

## 未成年飲酒： 家長應該知道的事

### 要點

- ※ 未成年飲酒是一個公共衛生問題。飲酒除了對兒童的腦部發展尤其有害，早年開始飲酒是導致酒精依賴及日後患上多種與酒精相關慢性疾病的重要風險因素。飲酒還會導致急性中毒、暴力、損傷及不安全或危險性行為的風險上升。
- ※ 父母對飲酒的態度及行為是影響青少年何時及如何開始及維持飲酒的重要因素。
- ※ 父母的角色非常關鍵，可以對兒童的飲酒行為造成正面或負面的影響。在任何情況下，父母（及成年人）都不應讓兒童及青少年飲酒、向兒童及青少年提供酒精或迫使他們飲酒。在家長指導以及社會支持下，子女可安然過渡一個遠離酒害的青少年期。
- ※ 要了解更多有關酒精對年輕人的影響及為兒童及青少年訂立無酒精健康人生的家長建議，請瀏覽 [http://www.change4health.gov.hk/tc/alcohol\\_aware/youngandalcoholfree/index.html](http://www.change4health.gov.hk/tc/alcohol_aware/youngandalcoholfree/index.html)。



## 未成年飲酒：家長應該知道的事

未成年飲酒是一項公共衛生問題。根據全球疾病負擔研究報告，在年齡介乎 15 至 19 歲的青少年中，飲酒於二零一三年是導致死亡以及傷殘調整壽命年損失（即是因患病、傷殘及早逝而損失的健康生命年的年數）的主要全球風險因素。而在年齡介乎 10 至 14 歲的青少年中，這項風險因素分別排行第五及第七<sup>1</sup>。事實上，研究結果已清晰顯示，青少年期是開始飲酒及早期飲酒量上升的關鍵時期。

飲酒除了對青少年的腦部發展尤其有害，早年開始飲酒是導致酒精依賴及日後患上多種與酒精相關慢性疾病的重要風險因素。未成年飲酒亦會引致即時的後果。由於飲酒，急性中毒、暴力、損傷及不安全或危險性行為的風險會上升而往往需要緊急的醫療護理及住院治療<sup>2</sup>。在香港，於二零零三／零四年度進行的一項調查，訪問了約 33 300 名中學生（平均年齡為 14.6 歲）。結果顯示，未成年飲酒與醫療服務的使用息息相關。與不飲酒的學生相比，每星期飲酒少於 1 天、一星期 1 至 2 天及一星期 3 至 7 天的學生需要求醫的風險分別增加 14%、30% 及 70%。相應入院的風險則分別上升 14%、68% 及 138%<sup>3</sup>。

