

SBIRT 通讯 - 2023 年 12 月

未成年饮酒

根据西雅图公立学校的SBIRT数据显示出，有6%的初中生和12%的9年级学生在过去一年中尝试过饮酒

概述

根据学生告诉我们，他们大部分的饮酒都是在父母的许可下进行的，在聚会、假期或宗教活动中以小口品尝的形式发生。

事实

喝一小口酒似乎无害，但越来越多的研究告诉我们，它会增加对未来依赖和过量饮酒*的机会。对于青少年来说，无论喝多少酒都是不安全的。事实上，将饮酒推迟到 21 岁可以改善健康结果。**

问题

“那欧洲呢？”有一种普遍的误解，认为欧洲人提早饮酒的年龄有助于青少年学会适度饮酒，但数据显示，欧洲青少年更有可能狂饮酒同时受到长期的健康问题。***

采取行动

你可以透过与你的孩子谈论酒精问题来防止未成年人饮酒。加深来明白 21 岁的法定饮酒年龄、安排好家庭对酒精的期望和树立健康的饮酒方式，这些都是经过验证确保孩子安全和健康的方法。****