知毒反毒，我行動--反轉毒害四行動

文/藥劑科 廖瑋陽 藥師

前陣子新聞又傳出有藝人染毒的消息，引起輿論譁然，前途大好的年輕人，卻因為吸食毒品毀掉自己，除了收入的影響，還得面臨牢獄之災，未來的”星途” 還有可能因此被做上記號。而最近的人倫悲劇，是一個吸毒的啃老族青年，因為吸毒神智不清，竟失手殺害了養大自己的爺爺奶奶，毒品，真的害人不淺。

究竟，毒品有什麼魔力，可以讓每個使用過的人都像著迷一樣？又為什麼要強調毒品的危害，到底會對人體會造成怎麼樣的傷害呢？

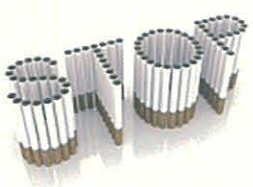
什麼是毒品？

根據『**毒品危害防制條例**』的定義：「**本條例所稱毒品，指具有成癮性、濫用性及對社會危害性之麻醉藥品與其製品及影響精神物質與其製品，毒品依其習慣性、依賴性、濫用性及對社會危害性分為四級。**」**通常級數越小，人體的成癮性越強，濫用後造成的傷害更大**。因此，毒品的影響範圍小到個人的成癮、濫用，大到對於社會及大眾的危害。

常見的毒品分類及說明如表格所示：

第一級	第二級	第三級	第四級
1. 海洛因 2. 嗎啡 3. 鴉片 4. 古柯鹼	1. 安非他命 2. MDMA （搖頭丸） 3. 大麻 4. LSD （搖腳丸、一粒沙） 5. Psilocybine （西洛西賓）	1. FM2 2. 小白板 3. 丁基原啡因 4. Ketamine （愷他命） 5. Nimetazepam （一粒眠、K5、紅豆）	1. Alprazolam （蝴蝶片） 2. Diazepam （安定、煩寧） 3. Lorazepam 4. Tramadol （特拉嗎竇）

（台中醫院）



第一級常見的毒品如俗稱福壽膏的**鴉片**(Opium)、有強烈成癮性但醫療上可作為止痛使用的**嗎啡**(Morphine)、使用者容易吸息過量而死亡的**海洛因**(Heroin)與黑市裡要價昂貴的古柯鹼(Cocaine)等。**第二級**常見的毒品包括被稱為安公子的**安非他命**(Amphetamine)、人稱「上鉤毒品」的**大麻**(Cannabis)，因為使用後會進而尋求更刺激感官更強烈的毒品。而**第三級毒品與第四級**毒品如：副作用是膀胱纖維化導致一輩子尿失禁的K**他命**，具有鎮靜安眠效果的「**小白板**」，國內外有多起使用後猝死的案例、圈內人稱為「**喵喵**」的新興毒品，以及醫療上可用來改善焦慮失眠的「**煩寧**」，因長期使用會有成癮性及耐受性而被列為毒品。

你不知道的毒品危害

使用毒品的人初期會有欣快感，感覺變得敏銳，隨劑量增加會有幻覺妄想，無法集中精神（就是所謂『**飄飄然**』的感覺）。一旦停藥會有嚴重的戒斷症狀，如情緒不安、躁動、流鼻水、盜汗流淚、失眠、厭食、腹瀉、肌肉疼痛等，甚至有自殺的傾向；有的毒品會抑制呼吸中樞，過量使用會導致死亡。另外，毒品的使用途徑也有很高的風

險，通常使用方式除了口服或吸食之外，也可透過針頭注射使用，但往往毒癮發作時是如此難受，為了求快速注射，針具大多沒有消毒就重複使用或與人共用，容易染上AIDS(愛滋病)或B型、C型肝炎或梅毒，最終引發敗血症感染而死亡。

戒毒是一條很辛苦的路，不但痛苦還要忍受別人異樣的眼光，若是吸食第一或第二級毒品的初犯，會由法院裁定進入『勒戒所』觀察勒戒，最長不得超過兩個月;若是勒戒人有繼續施用毒品的傾向，法院會裁定進入『戒治處所』強制勒戒，強制勒戒的時間最少六個月，至多不超過一年。觀察勒戒或強制勒戒後釋放，五年內再次吸毒者，將被科以刑責（嚴重者可處死刑或無期徒刑），如果五年後再次吸毒，則重新執行觀察勒戒或強制勒戒的程序。

反毒由你我做起

既然毒品的危害如此深遠，我們該如何從生活上身體力行來反毒呢？以下是反轉毒害的四個步驟給大家參考，教我們面對吸毒者的邀約或是毒品的誘惑能夠安然自處、全身而退：

1. 「珍惜自己的生命」:每個生命都是特別的，人生也只有一次，就像天上的星星般獨一無二，也因此愛惜自己的生命是很重要的，也要做好生命的主人，平時要建立良好的紓壓管道及健康的生活型態，遇到挫折或壓力時，才不致於想不開因而鑄下大錯。
2. 「拒絕菸、酒、毒上身」:如果沒有正確的抗壓觀念，會因為一些挫折後就逃避，這時如果心智不堅定很容易沾染菸、酒等惡習，古人有言：『勿以惡小而為之。』或許覺得抽煙喝酒沒什麼，還可以帶來片刻放鬆，萬一習慣成自然，成癮之後就很難戒了；有的人還會尋求更多更大的刺激，於是，不知不覺成了吸毒者。
3. 「認識毒品對人體的危害，進而打擊毒害」平時可以透過各種媒體管道，或是參與反毒講座、反毒志工的訓練，認識毒品與毒害。最方便的方式，是到巷口的社區藥局詢問藥師，相信會得到專業快速的反毒資訊。
4. 「提供協助並積極轉介至適當的單位」如週遭的人出現疑似吸毒的徵象(如暴躁易怒、眼神渙散、或是食慾變差、作息顛倒等)，要懷疑是否有濫用毒品的可能，並試著以冷靜平和的方式，提供轉介的管道(如免費戒毒專線0800-770-885)，助他早日回歸正常的生活。

結語

現代社會凡事講求快速有效率，比起早期農業社會平緩的生活步調，我們承受的壓力也較大，如何調整自己、讓自己處於最佳的狀態，就是每個人要面對的課題，或許運動旅遊都是很好的選項，千萬不要濫用藥物或毒品來得到一時的緩解，而付出慘痛的代價。青少年的同學也要注意，勿因好奇或逞強而嘗試毒品，因為染上毒癮，終生將受毒品控制與戕害。