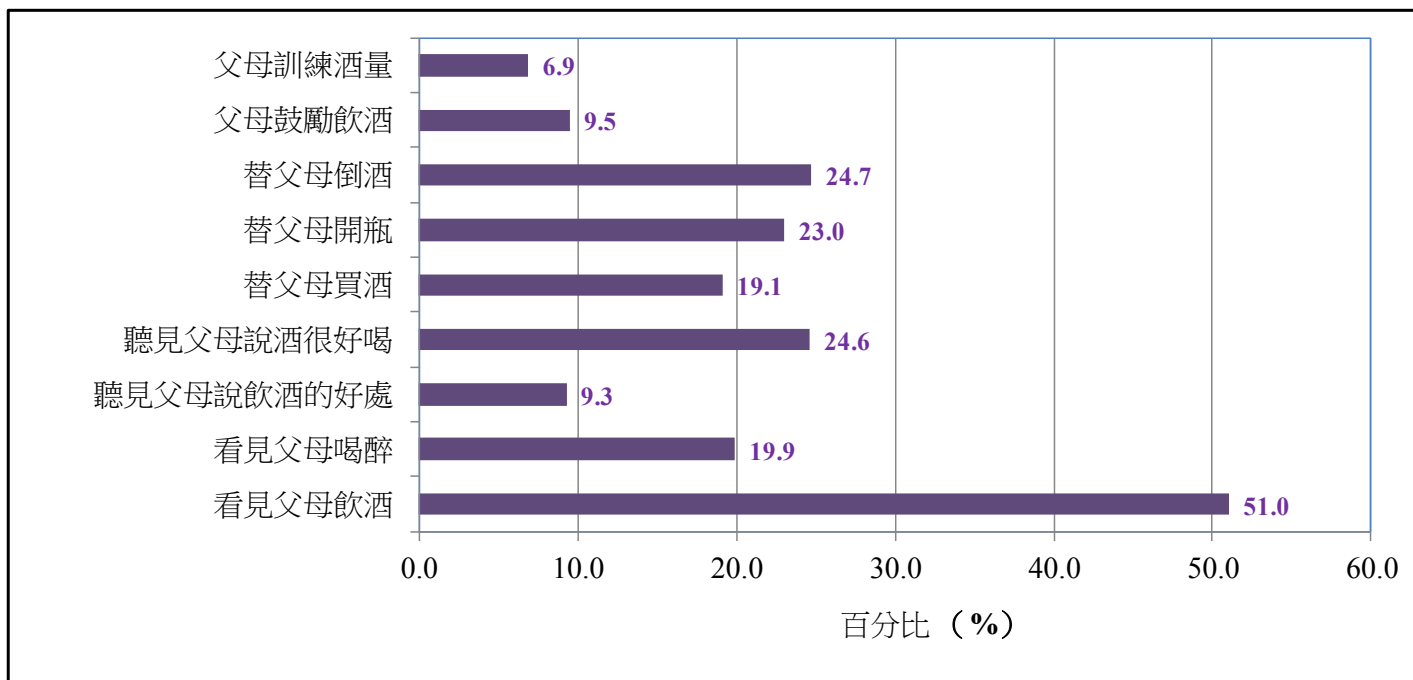
### 父母鼓吹飲酒的行為會誘使子女飲酒

除了受到社會影響（例如不同的酒精廣告或年輕人可輕易接觸及取得酒精）及朋輩影響外，

父母飲酒（不論是為了消遣或應酬目的）亦是一項可影響青少年何時和如何開始及持續飲酒的重要因素<sup>2</sup>。父母透過向子女提議飲酒及供應酒精飲品（例如在晚餐或特別場合讓他們淺嚐或品嚐、讓他們購買酒精、或為青少年派對供應酒精），或讓子女在家中飲酒（在受監督或不受監督的情況下），會直接影響子女的行為。而父母對未成年飲酒持寬容態度或表示認可、或讓子女在家中輕易取得酒精飲品，則會間接影響子女的行為<sup>4</sup>。

