

拒毒+1

季刊

戒毒成功專線
0800-770-885
http://refrain.moj.gov.tw

24h 有口一定成功

嘉義縣毒品危害防制中心
Drug Abuse Prevention Center, Chiayi County

第十九期

中華民國一百零六年十一月

發行人\張花冠 總編輯\吳芳銘 副總編輯\張志銘、許家禎
編輯委員\林清求、楊健人、王建龍、邱美切、葉聰謀
執行編輯\蔡淑真 執行單位\嘉義縣毒品危害防制中心
地址\嘉義縣太保市祥和二路東段3號 電話\05-3625995
網址\ antidrug.cyshb.gov.tw 戒成專線\ 0800-770885

印刷品

郵件特約戶
特約記帳

專題報導

毒影毒蹤之「天然的尚好」？

PART IV

國立中正大學犯罪防治系 副教授 戴伸峰

各位讀者，還記得上一次我們的專欄提到了很多根本不知道藥性、毒性的新興影響精神物質嗎？經過了三個月的研究與調查，很可惜的，我們依然無法完整的揭開這些新興影響精神物質的面紗。結果老師竟然聽到了一些奇怪的聲音：「既然NPS新興影響精神物質那麼恐怖，那我們回去用老東西好了？！老祖宗留下來的準沒錯！」什麼？竟然有讀者給老師這樣的回應！今天我們就要從國外（日本）的案例來談談這個最古老也最「天然」的影響精神物質：大麻！

根據日本使用流量最高的Yahoo Japan News以「日本の大麻汚染」為關鍵字進行搜尋「<http://news.yahoo.co.jp/list/?t=marijuana>」，自2015年6月1日以來一年內，與大麻有關的新聞量共有17件，其中有12件與大學校園內栽種大麻、大學研究員以研究為名持有大麻、大學生社團活動吸食大麻等有關。其中甚至出現國小六年級學生，在學校內吸食大麻被導護老師發現，進而成為社

會話題的案件。大麻在日本校園內的「普及化」、「除罪的意識化」、「校園大麻經濟化」、「重複犯化」、「成癮前導化」等五化現象成為日本在藥物濫用防治上所需要面對的最棘手問題。為什麼會這樣呢？大家不是都說校園是最安全的場所，為什麼日本的大學校園內出現了「大麻」這種藥物濫用的氾濫現象呢？

首先，與台灣將大麻訂為二級毒品，並且廣泛做反毒宣導不同，日本對於大麻的規定屬於「大麻取締法」，在日本並不是一套令一般市民容易感受到與自己有切身相關的法令。除了對於相關取締規定感到陌生外，大麻種子在日本是能夠自由進口的。如果在日文相關搜尋引擎鍵入「大麻の種、マリファナの種」等關鍵字，馬上就會有數十至百個入口網站可供查詢，其中甚至有出口網站標榜與荷蘭大麻店同步，「日本訂貨付款、荷蘭直送到府」等貼心的大麻種子輸入服務。為什麼會有這麼怪異的事情發生？這是因

為在日本持有或是輸入大麻的種子合法的。在大麻取締法中，持有大麻種子是合法的，只是必須要有政府許可的合格證書才能夠使大麻種子「發芽」進而「栽培」。在沒有得到許可的情況下，逕行將大麻種子催芽並栽培就違反大麻取締法，其刑度為七年以下有期徒刑。但持有種子與栽培種子之間的界線十分模糊，加以法令教育滲透度不足，更容易使持有大麻種子的持有者對於使大麻發芽這件事情失去戒心，甚至興起「自己種、自己用」的錯誤自給自足想法，導致大麻成為日本最「唾手可得」的心理精神藥物。

那麼為什麼大學校園成為大麻栽培的溫床？基本上大麻類植物廣泛分布於溫帶與熱帶地區，其生性強健，並非難以栽培，在日本除了連續降雪的嚴冬時節外，大麻大多可露地栽培。因此，十分強調大學自治的日本，在平常期間並不會有警察進行校園的巡邏或是查察，因此，廣大的大學校園的偏僻角落便成為大麻栽培的重要場所。此外為了取得快速質精的大麻產品，大學校園內的研究室成為獨一無二的優良場所。恆溫、控光、調濕等，加以無預算限制的空調使用，導致大學校園或是研究室遭到有心人士的利用，成為大麻栽培的溫床。

