

喝酒 · 不要太超過

自我檢測 · 看得到 認識成人每天酒精標準量

成年男性飲酒每天不超過 2 單位；成年女性飲酒每天不超過 1 單位

1 單位酒精 = 10 公克純酒精

酒品容量(c.c) X 酒精濃度(%) X 0.785(酒精密度)=每瓶酒精含量(g)

1杯 = 150ml



啤酒
5%



(含酒精)
提神飲料
10%



紅酒
12%



米酒
19.5%



烈酒
40%

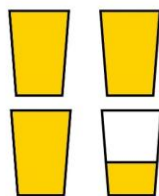


高粱酒
58%



2單位
ml/天

508ml



254ml



212ml



130ml



62ml



42ml



1單位
ml/天

254ml



127ml



106ml



65ml



31ml



21ml



不喝酒更好；開車、懷孕、未成年、服用藥物者切勿飲酒