研究发现：50岁以下加拿大人每日使用大麻者已多于每日饮酒者

对近10万份调查答卷的分析显示，自大麻合法化以来，频繁使用大麻已成为年轻成年人生活中的常态

2026年11月23日星期一



据发表于《加拿大医学会杂志》（CMAJ）的一项调查分析，50岁以下加拿大人中，每日使用大麻者已多于每日饮酒者。该分析基于2023年和2024年收集的近10万份答卷。

这一发现标志着物质使用模式出现显著变化。在加拿大，酒精长期以来比大麻更常见于日常生活。研究人员发现，50岁以下人群中，每日使用大麻比每日饮酒更普遍。研究并未得出人们直接以大麻取代酒精的结论，也没有证实这两种行为之间存在因果关系。

这项分析依据来自加拿大各地的近期调查数据，使研究人员得以广泛了解成年人报告使用大麻和酒精的频率。结果显示，每日消费习惯存在代际差异，年轻和中年成年人的模式与年长加拿大人不同。尽

管酒精仍被广泛使用，但研究表明，在许多50岁以下成年人中，每日使用大麻如今已比每日饮酒更常见。

这一变化具有公共卫生层面的意义，并可能影响相关部门如何解读使用模式，尽管这项调查并未测量摄入量或临床结果。研究人员表示，不应将结果解读为大麻正以简单的一对一方式取代酒精的证据。相反，数据表明，大量人群中频繁使用大麻的情况已更加普遍，在这一年龄段中，其比例如今超过了每日饮酒。

这项研究进一步印证了越来越多的证据：自大麻合法化以来，大麻已成为部分加拿大人日常生活中更常见的一部分。但作者谨慎说明了这项调查能够和不能够揭示什么。由于分析依据的是某一时间点收集的自我报告答卷，因此无法判断一种物质是否导致另一种物质的使用减少，也无法确定更广泛的社会、经济和文化变化是否正在同时重塑这两种习惯。

这些发现的意义也不止于公共卫生领域。对于啤酒商、酒庄、蒸馏酒生产商、酒吧及其他饮料行业企业而言，结果或许又表明，年轻成年人的消费模式正在变化，并可能影响酒精饮料的长期需求。这并不意味着大麻已确定从啤酒、葡萄酒或烈酒手中夺走销量，研究也没有作出这样的判断。但它显示，日常行为正在发生变化；生产商和零售商在评估年轻消费者如何在合法致醉物质之间作出选择时，很可能会密切关注这一趋势。

在加拿大，成年人饮酒和使用大麻均属合法，但须遵守各省规定。政策制定者和卫生官员一直在努力了解，获取便利程度、社会接受度和价格如何影响使用模式。50岁以下成年人更频繁地使用大麻，可能会影响有关预防、教育和治疗的讨论，尤其是在定期使用逐渐常态化、类似于过去某些场合中每日饮酒的情况下。

调查样本量大，提升了其作为当前行为概况的参考价值，但仍存在局限。自我报告的物质使用情况可能被低估或错报，调查数据也未必能涵盖摄入量、产品效力或使用场景等重要细节。要更准确评估不同使用模式之间的差异，还需要这些细节。

尽管存在这些注意事项，研究结果仍凸显了消费习惯变化之快。对于政策制定者和卫生官员而言，每日使用大麻人数上升，可能意味着要更密切关注自我报告使用模式的变化。对于酒类行业而言，这或许意味着，不能仅凭传统饮酒趋势来判断未来增长。对于研究人员而言，这项研究则表明，仍需进一步探究大麻使用增加是否伴随饮酒减少、与饮酒变化相互独立，或与加拿大人使用致醉物质方式的其他变化同时发生。