



# 赌博

## (Gambling)

### 青少年与赌瘾

(Teens and Problem Gambling)

### 什么是赌瘾？

(What is problem gambling?)

赌瘾是指任何导致您或亲近之人（例如父母、兄弟姐妹或朋友）生活出现问题的赌博行为。如果您的赌博行为导致您缺课或旷工，与家人或朋友争吵，或担心输掉的钱，则您可能已染上赌瘾。

### 大多数人都会赌博成瘾吗？

(Is gambling a problem for most people?)

不是。大多数人都是理智赌博，不会上瘾。但是对于某些人来说，赌博已成为其生活中非常重要的部分，所以会造成问题。赌瘾可能很轻微，也可能很严重。赌博可能会造成各种问题，例如付不起水电费、房租或信用卡账单。有时，这些问题会持续恶化，变得愈加严重，例如，造成负债累累、与亲友关系出现问题，甚至从事违法活动。

### 赌博成瘾者有哪些共同点？

(What are some things problem gamblers have in common?)

赌博成瘾者：

- 通常为男性
- 经常赌博
- 通常在各种形式的赌博活动中投注金额较大
- 每场赌博都会花更多时间
- 更有可能与警察产生纠纷
- 更有可能表达他们受到家庭成员的排斥



## 哪些人最有可能染上赌瘾？

(Who is most likely to develop gambling problems?)

我们没有办法知道哪些人会染上赌瘾。凡是参与赌博活动的人都可能染上赌瘾。赌博成瘾者可能是富人或穷人、年轻人或老年人、男性或女性，没有办法提前分辨。而且，很多人一直赌博，但却从未染上赌瘾。他们会买彩票或彩券，去赛马场下注，参加宾果之夜，或者向视频彩票机 (video lottery terminal, VLT) 里投几枚硬币碰碰运气。当抽奖活动或游戏结束后，他们就会全身而退，接着进行其他非赌博类活动。

## 青少年会染上赌瘾吗？

(Do some teenagers develop problems with gambling?)

会。2008 年一项针对阿尔伯特省 7 到 12 年级学生的调查显示，每 100 名接受调查的学生中大约有 2 名（略高于 2%）有赌博成瘾的迹象。另有约 3.5%（每 100 名学生中大约有 4 名）表现出有染上赌瘾的风。研究表明，某人第一次赌博时的年龄越小，越有可能染上赌瘾。

## 赌博成瘾者会表现出哪些类型的行为？

(What are some types of behaviour seen in problem gamblers?)

有很多。但请记住：不是每个参与赌博的人都有赌瘾，也不是每个赌博成瘾者都会表现出所有这些类型的行为。赌博成瘾者：

- 可能对金钱问题遮遮掩掩或心怀戒备。
- 可能向家人或朋友借钱。
- 可能寄全部希望于“大赢一把”。他们相信通过大赢一把可以解决经济或其他问题，而不是改变自己的赌博行为。
- 可能会承诺戒赌，但是他们可能会发现自己无法减少或停止赌博。他们常常次日或几天后就会再次赌博，尝试赢回输掉的钱。
- 可能情绪极不稳定。
- 如果不能参与赌博，赌博成瘾者就会想念赌博带来的刺激感觉，变得暴躁易怒、孤僻、抑郁或烦躁不安。
- 喜欢吹嘘自己的胜利，但如果有人表现出担心，则会对输钱轻描淡写。而且，有时还可能对输赢绝口不提。
- 比起与朋友谈笑玩乐，可能更倾向于去赌博，并且可能会缺席特殊的家庭活动。



## 人们如何知道自己是否染上赌瘾？

(How does someone know if they have a problem with gambling?)

虽然我们没有办法预知谁会染上赌瘾，但可通过一些警示迹象及早发现。有些迹象在成瘾初期就会显现，有些则会在成瘾后期出现：

- 在赌博上花费超过常理的时间或金钱
- 试图赢回输掉的钱
- 对于自己赌博的方式或赌博时发生的情况感觉很糟
- 听到别人说很担心你去赌博
- 对别人谎称赌博赢钱了
- 想要戒赌，但是觉得自己无法戒掉
- 向朋友、家人或其他人隐瞒赌博的事实
- 逃课或旷工去赌博
- 借钱或偷钱去赌博

欲了解更多信息并查找您附近的戒瘾服务办公室，请致电 24 小时求助热线。

如需每周 7 天每天 24 小时护理咨询服务和健康信息，请拨打健康热线 (Health Link) 811。

上次修订时间：2017 年 3 月 2 日

作者：阿尔伯特省健康服务处，上瘾与心理健康中心 (Addiction and Mental Health, Alberta Health Services)

此材料仅供参考之用。不应代替医嘱、指导和/或治疗使用。如有任何疑问，请咨询您的医生或合适的医疗服务提供者。