

# 了解迹象 与症状

了解这些迹象并认识到你并不是一个人在孤军作战，如果你需要帮助，我们全天候二十四小时在线，过程将会是保密的。

- 当您停止或减少赌博时，您是否曾感到焦躁不安、紧张或易怒？
- 你有向其他人借钱来解决因赌博引起的财务问题吗？
- 你有对家人或朋友隐瞒你在赌博方面的花销吗？

如果你有以上所述的任何一个问题，你可以寻求帮助



当您发现自己沉迷赌博逃避压力说谎



## 你可以得到帮助

当你赌博的习惯失去控制的时候, 致电:

**1.800.GAMBLER**

(1-800-426-2537) 或发送  
信息 GAMB 到 833234

**AreYouReallyWinning.com**



所有的通话都是保密的。  
一周七天，二十四小时开放。  
由伊利诺伊州公众服务部赞助



姜亚健康协会  
Midwest Asian Health  
Association

11G6812

你并不是孤军作战。  
我们可以提供帮助。  
致电**1.800.GAMBLER**



所有通话都是保密的。  
一周七天，二十四小时在线。

# 事实

赌博和体育博彩正变得比以往任何时候都更受欢迎，估计有15%的美国人每周至少赌博一次。你可能有认识某个深受赌博问题困扰的人

在伊利诺伊州，有接近

# 400,000

人有赌博成瘾的问题。

另外有 700,000 伊利诺伊州人有潜在的成瘾风险。

资料来源：HRIA 研究，2022 年

“我有太多的顾虑，难以启齿。直到我得到帮助。如果没有康复，我可能会进监狱，甚至更糟。”

## 沉迷， 扭曲事实 欺瞒

这些都是沉迷赌博的警示预兆

你不是一个人，你可以得到帮助。



如果我赢钱了，我不会收手，因为我会继续赢

## 我要做些什么/ 怎样寻求帮助

当你在赌博时发现自己不停地想着赌博.....而你输掉的钱比你拥有的更多.....你真的赢了吗？

如果您在赌桌上待得太久，或者发现自己正在追逐渴望下一把赢钱.....并且您发现自己感到不知所措，也许是正在向家人朋友撒谎、隐藏自己的习惯.....并且输掉的钱超出了您能承受的范围，那么您可能有赌博成瘾的问题。

你并不需要独自承受，你可以寻求帮助。

请拨打伊利诺伊州赌博问题帮助热线 1.800.GAMBLER (1-800-426-2537)。

你会得到训练有素的心理专家帮助，每周7天、每天24小时，并且全程保密。帮助热线还提供转介服务，您所在地区的专业顾问可以帮助您确定下一步。