

未成年飲酒，前途影響大！

青少年身心尚未成熟，攝取過量的酒精將影響神經發育及智力發展，嚴重酗酒者，還可能造成大腦萎縮。此外，酒類飲料富含熱量，容易引起肥胖，造成體型上的不美觀。在心理方面，由於青少年對於自我行為控制不易，往往誤判自己對酒類攝取的可接受度，加上課業及青春期的情緒困擾，久而久之依賴成性，可能進而染上酒癮。一旦染上酒癮，不僅身體功能會加速老化耗傷，脾氣也會變得暴躁易怒，年紀輕輕就斷送大好前程。根據研究指出，15歲以前就有嚴重習慣性喝酒的孩子將來有飲酒問題的機率是其他人的4倍。因此，若不在青少年時期給予適當地管教，即使生得再好，也是枉然。

在台灣的社會，酒類的購得容易，一般慶祝聚會中，也常有接觸到酒類的機會。對年輕人而言，學習如何在飲酒文化相當普遍的社會中舉止得宜是一個相當重要的部份。青少年時期飲酒是風險很高的事，不論採取何種方式，提早教導青少年有關飲酒常識應該是較為有益的。父母與小孩討論關於飲酒的問題時，應秉持堅定的精神，以開放式地互動來溝通，灌輸青少年飲酒的嚴重性，並教導他們如何應付同儕壓力，避免被迫喝酒。

根據青少年福利法，允許未滿十八歲飲酒或買酒是犯法的，將處以罰鍰，為人父母不可不謹慎。父母可以經由平日的機會教育（例如：電視、電影或者週遭親友的故事）適時給與青少年指導。

飲酒過量的問題

一般認為長期過量飲用酒精類飲料與社會暴力、犯罪有相當的關聯性。從小教導正確的飲酒觀念，可以避免長大後失控酗酒，造成個人或家庭的負擔。不要讓酒成為您小孩子的未來殺手，請您關心孩子，一起防治青少年飲酒問題。

青少年有關飲酒常問之問題：

Q1 為什麼青少年不能喝酒而成年人可以？

在台灣未滿十八歲飲用及買酒精類飲料是觸犯法律的。相對的青少年由於身體機能及智能發育尚未成熟，且新陳代謝及體重也不如成年人發育完全，如果喝同樣數量的酒，會比成年人易醉且影響神經發育及智力發展。在心智方面，未成年不像成人成熟，在做決定時不如成年人判斷的周全，容易誤事，所以不應該喝酒。

Q2 酒精度很低(6%)的飲料，又不容易醉，未成年應該可以喝吧？

每杯的量與喝多少杯是對一個人喝醉與否有直接的影響，而青少年身心正在發育，在這時期喝酒容易影響新陳代謝及成長，酒精含量低的飲料，不論成人或未成年喝多了還是會喝醉，且會對週遭事務的判斷能力及反應速度減緩，以致造成錯誤，影響自身安全。所以我們更不應該在下列情形下喝酒：酒後開車、激烈運動後、工作或機械操作、懷孕及服用任何一種藥物時。

Q3 青少年朋友聚會如果被勸酒時，很難說“不”，會被說不合群怎麼辦？

任何人都可以拒絕喝酒，可以說明法律及父母嚴禁喝酒，否則會被罰款、禁足。可建議別種活動或藉口走開與其他朋友聊天，甚至說明對酒精類飲料會過敏起酒疹。如果喝酒有違自己的意願，你可以說“不”。你有拒絕的權利，只要你願意，你可以在任何時間要求父母的協助離開現場。



參考資料：

http://www.tbaf.org.tw/article.php?category=underage_drinking&app_id=2