



大麻： 家长和看护者 须知

在纽约州 (New York State, NYS), 成年人使用大麻制品 (cannabis, 也叫 marijuana、weed 或 pot) 是合法的。大麻的影响对于青少年来说, 可能比对成年人而言更具风险。如果您是家长或看护者, 则应了解以下有关大麻和青少年的信息。

大麻的合法使用

- 年龄在 21 岁或以上人员在纽约州使用和拥有大麻是合法的。
- 大麻只可从持有纽约州执照的销售点合法购买。持照销售点已在 cannabis.ny.gov/dispensary-location-verification 网页上公布的清单中详列, 均持有带二维码的验证印章。该印章亦称为“纽约州大麻销售点验证工具” (NYS Dispensary Verification Tool)。扫描二维码便可验证销售店是否为持照销售点。如果销售店未列入网页上的清单, 或不具备“纽约市大麻销售点验证工具”, 该店便不是持照销售点, 其销售的产品也未受到监管。
- 使用大麻的成年人应将所有大麻制品, 安全地存放在未
满 21 岁人员无法看到并触及的地方。





大麻对青少年的影响

- 大麻会对大脑仍在发育的青少年产生有害影响。大麻会对判断力、决策能力以及学业和其他活动绩效造成负面影响。
- 长期使用大麻还会对青少年产生其他长期负面影响。
 - 青少年频繁使用大麻，可能增加他们患上包括抑郁症和焦虑症在内的心理疾病的风险。
 - 低龄开始且频繁地使用大麻，对于已经面临严重心理疾病（如精神分裂症）风险的青少年而言，会进一步加剧出现这些病况的风险。



如何与青少年谈论大麻和其他药物

- 应坦诚相见，秉持开放态度。
 - 让青少年知道，他们可以向您提出问题，以及共同探讨重要话题。
 - 应尽早开启对话，并计划好经常展开对话。应让您自己做到能随时进行坦诚且持续的对话。
- 应提供以事实而非恐惧为依据的信息。
 - 应清晰地表达您的担忧。例如，您可以说：“你的大脑还在发育阶段，我希望你能成为最好的自己。而大麻会阻碍你的成长。”
- 重点应放在青少年**应该**做什么，而不是不该做什么。
 - 如果他们感受到同伴迫使其尝试大麻或其他药物的压力，不妨商讨一个“退出计划”。该计划可包括口头回应、给可信赖的成年人打电话，或离开所在区域。应探讨各种选项并共同做出决定。
 - 与他们讨论大麻会如何对他们所关心的事情产生负面影响。
- 谈谈您在媒体上（包括社交媒体）和现实生活中所看到的大麻相关情况。讲出您对所见所闻的感受，并询问他们有何感受。
- 即使不能解答所有问题，也无可非议。尽可谈论您所了解的情况，以及您有哪些担忧，然后共同探寻相关信息。



如果孩子使用大麻，家长或看护者该怎么办

- 应保持冷静，首先要倾听，然后再做回应。过度反应只会疏远孩子，并使您在今后帮助他们时遇到更多困难。
- 向孩子表达您的担忧，并向其讲明使用大麻会出现的实际情况。
- 评估大麻对您的孩子可能造成了哪些影响。他们是否感受到迫使其使用大麻的外来压力？他们是否在使用大麻来应对某些问题？
 - 下列资源可以帮助孩子以健康的方式加以应对：
 - 如需免费且保密的危机咨询、心理健康和药物使用支持及转诊治疗，可随时致电或发送短信至 988，或访问 nyc.gov/988 进行在线聊天。
 - 如需加入 NYC Teenspace（纽约市青少年空间），并与 Talkspace（交谈空间）治疗师建立联系，以获取短信提示，并参加专为青少年举办的虚拟直播会议，请访问 talkspace.com/nyc。

- 共同制定一个安全计划。
 - 这个计划可能包括制定应对同伴压力的策略、寻求专业帮助或讨论更安全的使用方式。应确保您的孩子了解使用大麻（尤其是未受监管的大麻制品）的风险，并知道使用时应如何从低剂量开始，然后缓慢进行，以避免使用过量。
- 如果您的孩子使用大麻制品后，出现任何不良反应，或者如果您对无照销售点抱有疑虑，请访问此网站予以呈报：cannabis.ny.gov/report-an-incident。

如需有关大麻的更多信息，请访问
nyc.gov/health/cannabis。

