

拒毒+1

毒防諮詢專線
0800-770-885
http://refrain.moj.gov.tw



有口一定成功

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

季刊

第四十六期

中華民國一百一十三年九月

發行人\翁章梁 總編輯\劉培東 副總編輯\羅木興
編輯委員\林宏儒、李美華、張翠瑤、楊皓茹、陳俊男
執行編輯\趙紋華 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\05-3625680
網址\ cyshb.cyhg.gov.tw/antidrug 毒防諮詢專線\0800-770885

印刷品

郵件特約戶
特約記帳

專題報導

隱藏的創傷： 童年逆境對藥癮的深遠影響

沈家舟 資深助人工作者

在我多年服務藥癮者的過程中，逐漸意識到一個不容忽視的事實：多數藥癮者的成長背景都充滿著童年逆境的痕跡。為了深入了解藥癮者的行為模式，我經常會詢問他們與原生家庭的互動，而原生家庭經常是他們痛苦經歷的核心起點。

一位名為C的女性個案，她的故事深刻地說明了童年逆境如何在生命的早期留下持久的創傷。C回憶，她小時候與姊姊、哥哥在池塘邊玩耍，不幸地，哥哥在池塘中溺水身亡。C的父親將這場意外的責任全部推卸給她的姊姊，並對姊姊進行了嚴厲的體罰。C目睹了一切，但卻無能為力。此外，C的母親在她幼年時期因病去世，父親情感上的疏離和資源的匱乏，讓她和姊姊都無法獲得應有的照顧。這樣的環境使她們在成長過程中，經歷了無數的逆境。最終，C和她的手足們都在國中畢業後選擇放棄學業，直接進

入職場。

美國疾病控制與預防中心（CDC）曾針對童年逆境進行深入研究，結果顯示，童年逆境與成年後罹患各種身心疾病密切相關。例如，心血管疾病、焦慮症、憂鬱症、自殺傾向，甚至癌症。更令人憂心的是，童年逆境與上癮行為也有顯著的關聯，這包括藥物濫用、酒精依賴，甚至肥胖症等問題。對於C這樣的個案，這樣的研究結果不僅反映在她的身上，也在她的手足身上顯現。C和她那位曾經遭父親毒打的姊姊，都因童年創傷而最終陷入了藥癮的深淵。

然而，童年逆境對一個人成年後的影響，不僅限於藥物濫用或身心健康的損害，它還深刻地影響著他們的情感關係和社會適應能力。許多藥癮者往往無法建立健康的人際關係，甚至在工作表現上也難以穩定。這是因為他們在童年時期未曾學會如何有效地表

達情感，或是缺乏足夠的社會支持來處理他們的情緒困境。

然而，在台灣的社會文化中，家庭往往被視為一個需要保持和諧的私密空間，許多家庭成員選擇壓抑自己的感受，維持「家醜不可外揚」的傳統觀念。這種心態使得許多創傷未被正視，也導致了大量未處理的心理問題。

我曾經服務過的一位男性個案L，他的家庭背景也充滿著不為人知的痛苦。當我詢問他的童年經歷時，他簡單地回答：「那些都過去了，講了有什麼用呢？」這樣的言論反映出一個普遍現象——許多人選擇忽視過去的創傷，認為它們已經無法改變，甚至視為談論這些過往只會徒增傷感。然而，這種壓抑與逃避的方式，往往會使創傷根深蒂固，影響他們的一生。很多個案甚至會將父母的虐待或忽視合理化，認為「打是情，罵是愛」，或將父母的苛待視作愛的表達方式。

但從心理治療的角度來看，這樣的觀念並非無法改變。實際上，透過敘事治療，我們可以幫助藥癮者重新解構這些過去的經歷，賦予他們新的理解。許多個案在過程中會

感到情緒流動，甚至逐步釋放長期壓抑的創傷。有些個案在敘述完他們的故事後，會不禁感嘆：「沒想到今天講了這麼多，我的心情好多了。」這就是療癒的開始，當一個人勇敢面對過去的傷痛，他的內在力量會隨之增長。

回顧我服務藥癮者的經驗，我不斷反思，為什麼這些個案容易陷入成癮行為？成癮背後到底隱藏著什麼樣的內在驅動力？我曾與一位朋友H討論過此事。雖然H沒有接觸過毒品，但她坦承自己沉迷於某種手搖飲料。「只要喝了這杯飲料，我就覺得整個人精神振奮。」她說。這讓我意識到，無論是毒品、酒精，還是某種特定的飲料，我們的身體和心靈都渴望某種「舒適感」或「解脫感」。對於藥癮者來說，毒品可能是他們試圖麻痺內在痛苦的一種方式。