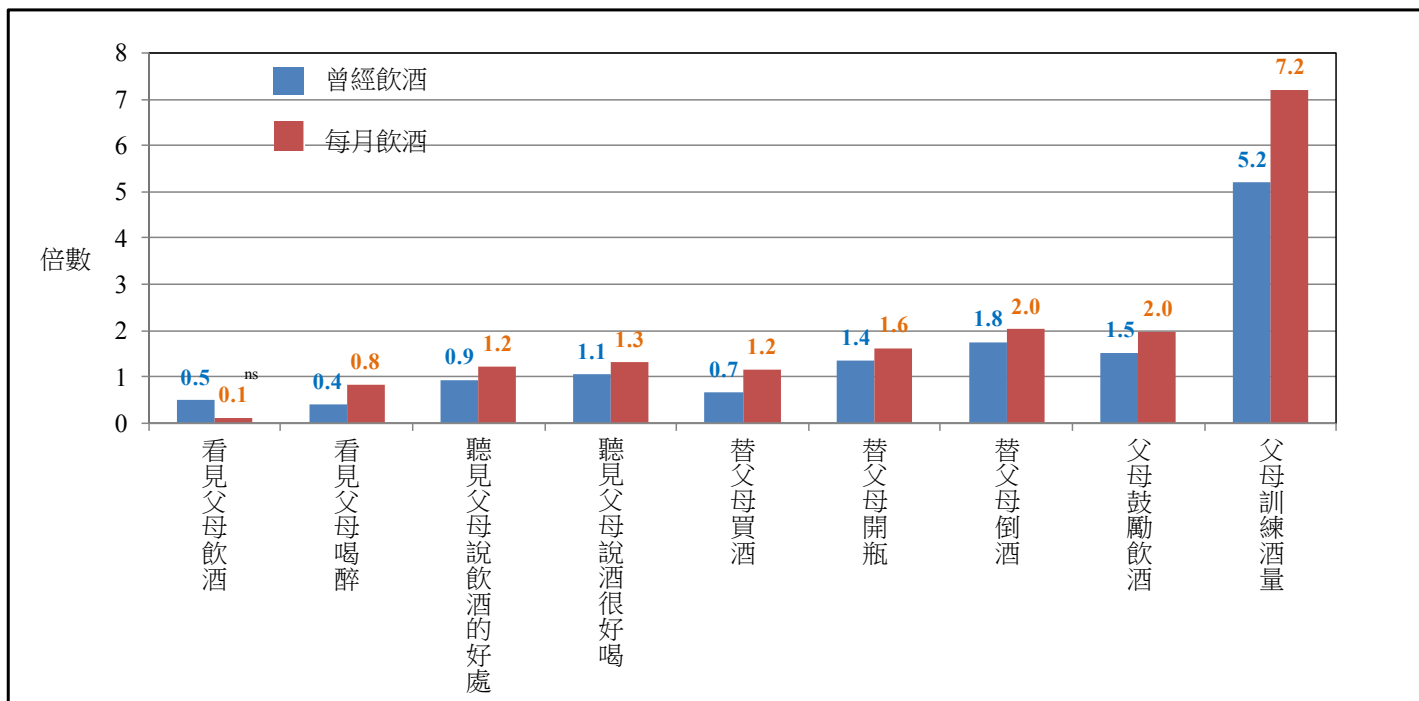
在香港，一項於二零一二年進行的研究顯示，在華裔青少年中，父母鼓吹飲酒的行為非常普遍。該研究隨機抽樣訪問了超過 1 700 名中學生（平均年齡為 14.7 歲），當中 67.5% 表示父母至少作出了一項鼓吹飲酒的行為。最普遍的父母鼓吹飲酒的行為是看見父母飲酒（51.0%），其次為替父母倒酒（24.7%）、聽見父母說酒很好喝（24.6%）及替父母開瓶（23.0%）（圖一）<sup>5</sup>。除了看見父母飲酒與青少年每月飲酒的關聯並不顯著外，該研究亦觀察到其餘每項父母鼓吹飲酒的行為都與青少年曾經飲酒及每月飲酒息息相關。在所有行為中，父母訓練酒量與青少年飲酒的關聯最為密切。與不曾接觸酒量訓練的學生相比，曾接觸酒量訓練的學生報稱曾經飲酒及每月飲酒的情況，分別高出約 5 倍及 7 倍（圖二）<sup>6</sup>。

圖一：父母鼓吹飲酒的行為的普遍程度



資料來源：二零一四年 Au 等。

圖二：按父母鼓吹飲酒的行為劃分導致青少年飲酒風險增加的程度



備註：<sup>ns</sup> 父母鼓吹飲酒的行為與青少年飲酒的行為於統計上並不呈顯著關係。

資料來源：二零一六年 Au 等。

## 為兒童及青少年訂立無酒精的健康人生

營造健康的環境供兒童及青少年順利成長及發展，是每個成年人的任務。然而，現時的兒童及青少年身處於經常有推廣及飲用酒精或汽水酒（方格一）的環境中。部分家長誤信讓兒童在受監督的情況下淺嚐或飲酒，可防止他們長大後有飲酒問題，而其他家長則低估子女的飲酒情況。

父母的角色非常關鍵，可以對兒童的飲酒行為造成正面或負面的影響。在任何情況下，父母（及成年人）都不應讓兒童及青少年飲酒、向兒童及青少年提供酒精或迫使他們飲酒。他們應以身作則，以及避免在子女面前飲酒。

