




大麻與  
青少年：  
瞭解  
實情

在紐約州 (New York State, NYS) ，成年人使用大麻 (cannabis ，也叫 marijuana 、 weed 或 pot) 是合法的。大麻的影響對於青少年來說，可能比對成年人而言更具風險。因此，瞭解什麼是合法的，以及大麻對你的健康和社區有哪些影響，十分重要。

## 大麻的合法使用

- 年齡在 21 歲或以上的成年人使用大麻是合法的。大麻可在持有紐約州執照的銷售點合法購買。
- 在車內使用大麻是非法的，即使是乘客使用或是在停車狀態下使用。
  - 在大麻的影響下開車很危險。切勿在使用大麻後開車，也不要與一直在使用大麻的人同車。



## 常見問答集

我看到很多地方都在銷售大麻。這是否意味著使用大麻是安全的？

- 無論大麻是透過合法還是非法途徑銷售，使用大麻對任何人或在任何場合而言，均不能保證安全。
- 許多無照商店出售的大麻產品不受監管，因此你無從知曉其成分、強度，或是其中是否確實含有大麻。
- 有照銷售點會在櫥窗內懸挂由紐約州頒發、帶有 QR 碼的驗證印章。此印章表明該商店可以合法銷售大麻產品。
- 若某一商店不持有紐約州驗證印章，也未列在 [cannabis.ny.gov/dispensing-facilities](https://cannabis.ny.gov/dispensing-facilities) 網頁上，該店便不是持照商店，其經銷的產品亦未受到監管。
- 有照銷售點不得在其店面上公開展示大麻。



如果我的朋友使用大麻，我該怎麼辦？

- 可與你的朋友坦誠對話，討論：
  - 他們使用大麻的情況
  - 如何能更安全地使用大麻。不同形式的大麻作用不盡相同，因此應先從少量開始，然後看看感覺如何，再增加用量。

- 不要使用無照商店提供的大麻產品
- 許多人並不使用大麻。即使別人使用大麻，你也可以選擇不用、推遲使用、減量使用或停止使用，以避免有害影響。

## 如果我使用了過量大麻或者想獲得幫助減少用量，該怎麼辦？

- 如果使用大麻正在給你帶來不良影響，不妨與可以信賴的成年人談一談。如果你或他人出現緊急醫療狀況，請致電 **911**。如需詢問大麻對人體有何影響，請致電紐約市毒物控制中心 (NYC Poison Center)：212-764-7667。
- 人們有時會使用大麻來應對壓力或其他心理健康問題，但也有可以幫你以健康的方式加以應對的資源：
  - 如需免費且保密的危機諮詢、心理健康和藥物使用支援及轉診服務，可隨時致電或傳送簡訊至 988，或造訪 [nyc.gov/988](https://nyc.gov/988) 進行線上聊天。
  - 欲加入紐約市青少年空間 (NYC Teenspace)，並與談話空間 (Talkspace) 治療師取得配對聯絡，以獲得簡訊服務並參加專為青少年舉辦的即時虛擬會談，請造訪 [talkspace.com/nyc](https://talkspace.com/nyc)。

## 大麻的影響

### ■ 大麻會：

- 對大腦仍在發育的青少年產生有害影響
- 使你身心運作遲緩，影響你的學業，影響你參加體育運動及你喜歡的其他活動
- 造成抑鬱和焦慮，並會增加某些人患精神分裂症等疾病的風險
- 開始使用大麻的年齡越小，停止使用時便會越難



### ■ 使用某些形式的大麻（如電子煙或捲煙）會影響到你的社區。

- 與煙草一樣，大麻產生的煙霧和氣溶膠（霧）含有可能對他人有害的化學物質。避免使用這些產品可以保護你的心肺和周圍的人。
- 電子煙會給環境增添更多塑膠和有毒電池負擔。



如需在如何更安全地使用大麻、對健康的影響、你的合法權利、紐約市醫用大麻計畫等方面瞭解更多資訊，請造訪 [nyc.gov/health/cannabis](https://nyc.gov/health/cannabis)。

