



THEO GIỚI HẠN PHÁP LÝ

Uống Rượu Có Thể Khiến Bạn Vào Tù. . . hoặc Tội Tệ Hơn

Một số thanh thiếu niên coi việc uống rượu là không có gì to tát - nhưng họ đã chết vì sai lầm.

Nếu bạn chưa đủ tuổi, uống rượu là phạm tội. Bị bắt quả tang uống rượu là bạn phải đối mặt với các hình phạt, từ đóng tiền phạt và phải tham gia dịch vụ cộng đồng đến các lớp học giáo dục bắt buộc về rượu. Nếu bạn uống rượu và lái xe, tiền phạt thậm chí còn cao hơn. (Tức là, nếu bạn không tự giết mình hay người bạn yêu trước khi bạn bị bắt). Thống kê cho thấy rằng uống rượu và lái xe là nguyên nhân hàng đầu gây tử vong cho thanh thiếu niên ở Hoa Kỳ.

Nếu bạn bị say rượu và lái xe, bạn đang phải đối mặt với một số hình phạt nghiêm trọng, bao gồm giam giữ, phạt tiền và quản chế - và bạn thậm chí có thể bị tước mất giấy phép lái xe. Thêm vào đó, bạn sẽ có hồ sơ hình sự, có thể khiến việc tìm việc làm hoặc đi học đại học trở nên khó khăn.

QUAY LẠI CÂU CHUYỆN

Nói “Không” với rượu

Bạn nói gì khi ai đó mời bạn uống rượu? Từ “Không” đơn giản luôn có tác dụng. Hoặc, bạn có thể thử một trong các cách sau:

- “Xin lỗi. Tôi phải lái xe tối nay. “
- “Không, cảm ơn. Tôi không thích bia. “
- “Không đâu. Mẹ cháu sẽ giết cháu nếu cháu trở về nhà với mùi rượu.”



TỰ KIỂM TRA!

Bạn biết gì về rượu? Thực hiện bài kiểm tra này và tìm ra.

- Một quá trình được gọi là _____ biến đường trong trái cây và rau củ thành rượu.
 - Phân chia
 - Lên men
 - Phân hủy
 - Cấu thành sắc tố
- Gan của bạn chỉ có thể xử lý khoảng _____ mỗi giờ.
 - Một ly
 - Hai ly
 - Ba ly
 - Bốn ly
- Cơ quan lọc rượu trong cơ thể của bạn là:
 - Não của bạn
 - Tim của bạn
 - Gan của bạn
 - Dạ dày của bạn
- “ _____ ” là tên gọi khi người lớn cho trẻ vị thành niên dùng rượu.
 - Chủ trì xã hội
 - Truyền thông xã hội
 - Chủ trì rượu
 - Chủ trì tuổi vị thành niên
- Điều nào sau đây KHÔNG phải là một tác động ngắn hạn của rượu?
 - Chóng mặt
 - Tăng cân
 - Buồn nôn
 - Nói lắp

Answers: 1. b; 2. a; 3. c; 4. a; 5. b

Uống Rượu Dưới Tuổi



STAY SAFE SERIES

© 2014 PRIMO PREVENTION, LLC • PO Box 371 • Reserve, LA 70084
985-359-7848 • www.primoprevention.com • PSS-DA-06V

MẮT KIỂM SOÁT

KHI HOA QUẢ VÀ RAU CỦ TỐT TRỞ NÊN XẤU ĐI

Lên men, Rượu, và Cơ thể bạn

Khi bạn nghĩ đến thực phẩm lành mạnh, bạn có thể nghĩ đến những thứ như ngũ cốc nguyên hạt, trái cây và rau củ. Bạn có biết rằng những thực phẩm lành mạnh này có thể biến thành những thứ rất nguy hiểm không? Một quá trình gọi là lên men phá vỡ đường tự nhiên trong những thực phẩm và biến chúng thành một chất độc chết người: Rượu.

Khi bạn uống rượu, gan của bạn sẽ bị thổi phồng, phải làm việc chăm chỉ để loại bỏ chất độc khỏi cơ thể của bạn. Đó là lý do tại sao những người lạm dụng rượu cuối cùng thường bị tổn thương gan nghiêm trọng.

Gan phải mất khoảng một giờ để phá vỡ một ounce rượu. Nếu bạn uống nhiều hơn thế, gan của bạn không thể theo kịp - đó là lý do tại sao mọi người đôi khi cảm thấy chóng mặt, nhâm lẫn và không tỉnh táo vài giờ sau khi họ ngừng uống rượu.

UỐNG ĐẾN CHẾT

UỐNG RƯỢU QUÁ ĐỘ VÀ NGỘ ĐỘC RƯỢU

Gan của bạn chỉ có thể giải quyết được khoảng một ly mỗi giờ - và đó là lý do tại sao uống rượu quá độ rất nguy hiểm. Uống quá độ là uống rất nhiều trong một khoảng thời gian ngắn (thường là khoảng bốn ly hoặc nhiều hơn trong một lần).