加上縱觀人類歷史，約自有文明以來就有使用大麻的紀錄，但是從20世紀初則開始出現對大麻應該嚴格控管的浪潮。時至今日，比利時、加拿大、捷克共和國、北韓、荷蘭、烏拉圭、以色列、以及美國若干州，則有條件、有限度的在特定的場所將大麻的使用予以合法化，這種大麻合法化的浪潮便開始衝擊將大麻視為管制藥物的國家或地區。日本的學者野田（2009）針對1412名日本在學大學生進行關於「大麻之使用以及關連意識」調查，其分析呈現出令人玩味的結果。首先雖然只有1%的受訪者表示自己曾經吸食過大麻，但是有11%的受訪者表示自己未來並不排斥嘗試吸食大麻。經過追問這些

具有大麻嘗試意願者的嘗試原因後：反正沒事用用、大麻不難取得、沒有特別原因只是想嘗試等，對於拒絕大麻的意識顯示出相當的薄弱。此外在大麻對身體以及心理的危害性評估方面，85%的受訪者同意大麻對於使用者的身體以及心理會帶來危害，但是卻認為這樣的危害與香菸差不多、想戒就能戒掉。最後在大麻的管制方面，75%的受訪者認為日本對大麻的管制跟不上世界潮流（除罪化、開放化）。從上述分析結果可以發現：日本大學生對於大麻雖然有基礎的危害防範觀念，但是隨著大麻的「時尚化」、「自由化」、「獨立化」、「無害化」的形象開始蔓延，將進一步導致對大麻戒心的降低。

為了有效控制並解決大麻在校園內的濫用現象，日本學者堀口（2016）針對日本反毒教育實務作法進行了分析：日本最早採用引進美國「Just Say No!」的觀點，推行所謂的「ダメ、ゼッタイ」（絕對不行運動），將拒毒教育的重點放置在「尚未接觸非法藥物」的青少年，希望透過「恐懼訴求」宣傳手法，建立青少年對於非法藥物的恐懼感以及戒心，以求得能夠達到赫阻青少年對藥物的好奇心進而拒毒。這類型口號式的運動推展淺顯有力，易於瞭解，在推展初期成效並不差。但是絕大部分的心理藥物在成癮初期帶給濫用者的感受幾乎都以快感、滿足、放鬆等正面感覺為主。因此以恐懼訴求作為宣傳主軸，漸漸出現反效果。尤其在年紀較輕的青少年或是具有藥物嘗試意願的大學生身上，時常可以聽到類似：「學長都在用藥，也沒有看到他們有什麼不適應的問題呀！」的聲音出現，加上新興藥物的流行，恐懼訴求的反毒教育竟然出現年輕人覺得「政府誇大宣傳」、「成年人都說謊」的負面宣傳效果。因此在最新的第四次藥物濫用防治五年戰略計畫中，日本政府拒毒教育方面主要加強的部分就是藥物濫用的真實性以及科學性介紹，從過去的「恐懼訴求」改變為

「理性訴求」。為了達成藥物濫用教育理性訴求的教育效果，在這個戰略計畫中，拒毒教育內容做了大幅度的修正，其中最重要的內容修訂如下列所示：

- 一、心理藥物的腦神經科學機制的科普化介紹。
- 二、將藥物濫用的觀念由「犯罪」導引為「成癮症」（脫罪入病式的教育）。
- 三、心理藥物使用的初期效果與濫用後之危害比較。
- 四、前導性成癮物質之作用及成癮預防。
- 五、新興心理藥物（合成藥物）的介紹。
- 六、大麻危害性以及其他國家之大麻政策分析介紹（此部分以大學生為主要教育對象）。

