



## 橙縣治安官署告知公眾如何「了解自己的極限」

加利福尼亞州蘭喬聖瑪格麗塔市 (2024 年 8 月 9 日)：2024 年 8 月 11 日星期日，橙縣治安官署 (Sheriff's Department) 將派遣警員到蘭喬聖瑪格麗塔市夏季音樂會系列活動 (Rancho Santa Margarita Summer Concert Series)，向公眾宣傳如何監察自己的酒精攝入量並「了解自己的極限」。

「了解自己的極限 (Know Your Limit)」計劃旨在提高人們對酒後駕車危險的認識，並讓大家了解達到法定駕車酒精限度所需的酒精量有多少。法律規定，21 歲及以上的人駕車時血液酒精濃度 (BAC) 達到或超過 0.08% 即屬違法。

「了解自己的極限」宣傳活動將於晚上 6 點至 8 點在蘭喬聖瑪格麗塔市夏季音樂會系列活動舉行。

在此期間，警員將詢問參加者飲用了多少酒，並詢問他們是否認為自己可以安全駕駛。警員亦將邀請志願者進行呼氣測酒測試，看看他們是否能猜測出自己的血液酒精濃度 (BAC)。警員將提供有關酒精對駕駛能力的影響以及酒後駕駛 (DUI) 後果的資訊。

警長凱爾·石井 (Kyle Ishii) 表示：「我們的目標是幫助人們了解酒精的影響，從而能夠明智地決定如何安全回家。只需一杯酒就可能對一個人造成影響，這就是為什麼讓人們了解自己的極限如此重要。」

一個人的身高、體重、飲食攝入、藥物和/或藥物使用以及在一段時間內飲酒量都是影響其血液酒精濃度 (BAC) 的因素。根據加州駕駛手冊 (California Driver Handbook)，一名體重在 120-160 磅之間的女性在一小時內飲用兩杯酒，以及體重在 180-220 磅之間的男性在一小時內飲用三杯酒，就可能超過法定限制。一杯酒的標準為 1.5 盎司的烈酒 (40% 酒精)、12 盎司的啤酒 (4.5% 酒精) 或者 5 盎司的葡萄酒 (12% 酒精)。兩次飲酒之間相隔 40 分鐘，血液酒精濃度就會降低 0.01%。

第一次酒駕的平均成本大約為 13,500 美元，這包括車輛扣押費用、罰款、律師費、汽車保險費用上漲和其他罰款。請提前計劃，避免酒後駕駛的風險，請指定一名清醒的司機。

「了解自己的極限」計劃的資金由加州交通安全辦公室 (California Office of Traffic Safety) 通過國家公路交通安全管理局 (National Highway Traffic Safety Administration) 撥款提供。

