



Utiliser un éthylotest reste le meilleur moyen de connaître son alcoolémie.

g/l d'alcool dans le sang à jeun**

	45kg	50kg	60kg	70kg	80kg
1	0,41	0,37	0,31	0,26	0,23
2	0,81	0,73	0,61	0,52	0,46
3	1,22	1,10	0,92	0,79	0,69
4	1,63	1,47	1,22	1,05	0,92

g/l d'alcool dans le sang au cours d'un repas**

	45kg	50kg	60kg	70kg	80kg
1	0,35	0,30	0,25	0,20	0,15
2	0,65	0,60	0,45	0,35	0,30
3	1,00	0,85	0,70	0,55	0,45
4	1,30	1,15	0,95	0,75	0,60

** pic d'alcoolémie, soit une heure après le 1^{er} verre



Pour un verre d'alcool consommé à jeun, l'alcoolémie au moment du "pic" se calcule de la façon suivante :

L'alcoolémie (en g/l de sang) =
 (Degré alcool / 100) x Volume bu (en ml) x 0,8 (Densité alcool pur)

Poids de la personne (en kg) x K
Avec K coefficient de diffusion
 (K = 0,7 pour un homme et K = 0,6 pour une femme)