總觀日本文部科學省所頒行的拒毒作法，除了反毒教育巡迴車外，與台灣地區作法大同小異，與台灣較為不同的是：藥物濫用成癮者的心得分享。文部科學省彙整有藥物濫用成癮經驗的大學生的成癮、戒癮等心路歷程做為宣導教材，用「身教非說教」的方

式，讓大學生感覺到與自己切身相關的朋友也有可能受到藥物濫用（大麻）的危害，以提高大學生對於大麻的警戒心。

各位讀者，從以上不同國家對於藥物濫用的防治策進作法我們可以歸納出：藥物濫用是一種疾病的觀念已經漸漸成為主流，甚至在戒毒的過程中，也開始漸漸的形成一種「以成癮治療作為戒毒成效」的觀念，漸漸接受戒毒與吸毒的現象並存。吸毒不再是一種「完美人生的破功」，而應該是一種「生命歷程中的失足」，失足了，跌倒了，尋找協助，爬起來重新開始便是。人生焉有永遠成功不失敗的道理呢？當然老師還是要強調一個重點，那就是永遠不要讓自己的身體在不明不白的情況下使用影響精神物質，因為成癮之後的人生，真的會像失控的車一樣，不知往何處飛奔喔！

大家看到文章的時候，應該也是年底了，先預祝大家聖誕節快樂！跨年快樂！尾牙快樂！新年快樂！好多好多的快樂，就是不要加上毒品的快樂喔！大家明年見！

拒絕毒品
別當糊塗蛋

遠離毒品誘惑
選擇靠譜朋友

拉K不是一種解脫！

非法使用K他命可能產生噁心、嘔吐、視覺模糊及影像扭曲，甚至造成膀胱功能受損等症狀。別因一時好奇而嘗試，堅持正確的選擇，勇敢拒絕毒品！

免付費諮詢專線 0800-770-885（請請您，幫幫我）

FDA 衛生福利部
食品藥物管理署
Food and Drug Administration

廣告



茂舅公的扁擔

南投縣鹿谷鄉公所 公務課長 簡士惇

小時候曾跟著奶奶回娘家看過舅公，印象中他們家好大好漂亮，還給我包過厚厚的紅包，但唯一的一次之後，就不再聽奶奶提起了，只有偶而看到奶奶偷偷掩面啜泣。如果人的一生從無到有，指的是財富的積攢，而過程中逐漸忽略的希望不要再是親情了，舅公流血流汗胼手胝足的努力了大半輩子，而毒品卻能在短短幾年間讓他歸零白忙，最後還失去摯愛的妻子讓生命獨留遺憾。這往事，就算過了這許多年，偶爾想起，心中仍舊是深深的不捨與惋惜。

還等不到雞啼的天空，紛飛著濛濛的雨霰，斗大的汗珠已從茂舅公的額頭，泌過斗笠滑滿整臉了，扁擔的兩端揹著近百斤的樹薯，而咬著牙擔起的不是苦而是一份心安，是家裡即將填滿的米缸，是小孩第一天上學的白布鞋。在日本人離台後的光復初期百業凋條物資缺乏，有錢掙已是最大的幸運，為了趕上中午前的市集，茂舅公熟練的轉上了六分輕便車的過河鐵路橋捷徑，沒有圍欄也沒有燈光，濕淋淋的枕木下透著昨夜山洪的川流，暗黑的能見度在踩上第一階後才能隱約瞧見第二階，茂舅公想都不想熟稔踩著穩定節奏的步伐，亦步亦趨的前進，短暫的恐懼和不安早已遠遠拋下落入身後夜色的矇矓中。

茂舅公終於卸下肩上的沈重，換來的只是幾個輕薄的銅錢，在同行的挑工拿著部份工錢，到附近攤販吃上一份煎粿和豆腐湯犒賞自己的同時，茂舅公卻啃著布包內的蘿蔔乾飯糰，又到處徵詢著回頭貨的挑工機會，心中嘀咕著…即然來了，回去這趟可不能浪

