

113 年「暑期保護青少年—青春專案」反毒暨藥物濫用防制宣導

臺北市教育局關心您

<https://www.fda.gov.tw/TC/site.aspx?sid=10070&r=1243184092>

Q1. 有心人士會用什麼方式來引誘民眾使用毒品?

Ans

一、多樣的偽裝:

透過各式各樣流行的圖樣或貼圖進行設計，或將毒品偽裝成咖啡包、罐裝飲料、餅乾或茶包，使民眾混淆。除此，常以每一包裝中混入多種毒品，造成多重藥物濫用的問題，增添毒品間交互作用的危險。

二、言語的誘惑:

有心人士常用一些話術慇懃民眾，使民眾降低對毒品的警覺性，如：「這不會上癮」、「這很便宜」、「使用不違法」等話語誘騙。

三、組織性行銷: 常以首次免費供應的方式提供，誘使民眾使用，亦可能利用同儕心理，發起「團購」的方式販售，使民眾在同儕的壓力下，墮入毒品的深淵。

毒品常偽裝為討喜的糖果、巧克力或即溶奶茶、咖啡等，化解青少年心防。應隨時保持警覺性，不吃來路不明的食品或藥品，亦不隨意接受已開封或他人送的飲料與食物，避免在不知不覺中遭受毒害。

Q2. 如何拒絕毒品誘惑?

Ans.

拒絕毒品有五招:

1. 直接拒絕，如：「不用了啦！這東西不太適合我啦！」

2. 逃離現場，如:「我還有事，先走囉！」
3. 轉移話題，如:「我最近發現一個新的電玩更有趣，還是回家打 game 比較好玩啦！」
4. 自我解嘲，如:「有什麼比被我媽打一頓更毒的嗎?! 我還是不要冒險。」
5. 友誼勸服，如:「吸毒只會讓你後悔莫及，快扔了它吧!!」

Q3. 目前常見的新興濫用藥物有哪些?

Ans

根據資料顯示，目前常見的新興濫用藥物為 **Methylone(bk-MDMA)**、**Mephedrone(俗稱喵喵)**、**MDPV(俗稱浴鹽)**、**TFMPP(俗稱 Molly)**及氯安非他命，其中前 3 名皆為具中樞神經興奮作用之合成卡西酮類。值得留意的是，新興濫用物質外觀已不同於傳統的結晶狀、粉末狀或錠劑，而改以沖泡式飲品粉末、咖啡包、茶包、果凍、糖果等多樣貌型態呈現。

Q4. 藥物成癮是否有輕重的區別？

Ans

所有的成癮性藥物或毒品都會傷害使用者的身心健康，任何一種藥癮都有其潛藏的致命性，不要以為藥癮有輕重之別而恣意嚐試。若已有成癮問題，可主動至衛生福利部公告指定之藥癮戒治機構就診，尋求專業治療，協助戒除藥(毒)癮。

Q5. 藥物濫用者的可疑徵兆有哪些?

Ans

- 一. 作息改變:使用毒品後會影響中樞神經，若有精神異常的興奮、持續不睡、徹夜不歸、或一睡就是兩三天等狀況，需特別留意。
- 二. 情緒問題:使用毒品後情緒容易受到影響，平時應多留意情緒及精神上的波動狀

況。

三. 行為改變:行為改變是藥物濫用最後出現的徵兆，原本個性乖巧卻出現摔東西、輟學、翹課、逃家、勒索或霸凌等情況。

四. 其他異常:如週遭出現特別粉末或類似的吸食器、身上常有異常味道、甚至出現頻尿症狀，都要特別留意。

Q6：請問如何辨識藥物濫用者？

Ans

一. 吸食海洛因者： 經常無故之大量金錢花費；手腳或鼠蹊有靜脈注射之痕跡，如針孔或連續針孔留下之條狀疤痕或靜脈硬化之情形；瞳孔縮小如針尖狀，偶有焦慮不安、打呵欠、流鼻水、流眼淚、噁心、嘔吐等戒斷現象；菸盒中有藥粉包或點過未抽完的菸仍保留在菸盒內。

二. 吸食安非他命者： 經常徹夜失眠、精神高昂、多話；生活步調混亂、作息無常；常見食慾突然明顯變差、體重減輕；無故瞳孔放大、心跳加快；情緒起伏不定、猜忌多疑、人際關係變差、常獨自反鎖門內，房內有藥品異味、吸食瓶罐、鋁箔紙。