Khi bạn uống rượu quá độ, bạn đang làm cơ thể của bạn ngập tràn rượu quá nhanh đến mức gan của bạn không thể theo kịp. Khi gan không thể đẩy độc tố khỏi cơ thể bạn, bạn có thể sẽ bị ngộ độc rượu.

Ngộ độc rượu là một mối đe dọa đến tính mạng. Nếu một người bị ngộ độc rượu không nhận được sự chăm sóc y tế ngay lập tức, họ có thể bị hôn mê - thậm chí họ có thể tử vong. Một số dấu hiệu ngộ độc rượu là:

- Mất ý thức
- Động kinh
- Nhâm lẫn
- Nôn mửa
- Giảm nhiệt độ cơ thể
- Nhịp thở chậm và không đều

Hãy nhớ rằng: Ngộ độc rượu có thể giết chết bạn. Nếu bạn nghi ngờ rằng một người bạn của mình bị ngộ độc rượu, hãy giúp đỡ họ ngay lập tức.

ẢNH HƯỞNG NGẮN HẠN VÀ DÀI HẠN CỦA RƯỢU

Rượu là một chất ức chế. Nó làm tối loạn khả năng thông báo đến các cơ quan khác của não bộ. Khi bạn uống rượu, mọi thứ đều chậm lại - tầm nhìn của bạn bị mờ, cử động của bạn trở nên vụng về và bạn gặp khó khăn trong việc nói và suy nghĩ rõ ràng.

Những người uống nhiều hơn hai hoặc ba ly mỗi lần bắt đầu cảm thấy chệnh choạng, hoặc thậm chí là say. Họ gặp các triệu chứng như:

- Mờ mắt
- Nói lắp
- Nôn mửa và buồn nôn
- Mất thăng bằng và chóng mặt

Tuy nhiên, nó sẽ trở nên tồi tệ hơn: Những người uống rượu không suy nghĩ rõ ràng được, và họ có nhiều khả năng đưa ra những quyết định tồi tệ như lái xe khi say rượu, hoặc có quan hệ tình dục không an toàn.

Về lâu dài, lạm dụng rượu có thể gây ra các vấn đề sức khỏe nghiêm trọng, bao gồm:

- Nghiện rượu
- Các vấn đề về gan, chẳng hạn như xơ gan
- Trầm cảm
- Sự phát triển trí não kém (ở thanh thiếu niên)
- Mất trí nhớ
- Nguy cơ đột quỵ and ung thư
- Béo phì

CHỦ TRÌ XÃ HỘI LÀ GÌ?

Một số người lớn cho rằng uống rượu ở tuổi vị thành niên có thể chấp nhận được - miễn là họ uống ở nhà, khi có mặt người lớn. Họ có thể cho phép con cái của mình tổ chức các bữa tiệc với rượu, và thậm chí họ có thể cung cấp thức uống. Đó gọi là "Chủ trì xã hội".

Sự thật là, cho trẻ vị thành niên uống rượu là bất hợp pháp - và cha mẹ để cho trẻ vị thành niên uống rượu thật sự là vi phạm pháp luật. Nếu một người lớn bị bắt khi đang cung cấp đồ uống có cồn cho người dưới giới hạn tuổi hợp pháp, họ có thể bị bắt giam.

Hãy nhớ: Dù cho cha mẹ của ai đó nói với bạn điều đó không sao, nếu bạn không đủ tuổi để uống, đừng làm điều đó. Chấm hết.

SINH NHẬT KHÔNG VUI

Debra, một thiếu niên ở California, đã lên kế hoạch tổ chức sinh nhật lần thứ 18 của mình rất lâu và ngày trọng đại cuối cùng đã đến. Một tháng trước, cô đã mời tất cả mọi người trong danh sách bạn bè Facebook của cô. Cô đã nhờ người bạn 22 tuổi của mình, Christina đến cửa hàng rượu và mua vài trăm đô la tiền rượu. Khoảng 30 người đã tham dự bữa tiệc của Debra, và mọi người đều có một thời gian tuyệt vời. Khi bạn bè của cô bắt đầu rời đi, Debra nhận thấy hai người bạn, Scott và Alexander, có vẻ say. Cô hỏi họ liệu họ có muốn ngủ trên ghế sofa hay gọi taxi không, nhưng Scott khẳng định rằng anh ấy vẫn khỏe mạnh - chỉ hơi chệnh choạng thôi.

Đó là lần cuối cùng Debra thấy bạn cô còn sống: Trên đường về nhà, chiếc xe của Scott đâm vào một cột đèn. Scott và Alexander đã thiệt mạng ngay lập tức. Một năm sau, Debra và Christina đã bị kết án về tội của mình: Cung cấp rượu cho trẻ vị thành niên. Trong phiên tòa, họ phải hồi tưởng lại vụ tai nạn này và họ phải đối mặt với gia đình của Scott và Alexander. Christina cuối cùng đã phải đi tù. Debra bị nhiều năm quản chế. Cô ấy còn sống, và cô ấy tự trách mình vì những gì đã xảy ra - nhưng cô ấy sẽ không bao giờ quên sinh nhật lần thứ 18 của mình.