費的讓扁擔空閒著，那怕肩上的水泡破了又起起了又破，早已結了厚厚一層的粗繭死皮，也要一擔一擔的換來一家的溫飽。幾年後逐漸積攢了部份的積蓄，適逢隔壁年邁獨居的阿水伯病了，沒錢生活只得求售賴以維生的龍眼山而找上了他，茂舅公除了熱心協助照顧就醫外，也向阿水伯學習務農，畢竟挑夫行業需要大量體力，而年紀漸長的自己終究有挑不動的一天，雖然未曾農作，但深信「甘願做牛，不怕沒聲可拖」的道理，因此茂舅公從一擔一擔的挑起家庭生活的無虞，進而要一鋤頭一畚箕的改善自己的人生了。

茂舅公生逢日治時期，有些日本朋友離台前對他的努力和踏實印象深刻，在幾次聯繫中獲悉茂舅公改行務農後，紛紛鼓勵他種植香蕉甚至提供收受管道，就這樣茂舅公除了悉心照料即有的龍眼林外，更移除了部份龍眼以栽植香蕉，又為滿足日本朋友的訂購數量，茂舅公只好收購附近蕉農農產因應，不自覺的儼然搖身成為農產中盤商，漸漸的不再親自農作了，雇了鄰近失業鄉親回饋地方，自己轉而專心經營農產運銷行業，在當時台灣富有香蕉王國盛名時期，茂舅公可謂適逢其時，得天獨厚飛黃騰達，昔日的茂舅公已是今日的茂董了。

茂舅公的老婆阿霞是位傳統女性，在茂舅公辛苦的撐起家裡時，她也量入為出的辛苦經營著，在他背後默默的支持著他，兩人所生的四名兒女大多乖巧懂事，然而在茂舅公事業發展時，老婆又為他產下貳子阿龍，因茂舅公工作忙碌和子女聚少離多，補償心態下對於小孩的物質需求往往有求必應，更

由於阿龍與其他兄姐年紀差距較大，極盡家人溺愛呵護，然過度寵愛卻使他日漸養成揮霍無度和驕縱放浪的個性，求學期間猶如小孟嘗，總愛搶帳單當老大，所以食客們始終諂媚的左一句龍哥，右一句龍哥的把他吹捧到不可一世了，久了誰不知道龍哥家有錢，誰不知道龍哥家住豪宅坐豪車呢？然而聚集的多是些酒肉朋友，並在其花錢玩樂的需求下，阿龍三天兩頭向阿霞索取生活費，面對寵愛的兒子阿霞卻毫無招架的讓他予取予求，怕他在朋友面前抬不起頭，然而姑息適足以養奸，愛他適足以害他。阿龍早已荒廢了學業，時常翹課與壞朋友沈迷電子遊戲場，豈知不肖業者為保持顧客亢奮狀態增加收益，竟於空調中加入安非他命，使得阿龍無意間染上毒癮，且得知其家境富裕又引誘其吸食海洛因而無法自拔，當索取之金錢已無法支應毒品花費時，阿龍轉而竊取家中貴重物品典當或賤賣，阿霞發現後深恐阿龍惡行遭其父親責難，竟一面含淚苦勸而另一面則偷偷變賣家產，已填補阿龍在外所闖的禍，不覺中茂舅公日積月累的成果，竟在短短數年間幾乎消耗殆盡，且由於台灣香蕉價格日益昂貴，日本逐漸轉向東南亞購買，茂舅公的營運已大不如前，豈料屋漏偏逢連夜雨，阿霞長年鬱結積勞成疾而罹患肝疾倒下了，茂舅公終於正視了他久違的家庭，也發現了阿龍的墮落和荒唐，然而阿霞在茂舅公幾乎傾家盪產的治療下，依舊藥石罔效撒手人寰，在流乾了淚圓滿了愛妻的身後事，茂舅公終於驚覺常年為了多餘的物慾，不覺中捨棄了和摯親相處的寶貴時光而後悔不已，然當務之急應該想辦法讓阿龍覺醒回到正軌…，在回家的路上茂舅公不斷盤算著，未料回到了