三. 吸食愷他命(K他命)者： 經常有眼神不集中、精神恍惚、目光呆滯、眼圈發黑，未感冒但經常流鼻水、吸鼻水，鼻子周圍有白色粉狀物殘留；經常昏睡、很難叫醒，異常體重變輕，頻尿、尿急以及常跑廁所。

四. 吸食強力膠者： 經常無故有如酒醉之行為動作；呼吸、頭髮、衣服或房間內有溶劑味道；房內或垃圾桶內有強力膠空罐子或指甲油等空瓶子及裝有強力膠或溶劑味之塑膠袋；嘴或鼻子周圍有圈狀紅疹。

7. 周遭親友有人吸毒，我該如何幫助他？

Ans

先確認吸食毒品的特徵為何，並鼓勵與陪伴其前往醫院戒癮。國內目前有很多藥物濫用諮詢及輔導機構，也有很多醫療機構參與戒治工作，可撥打 24 小時免費諮詢專線 0800-770-885(請請你，幫幫我)尋求協助。此外本署「反毒資源專區」網站 (<http://www.fda.gov.tw/TC/site.aspx?sid=10070>) 也有提供相關資訊，歡迎上網點選查詢。

Q8. 父母親如何避免孩子吸食毒品？

Ans.

1. 建立和諧親子關係。
2. 培養孩子正當嗜好及休閒娛樂。
3. 瞭解孩子交友情形，協助拒絕不良朋友的誘惑。
4. 以愛心與耐心開導，避免一味的責罰。
5. 紿予適當的讚賞，培養孩子面對挫折的處理能力。
6. 勿以學業成績評斷孩子的一切。
7. 管教避免過度縱容或過度嚴苛。
8. 建立孩子正確用藥的觀念。
9. 具備有關煙毒的資訊，教導孩子吸毒的危害。
10. 一旦發現孩子有吸食毒品的跡象，儘速處理。

目前各縣市政府皆成立「毒品危害防制中心」，提供藥癮個案戒毒管道等相關資訊，所以家長若有藥物濫用相關問題，可前往中心尋求心理與醫療等專業諮詢及協助，亦可撥

打中心 24 小時免費諮詢電話：0800-770-885(請請你，幫幫我)，電話將轉接所在地之毒品危害防制中心，由專人提供諮詢服務。

Q9.服用安眠藥有哪些注意事項?

An

1. 服藥後立刻上床睡覺。

服藥後可能導致精神恍惚，短暫失憶等現象，建議服藥完畢後，立即上床準備入睡，避免其他活動。

2. 告知家人正在服用安眠藥。

服用安眠藥後可能會產生夢遊症狀，家人應多留意以避免危險發生。

3. 與醫師討論藥效。

依指示劑量服用後，若還是睡不著，應與醫師討論是否調整劑量或換藥，切勿自行增減用藥劑量。

4. 避免服藥前喝酒或進食。

酒精與安眠藥的交互作用可能會抑制呼吸，增加猝死的風險，而食物則會影響安眠藥的吸收。

5. 避免吸菸，香菸中含尼古丁會影響睡眠。

香菸本身含有的尼古丁，具有興奮作用，會影響睡眠，倘若失眠仍繼續吸菸，失眠會更加嚴重。

6. 老人應採用藥效短、劑量小的安眠藥。

老年族群因身體老化，代謝功能較差，應盡量採用藥效短、劑量小的安眠藥。

7. 懷孕或哺乳中的婦女不建議使用安眠藥。

懷孕或哺乳中的婦女有可能影響胎兒或嬰兒，因此不建議使用

8. 停藥前先與醫師討論，避免產生戒斷症狀或反彈性失眠(rebound insomnia)。。

停止服藥前先與醫師討論，逐步減少用量，以免產生戒斷症狀或反彈性失眠。

Q10. 如果睡不著，可以拿親友的安眠藥來吃嗎？

Ans

目前臨牀上使用的安眠藥，絕大多數屬於管制藥品，沒有醫師的處方箋，藥局及藥房不可販售安眠藥，民眾亦無法取得安眠藥。若私下非法販賣、轉讓，將依毒品危害防制條例規定，可處有期徒刑，得併科罰金。另外，未經專業醫師評估而隨意服用安眠藥，容易造成用藥上的不安全與健康上的風險。建議民眾如有失眠問題，應由專業醫師評估失眠狀況，找出失眠原因，做正確的治療，萬萬不可任意服用他人的安眠藥。



