

為守護您或您親友的身體健康，新北市政府衛生局與8家醫療院所合作，開辦「飲酒減量醫療戒治服務計畫」，透過專業的醫療團隊，協助改善飲酒習慣，回歸不受酒精影響的生活。

## 服務內容

提供門診服務、初診身體檢查、心理輔導服務、完成治療生化檢查等服務。

## 參與方式

可先致電就近之服務機構洽詢，或直接前往就醫，即可提供相關服務。

### 參與本計畫之醫療院所

機構名稱	聯絡電話	地址
淡水馬偕醫院	0800-551099	新北市淡水區民權路47號
耕莘醫院	(02)2219-3391 分機66908	新北市新店區中正路362號
台北慈濟醫院	(02)6628-9779 分機3868	新北市新店區建國路289號
汐止國泰醫院	(02)26482121 分機2851	新北市汐止區建成路59巷2號
安興精神科診所	(02)29743029	新北市三重區重新路三段132號
新北市立聯合醫院	(02)2982-9111 分機3186	三重院區：新北市三重區新北大道一段3號 板橋院區：新北市板橋區英士路198號
八里療養院土城門診部	(02)2274-5250	新北市土城區青雲路6號1樓
衛生福利部雙和醫院	(02)2249-0088 分機8653	新北市中和區中正路291號

## 新北市政府衛生局 飲酒減量醫療戒治服務計畫

多喝水少喝酒，健康長長久久



當酒讓健康亮起了紅燈 家庭、工作也受到影響  
但仍是無法控制的習慣 有誰可以幫助我？



飲酒減量醫療戒治服務



菸酒檳榔防制宣導影片

健康·幸福·新北市

<http://www.health.ntpc.gov.tw>

廣告

地址 / 22006 新北市板橋區英士路 192-1 號 代表號 / 02-2257-7155

## 您知道飲酒過量所帶來的危害嗎？

酒在日常生活中隨手可得，但如從淺嚐不知不覺變成「過量飲酒」，將危害到身體健康、人際關係、工作表現甚至因酒後駕車、出現自傷或傷人等情形！

長期飲酒除了有酒後駕車及暴力行為等立即性危害，對身體所造成的傷害更不亞於高血壓、糖尿病等慢性疾病，同樣可能造成器官病變，人生彩色變黑白！

### 因應與求助

✓飲酒問題是可以改善的，透過醫療的協助，減少停止飲酒後的身體不適，再配合心理輔導，以重建生活。

✓長期飲酒對身體造成的危害，不亞於慢性疾病，有20~30%的食道癌、肝癌、肝硬化與飲酒有關，請及早尋求醫療的協助，最重要的是，要相信自己有能力戰勝這號敵人，千萬別未戰先敗。

### 我到底喝了多少酒？

一個單位的酒精，約等於1瓶350c.c的罐裝啤酒或1/4瓶的保力達，以下為常見的酒類及內含酒精單位數：

酒類	每瓶的酒精單位數
罐裝啤酒 (350c.c)	1
保力達、維士比 (600c.c)	4
葡萄酒、紅酒 (12 % · 700c.c)	7
麥茸酒 (30 % · 300c.c)	7.5
紹興酒 (16 % · 600c.c)	8
米酒 (22 % · 600c.c)	11
高粱酒 (58% · 300c.c)	14.5
威士忌、白蘭地 (40%600c.c)	20

### 我是否飲酒過量了？

若飲酒量超過下列所述，就已經飲酒過量了，可能會帶來身體或人際上的傷害。

男性：小於或等於65歲者，每週飲酒超過14單位，或每次喝酒場合的飲酒量超過4單位。

女性或超過65歲之男性：每週飲酒超過7單位，或每次喝酒場合的飲酒量超過3單位。

### 我到底有沒有酒癮？

- 1.你曾經不想喝太多，後來卻無法控制而喝酒過量嗎？  
是 否
- 2.家人或朋友為你好而勸你少喝一點酒嗎？  
是 否
- 3.對於喝酒這件事，你會覺得不好或感到愧疚嗎？  
是 否
- 4.你曾經早上一起床尚未進食之前，就要喝一杯才覺得比較舒服穩定？  
是 否

若以上4個問題，有一題為「是」，您可能有酒癮問題，建議您馬上尋求醫療的協助，不讓酒癮傷害您的身體、家庭與人際關係。