研究发现，美国酒精消费自疫情以来首次下降

来自年轻成年人的下降最明显。50至64岁人群的重度饮酒仍在上升。

2026年9月23日星期三



根据发表在《Annals of Internal Medicine》上的一项新研究，在疫情开始后几年持续攀升的美国酒精消费如今已开始下降。降幅不大，主要由年轻成年人推动，但研究人员还发现了一个更令人担忧的趋势：50至64岁人群的重度饮酒仍在继续上升。

研究结果显示，美国人的饮酒方式出现分化。2022年至2024年间，整体饮酒量下降，这似乎是疫情时期饮酒模式形成以来全国首次回落。与此同时，研究发现，自2018年以来，老年人的饮酒有所增加，而美国中年人群体中高强度饮酒的上升并未逆转。

这意味着，头条数字并不能说明全部情况。全国平均水平走低可能意味着改善，尤其是在疫情期间及之后人们对饮酒习惯持续担忧多年之后。但按年龄拆分的数据表明，这种下降并未在整个人群中均匀出现，部分群体的风险仍然偏高。

研究人员表示，近期变化很大程度上来自年轻成年人。这个结果与更广泛的趋势相吻合，卫生官员、营销人员和消费者研究人员一直在密切关注这一趋势：许多年轻美国人表示饮酒频率更低，或转而寻求传统酒精饮料之外的替代选择。尽管全国层面的总体降幅不大，这项新研究还是为这一趋势提供了医学证据。

50至64岁成年人群体呈现出相反的方向。该年龄段的重度饮酒仍在上升，尽管整体数据有所缓和。这一点意义重大，因为更高程度的饮酒与更高的肝病、心脏问题、某些癌症、伤害和心理健康并发症风险有关。对医生和公共卫生官员而言，这些数据表明，预防和治疗工作可能需要按年龄更有针对性地开展，而不是仅依据一个全国性趋势。

这项研究的发现也不只关系到医学。对于饮料行业而言，年轻消费者饮酒持续下降可能重塑啤酒、葡萄酒和烈酒的长期需求，而老年人群继续重度饮酒则可能使这些预测更加复杂，并在健康担忧和监管争论持续之际，继续给企业带来压力。这种分化也可能影响生产商和零售商对产品结构、营销以及美国增长预期的思考。

这份报告发布之际，酒精已成为美国公共卫生讨论中更受关注的一部分。近年来，研究人员和政策制定者对经常饮酒和重度饮酒的影响投入了更多注意力，尤其是在疫情带来社会扰动之后。这些新数据并未显示美国从那段时期实现了简单的全国性恢复。相反，它们表明，这一过渡更为不均衡：一些美国人在减少饮酒，而另一些人则继续朝相反方向发展。

由于2022年至2024年的降幅有限，这项研究不太可能就美国是否已进入一个长期低饮酒时期给出定论。随着经济状况、社会习惯和健康传播信息的变化，微小波动也可能再次改变。该研究真正显示的是，如今的全国大趋势同时包含两种截然不同的走向：年轻成年人饮酒减少，而许多更接近退休年龄的人则呈现出更危险的模式。

这种分化势必会引起追踪酒精相关危害的医生、卫生机构和州官员的关注。它也可能进一步引发关于警示标签、预防宣传活动以及如何应对酒精滥用的争论，尤其是在那些在公共信息中经常被忽视的年龄群体中，而历史上公共信息更多地聚焦于青少年和年轻成年人。