家，只見到門戶大開翻箱倒櫃，僅存的貴重物品早已不翼而飛，保險櫃的厚重鐵門也半開著，裡頭僅存的除了厚實的鋼材外早已空無一物，原來阿龍連最寵愛他的母親離世，也沒到場送上最後一程，竟趁亂回家收刮僅剩的一切，茂舅公見狀驚叫了一聲"我的地契"後，接著就眼白上翻癱倒在四名兒女面前。

茂舅公的兒女們除了阿龍外都已成家了，他們把茂舅公安置回小時候生活的三合院，並輪流回來照顧他，而茂舅公自從醒來後始終不發一語的活著，他在老屋的角落找到了從前掙錢的老扁擔，百感交集的抱著一次又一次的痛哭著，豈料幾日後在自己的嗚咽中，隱約聽到了阿龍輕聲的叫著他，阿爸，阿爸，然而就在茂舅公掛著老淚的臉龐回過頭時，看到的是一付只剩毒癮的軀殼，乾枯的身體伸長著微顫的手說，阿爸，你還有沒有錢…，此時的茂舅公已經不知是悲是悔，是恨，還是怒，掄起扁擔揮向阿龍，卻重心一斜一個踉蹌打在斑駁的老曬穀場上，啪的一聲老扁擔斷成兩截，茂舅公也重重跌落，腦海中充滿起伏轉折的人生飛速倒帶著，在光線的終點有阿霞在等著他，而這次卻沒有再醒過來了。勤奮的人生不該得到孑然的下場，富足的生活更不該是沈淪的開端，毒品的吸食侵蝕的不只您的內臟、骨髓，腦神經，接下來將宿主您的人生，直到啃食殆盡至死方休。

明白真好

柯怡秀

一、前言

進醫院明白自己生病了！生什麼病得等醫生問診後的抽血取樣才知道。難怪，即便經驗老到的醫生，需要血清分離後的辨識經緯時，也得要從你的體內取出血液，才能找到可用的抗生素來抑制細菌。此時醫生才告訴你：抗生素不是使你健康！要健康；也得要免疫力增強來活化及修護已受損的細胞。此般，由內往外的取樣辨識與代謝排毒、及由外往內的抗生抑菌與營養進食；同樣定序在生病了要養病！養病過程，不也是要健康的一份明白。

二、毒；獨的過程需要營養的免疫力

獨字左邊的犬，示出已受傷的印記！被放在毒的下方為母，而成為毒上方之主的行為原因。難怪，長輩常叮嚀說：人要長大，不是大過不犯，就是小過不斷！即便，自身有免疫力；有時也不能沒有抗生素的抑菌侵襲。這份傷害如同：遇毒了，會三不五時引出這樣的行為；就好比，飛鳥會自動往南飛移，只是為了過冬；明年春天一到，依然會再飛回來。因此，承認生病了，不也是想要從健康受損的免疫力中，明白要用多少抗生素。

記得，小學五年級勞作課，老師要我們用免洗筷子，做出自己創意的勞作分數作品。我用幾天時間晚上才完成的激戰鋼鐵人，放在明顯的桌上，是希望爸爸回家第一眼可以看到。當被表弟弄毀時，晚到的爸爸看到我又哭又鬧，隨著在四代同堂人面前叱喝說：沒教養！動手過程，還差點被趕出家門。這個印記在心裡，始終成為我叛逆抗生的創意行為。

然，順著印記，獨處在自己認為沒病的日子裡，含糊在忘憂的短暫紓解中，怎能不日子裡，含糊在忘憂的短暫紓解中，怎能不同於走在雨後的山路；難堪辛苦般的跌跌撞撞呢！於是，平安走過的人才說：叛逆的心理，只是想要有個順勢般的情境；沒想到這麼一判，反而要學習鯁魚逆游而上，尋求重生的機會。才需在問診過程，接受醫生開立的抗生素，做叛逆抗生過程的醫治；治療中需要營養，這份明白真好！

三、分享才是獨處時創意的營養

自願獨處，絕對是創意的開始；但創意過程的營養，卻來自分享的獲得！回顧當時不進醫院前的不舒服，是以為自己還行；不願去承認，自己身體的免疫力已經不行！誰又說：承認不行，不是為了健康的免疫力在抗生，好比稻子割完的幾個月，農夫說：養田期間，是可以讓土中的微生物增生；好做下一期農作物的營養。這份創意；是農夫在獨處時發現的抗生方法，做為農夫們耕種作物時的免疫力。

