

Vietnamese

SBIRT Newsletter - December 2023

## UỐNG RƯỢU BIA KHI CHƯA ĐỦ TUỔI

Dữ liệu SBIRT của Trường Công Lập Seattle cho thấy 6% học sinh cấp 2 và 12% học sinh lớp 9 đã thử uống rượu bia trong năm qua

### TỔNG QUAN

Học sinh nói rằng hầu hết việc sử dụng rượu bia của các em xảy ra với sự cho phép của phụ huynh, dưới dạng những ngụm nhỏ tại các bữa tiệc, ngày lễ hoặc các hoạt động tôn giáo.

### THỰC TẾ

Cho uống ngụm rượu có vẻ như vô hại, nhưng một cơ quan nghiên cứu về cơ thể phát triển chỉ ra rằng nó có thể làm tăng cơ hội phụ thuộc và uống quá nhiều trong tương lai. \* Không có lượng rượu bia nào là an toàn cho thanh thiếu niên. Trên thực tế, trì hoãn uống rượu bia cho đến khi 21 tuổi có thể cải thiện kết quả sức khỏe.\*\*

### CÂU HỎI

“Châu Âu thì sao?” Có một nhận thức sai lầm phổ biến rằng độ tuổi uống rượu bia sớm hơn ở châu Âu giúp thanh thiếu niên học cách uống điều độ, nhưng dữ liệu cho thấy thanh thiếu niên châu Âu có nhiều khả năng uống rượu bia quá mức và bị các vấn đề sức khỏe lâu dài.\*\*\*

### KÊU GỌI HÀNH ĐỘNG

Quý vị có thể ngăn ngừa việc uống rượu bia khi chưa đủ tuổi bằng cách nói chuyện với con em mình về rượu bia. Tăng cường nhắc nhở độ tuổi uống rượu hợp pháp là 21 tuổi, đặt kỳ vọng của gia đình xung quanh rượu bia và làm mẫu cách tiếp cận lành mạnh với việc uống rượu là những cách đã được chứng minh để giữ cho con em của quý vị được an toàn và khỏe mạnh.\*\*\*\*