### 方格一：汽水酒－糖衣危機<sup>7</sup>

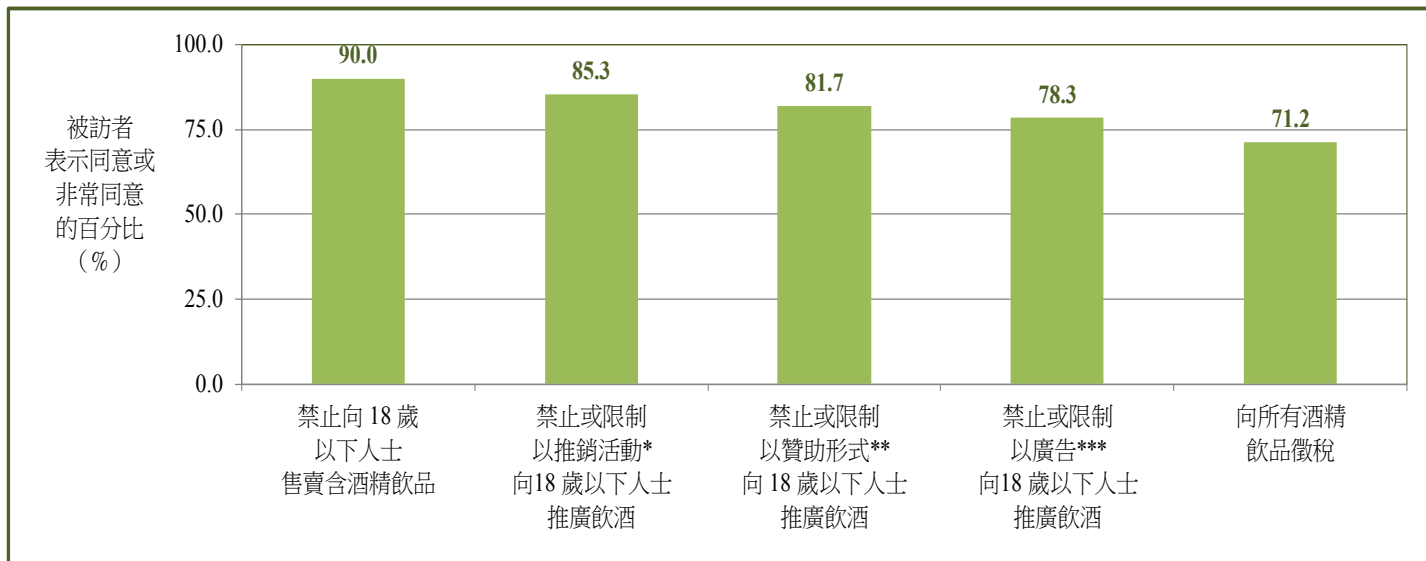
- ◆ 汽水酒帶有甜味、是預先調配的含酒精飲品。酒精含量一般與啤酒（約 4 至 7%）相約，但亦可高達 8 至 12%，以類似一般汽水的樽裝或罐裝出售。
- ◆ 研究顯示，汽水酒較受女孩子喜愛。甜味尤其吸引女孩子開始嘗試飲酒。
- ◆ 由於汽水酒帶有甜味，青少年一般會低估其酒精含量。
- ◆ 青少年錯誤地不認為飲用汽水酒可引致健康問題或酒精中毒。

父母亦應與子女多討論有關酒害的問題，了解他們對於飲酒的態度及減少他們對飲酒的好奇。在與子女訂立禁止飲酒的家規時，父母應讓子女明白社交聚會不一定要飲酒，並教導他們被邀請飲酒時一些向酒精說「不」的拒絕技巧（例如找個夥伴一同說「不」、找個藉口離開，或無視相關邀請）。

為減少飲酒及相關危害，世界衛生組織倡議三項最合算措施：於零售點設售酒限制、限制或禁止酒精飲品的宣傳和增加酒精飲品的徵稅<sup>8</sup>。在香港，衛生署於二零一五年進行一項調查，以電話訪問了超過 2 500 名年齡介乎 18 至 64 歲並於社區居住的成年人，瞭解公眾對飲酒的認識、態度及行為，包括對控酒政策措施的看法<sup>9</sup>。結果顯示，有 90% 的被訪者同意或非常同意禁止向 18 歲以下人士售賣含酒精飲品；約五分四的被訪者同意或非常同意禁止或限制以推銷活動（85.3%）、贊助形式（81.7%）或廣告（78.3%）向 18 歲以下人士推廣飲酒；及 71.2% 的被訪者同意或非常同意向所有酒精飲品徵稅（圖三）。



圖三：年齡介乎 18 至 64 歲並於社區居住的成年人對控酒政策措施的看法



備註：\* 例如試酒會同美酒展等； \*\* 例如音樂會、體育賽事及學生活動等； \*\*\* 例如電視或電台廣告、社交平台如「面書」(Facebook)上的廣告、在戲院內播放電影前的廣告等。