雖然，創意不能局限在毒對身體的抗生，卻能獨自分享毒的傷害！從獨自發現的免疫中，分享抗生素抗毒的益處。只有承認自己遇毒，才會抗毒，拒毒。為了遠離毒品，進醫院問診醫生開立抗生素，才是真正的獨自創意分享。

四、結語

承認生病，才明白毒不能獨自留在身體的心境！與其說是毒的侵襲，會感受到身體的不舒服；不如說是毒已在心裡頭，想藉用抗生素的抑制細菌，讓身體舒服些。倘若，這種行為不是為了治病；那可真的已經生病

了！記得老爸常說：罵你不好，是想要你可以更好；而不是不好，你真的去做不好。我想，激戰鋼鐵人就是在這種抗生過程的重新創作；在爸爸桌上放很久的那一台機戰鋼鐵人。

人需要長大，若沒有小過遇毒的獨自創作，哪來大過的作品創意。身體雖然承受過有毒的侵襲；也很難與其真實的環境需求合意，才會在情境中尋求抗生素的創意；也才需要醫院的醫生，從你的免疫中找回抗生的抗體；是當初爸爸說你不好，而你可以更好的好。

遇毒使用有毒的抗生素，絕不是最好的獨自創作！而是醫生從你體內取出血液中的細菌，讓你明白；它對你身心的傷害！才持用短暫的抗生來抑制細菌茲增；好讓你從進食的營養中增強免疫力；用你的免疫力遠離毒品的侵襲。所以，不接觸毒品可以防止遇毒；視毒為有毒的抗毒；以拒毒來讓我們的身心健康；真好！

反毒連載漫畫篇



作者 / 嘉義女中 黃瀚萱同學

指導老師 / 黃寶賢老師

嘉義縣毒品危害防制中心簡介

嘉義縣毒品危害防制中心於95年8月8日正式成立

服務地點：嘉義縣衛生局4樓（嘉義縣太保市祥和二路東段3號）

<http://refrain.moj.gov.tw>

有❤一定成功 **05-362-5680** 我來幫你

戒毒成功專線 **0800-770-885** 請請你幫幫我





4 Action

珍愛生命 防毒拒毒 知毒反毒 關懷協助

守護健康非口號

力行反毒最重要

藥物濫用者可能的行為表徵

1. 生活方面：日夜顛倒，不愛運動，閃避熟人。頻繁出入電子娛樂場所、聲色場所，認識一些陌生、怪異的人。
2. 行為方面：注意力不集中，反應力變差。可能為了買毒品而向親友借錢、說謊、偷竊等。作息不正常，經常逃學逃家。
3. 情緒方面：精神狀態時好時壞，有時精力旺盛、非常興奮；有時精神恍惚、十分沮喪。可能因為出現幻覺而自言自語，做出一些無意義的動作。

藥物濫用者可能的外觀徵狀

1. 皮膚：因為長時間施用而造成皮膚潰爛、紅斑疹等。
2. 眼部：有黑眼圈，眼神呆滯，沒有精神。
3. 鼻部：因為吸食藥粉而殘留粉末，常流鼻水，鼻子發紅、破皮等。
4. 口部：長期嘴唇乾燥，說話不清楚。
5. 其他：體重驟降，常跑廁所（頻尿），經常嘔吐（反胃），手部顫抖等。

一旦發現疑似藥物濫用者，守護者可以做什麼？

1. 若發現親友的表現有異，應多關心注意，可以藉著多聊天，了解親友最近的情況，並尋求其他方法，幫助親友脫離毒品的危害。
2. 鼓勵就醫並尋求戒治資源：相關服務及資訊可撥打

0800-770-885
(請請您、幫幫我)





指導單位：衛生福利部食品藥物管理署
承辦單位：財團法人國範文教基金會
協辦單位：國立臺灣師範大學、開南大學健康照護管理學院

廣告