疫情下對賭博行為的溫馨提醒

十賭九輸，永遠是越賭越窮！

新冠肺炎疫情同時造成了巨大的經濟衝擊。在先前歐洲國家（如希臘、冰島）經濟危機期間，人們因為想靠著運氣挽回財務困難，反而導致問題性賭博的情況變得更加嚴重。

國外研究顯示，原本就有賭博問題的人，又同時有飲酒習慣的人，會在疫情期間賭得更多。酒喝多了也往往導致一個人更有膽量下注更大。

邊喝邊賭，當心花錢如流水！

如何防止賭博危害我們的身心和財務?

- 提醒自己：賭博不會讓心情好一點，更沒辦法紓壓。
- 不要想靠著賭博來處理自己的財務危機。
- 待在家中久了，(特別是在留職停薪或在家工作期間)，要留意自己會不會開始想要去彩券行買樂透碰碰運氣。
- 請勿在喝酒時同時賭博。
- 時時自我監督在賭博中花費的時間及金錢。
- 維持良好生活作息，在家裡面安排好其他與賭博無關的活動。
- 避開會引誘自己想要賭博的人、事、物。
- 特別注意家中的兒童及青少年進行網路賭博行為。
- 若真的無法控制自己，可考慮請身旁的人協助管理財務，並尋求專業幫助。

- 疾管署COVID-19諮詢專線:1922
- 臺北市立聯合醫院松德院區
  成癮防治科:02-27263141#1274

廣告