資料來源：衛生署。

請緊記，未成年飲酒可造成嚴重及影響終身的後果，而減少未成年人飲酒是一個共同責任。為保護青少年免受酒精相關危害，政府正考慮採用立法手段限制零售店出售酒精飲品予 18 歲以下人士。衛生署會繼續加強教育公眾認識飲酒的害處，尤其是對兒童及青少年，和呼籲學校、院舍及關心年輕人發展的機構攜手協力，創造無酒環境。在家長指導和社會支持下，子女可安然過渡一個遠離酒害的青少年期。要了解更多有關「年少無酒」的資訊，請瀏覽 [http://www.change4health.gov.hk/tc/alcohol\\_aware/youngandalcoholfree/index.html](http://www.change4health.gov.hk/tc/alcohol_aware/youngandalcoholfree/index.html)。

#### 參考資料

- 1.Mokdad AH, Forouzanfar MH, Daoud F, et al. Global burden of diseases, injuries, and risk factors for young people's health during 1990-2013: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2013. *Lancet* 2016; 387(10036):2383-401.
- 2.Young People and Alcohol. A Resource Book. Geneva: World Health Organization Western Pacific Region, 2015.
- 3.Wang MP, Ho SY, Lam TH. Underage alcohol drinking and medical services use in Hong Kong: a cross-sectional study. *BMJ Open* 2013; 3(5).
- 4.Kaynak O, Winters KC, Cacciola J, et al. Providing alcohol for un-derage youth: what messages should we be sending parents? *J Stud Alcohol Drugs* 2014; 75(4):590-605.
- 5.Au WM, Ho SY, Wang MP, et al. Alcohol drinking and pro-drinking practices in parents of Hong Kong adolescents. *Alcohol Alcohol* 2014; 49(6):668-74.
- 6.Au WM, Ho SY, Wang MP, et al. Cross-sectional study on parental pro-drinking practices and adolescent alcohol drinking in Hong Kong. *BMJ Open* 2016; 6(2):e009804.
- 7.Metzner C, Kraus L. The impact of alcopops on adolescent drinking: a literature review. *Alcohol Alcohol* 2008; 43(2):230-9.
- 8.Discussion paper. In: WHO First Global Ministerial conference on Healthy Lifestyles and NCD Control, Moscow, 28-29 April 2011. Geneva: World Health Organization, 2011.
- 9.香港特別行政區：衛生署。二零一五年香港成人對飲酒的認識、態度及行為調查。

## 「年少無酒」全港 GIF 動畫創作大賽



衛生署正舉辦「年少無酒」全港 GIF 動畫創作大賽，讓中、小學生透過數碼媒體平台發揮創意，同時加深認識酒精對身心健康帶來的不良影響，明白實行健康生活及拒絕酒精的重要。小學親子組大賽更提供機會，讓家長與子女討論酒精禍害，提高父母在防範未成年人飲酒發揮的關鍵作用。

組別:	1. 小學親子組 — 2 至 3 人一組，最少 1 名小學生及 1 名家長 2. 中學組 — 由 1 至 3 名中學生組成隊伍參賽
主題:	1. 年少無酒 2. 拒絕酒精 3. 實行健康生活
作品提交截止日期:	2017 年 4 月 15 日 23 時 59 分

參賽者必須於 **2017 年 3 月 1 日至 4 月 15 日**，以電郵方式提交作品至 [ncdd@dh.gov.hk](mailto:ncdd@dh.gov.hk)，請於電郵主旨上註明「年少無酒」全港 GIF 動畫創作大賽。

詳情請瀏覽 <http://www.change4health.gov.hk/gifcontest>  
或 [www.instagram.com/youngandalcoholfree](http://www.instagram.com/youngandalcoholfree)。

**非傳染病直擊**旨在加強公眾對非傳染病及相關課題的認識，意識到預防和控制非傳染病的重要性。這亦顯示我們積極進行風險資訊溝通和致力處理非傳染病在我們社區引起的種種健康問題。

編輯委員會歡迎各界人士的意見。

如有任何意見或疑問，請聯絡我們，電郵 [so\\_dp3@dh.gov.hk](mailto:so_dp3@dh.gov.hk)。

主編  
程卓端醫生  
委員

鍾偉雄醫生  
范婉雯醫生  
馮宇琪醫生  
何琬琪女士  
何家慧醫生  
李嘉瑩醫生

李兆妍醫生  
李元浩先生  
吳珏翹醫生  
吳國保醫生  
尹慧珍博士  
王曼霞醫生