德国调查：51%的年轻成年人过去一年曾醉到无法走直线

调查还发现，18至30岁的受访者中，40%至少每月见到父母醉酒一次

2026年11月25日星期三



德国一项最新调查显示，年轻人的饮酒情况呈现出两面性：有相当一部分人表示从未饮酒，但也有许多人称自己曾大量饮酒，并且成长过程中经常在家中接触醉酒情形。

11月24日星期二，德国健康保险机构 Pronova BKK 发布了一项具有代表性的在线调查结果。调查共访问1,228名成年人，发现超过三分之二的受访者曾在某个时候见过至少一位父母醉酒。18至30岁人群中的这一现象尤为明显。调查显示，该年龄组中有40%的人表示，自己至少每月见到父母醉酒一次。

同一年龄组的受访者也报告了较高比例的高风险饮酒行为。Pronova BKK 表示，18至30岁的受访者中，51%在过去12个月内至少有一次醉到无法走直线。该组中比例相近的人还表示，自己曾出现记忆断片、饮酒过量后呕吐，或第二天为自己的行为感到羞愧。

调查显示，酒精在许多德国家庭的日常生活中十分常见。半数受访者表示，家中几乎总备有啤酒、葡萄酒或起泡酒等酒精饮品。Pronova BKK 还发现，64%的德国人曾见过父亲醉酒，44%曾见过母亲醉酒。

调查结果表明，人们在家中看到的情形与成年后的饮酒频率之间可能存在关联，但这项调查并不能证明因果关系。在表示至少每周饮酒一次的人中，37%称父母至少每月醉酒一次；在不饮酒或已经戒酒的人中，这一比例为24%。

研究还发现，许多受访者很早就接触了酒精。三分之一的德国人表示，自己第一次饮酒时还不到16岁。在31至45岁的受访者中，这一比例升至41%；在31岁以下人群中则为37%。

对许多人来说，第一次饮酒是在朋友或熟人陪伴下发生的，但不少情况下父母也在场。在Z世代受访者中，30%表示自己第一次喝酒时父母就在身边，比30岁以上受访者高出12个百分点。

Pronova BKK 援引该机构健康促进专家 Patrizia Thamm 的话称，父母是重要的行为榜样，因为儿童和青少年会观察成年人如何对待酒精。她表示，明确界限并公开讨论健康风险十分重要，年轻人也应知道，如果自己喝多了，可以向父母求助。

调查发现，严重醉酒在更广泛的人群中也很常见。四分之三的德国人表示，一生中至少有过一次严重醉酒经历。八分之一的人称，自己第一次严重醉酒是在16岁之前。受访者中最常见的首次严重醉酒年龄为16或17岁，占27%。

与此同时，数据也显示，并非所有年轻成年人都饮酒。Pronova BKK 表示，18至30岁的受访者中有9%称自己从未饮酒，是总体平均水平的两倍多。这些数据表明，Z世代并不是一个同质化群体。对生产商、零售商、酒吧和餐厅而言，这些数字或许呈现出更为复杂的Z世代面貌：一些人完全不饮酒，而另一些人仍经常一次性大量饮酒。这种差异可能影响负责任的销售和服务实践。

调查还发现，尽管报告了相关危害，一些年轻成年人对自己的饮酒能力仍信心十足。Pronova BKK 表示，39%的Z世代受访者认同“我可以轻易把别人喝趴下”这一说法。

该保险机构表示，这项名为《日常生活、家庭与工作中的酒精》的研究于2026年7月和8月通过在线方式开展，共有400名Z世代受访者参与。调查将Z世代定义为30岁及以下人群。研究根据受访者的个人经历和自述行为，考察了酒精在家庭生活、日常安排和商业场景中的影响。