然而，無論我們選擇如何應對內心的困境，最終，我們都必須成為自己內在的拯救者。唯有勇敢正視並接納這些創傷，我們才能真正釋放自我，找到真正的平靜與力量。

正如我常對個案們說的那樣，創傷的看見，正是療癒的起點。

好奇的代價— 漫談大麻施用經驗

國立中正大學犯罪防治研究所博士生 許俊龍

在分享之前，首先一定要提醒各位，千萬千萬千萬不要在台灣的任何地方、任何時間施用任何非經法律准許的大麻，甚至是有任何的接觸！

大麻藥，不要

大麻，近年來隨著傳播媒體的發展與推播，開始成為民眾熱議的物質。尤其在2018年加拿大通過娛樂用大麻合法案，以及2022年泰國將大麻合法化以來，受到國外合法化的經歷和政策影響，針對娛樂用大麻合法化的倡議和浪潮逐漸的湧現。然而，在我國大麻則仍被列為第二級毒品，無論是製造、販賣、運輸、持有或是施用等行為態樣，皆觸犯毒品危害防制條例而將受到刑罰的制裁。

從過往的研究中可以發現，由於大麻中含有多種不同的大麻素(Cannabinoids)，也使得大麻所帶來的功效和危害是十分多元的。不可諱言的，研究指出大麻具有治療創傷後壓力症候群的療效，並且可以用來取代其他具有副作用的藥物。而大麻中的大麻素更具有治療癲癇、舒緩疼痛的功效，並且針對部分病症的具有顯著療效。此外，亦有研究顯示大麻素可用來改善睡眠障礙與阻塞性睡眠呼吸中止。

但是相反的，在施用後的負面影響上，研究指出施用大麻將對腦部正常功能、發展與認知造成負面影響，並使注意力及記憶力下降。除此之外，相較於一般大眾，大麻施

用者在情緒的控管能力上將較為差勁，並可能進一步造成情緒控管障礙。在長期施用下，甚至將導致青少年施用者的智力下降。

綜上所述，吾等可以發現並無法一刀切分大麻的利弊。換言之，無論是推崇大麻的醫療價值，亦或是重視大麻所帶來的生心理危害，皆有其背後的研究依據。惟必須強調的是，現況下所討論的大麻合法化多屬娛樂性大麻(Recreational Cannabis)層面，對於施用者而言醫療價值顯然不是施用娛樂性大麻所追求的目的，也不會是考量的要素。過度以醫療價值來做為娛樂性大麻益處的包裝，顯然是不足為採的說詞。

我用，故我知

在與大麻施用者的研究訪談中，最常被問到的問題不外乎「你有用過大麻嗎?」、「你知道用過大麻之後有多舒服嗎?」、「沒有用過大麻，怎麼知道會有什麼傷害?」，這往往也是眾多毒品施用者在面對輔導者、研究者以及權威者經常提出的反駁、質疑。

個人今年赴泰國曼谷參觀大麻商店時，在上述提問和好奇心的驅使，加上法規束縛力消失的情況下，開啟了個人的第一次施用經驗。而這第一次的施用對我來說，最大的效果就是「沒有效果」。暨沒有其他人或是報導中所說的歡愉感，也沒有帶來任何放鬆的效果。為避免是因為大麻品質、種類導致效果不彰的偏誤，筆者在之後更試過數家

不同店鋪的大麻。除此之外，亦嘗試了不同大麻素(THC、CBD)含量的品種，以及其他大麻製品(大麻餅乾、軟糖、汽水等)。在這些施用經驗裡，僅有一次讓我在房內有意識地隨著音樂緩緩舞動，且感覺到心情較為欣快，這是必須坦白的真實體驗。但這樣的效果可能和消夜吃到熱騰騰的脆皮雞排相差無幾，甚至吃著雞排喝手搖杯配Netflix還要更加的令我愉悅。以至於除了想驗證效果的執念外，完全沒有任何想要持續施用的想法和渴求。然而，伴隨著非常不顯著的效果而來的是錢包泰銖的消失，縱使是合法化的泰國，大麻的售價1克仍要200至900元，亦即每次的施用平均將是500元的支出。相較之下，為了完全可以被取代，且效果極低的大麻施用效果，迎來的是金錢消失魔法的痛擊。

試試，真的就逝世

在這裡，我們不談高深理論，也不以道德做疾呼，我僅以自身最真實的經驗和大家做分享。施用大麻後，微弱歡愉的代價除了金錢的損失，更重要的是對健康造成的損害。老實的說，我並未感覺到立時性的身體不適，但我們都深知對於身體健康勢必有所傷害，僅是沒有劇烈到可以輕易覺察而已。而這僅僅是不到一周的施用經驗，完全無法代表或是預測長期施用下所將造成負面效傷害。

最最最重要的是，在台灣大麻仍是第二級毒品，依法規施用大麻將被判處三年以下有期徒刑。別再相信類似拔獅子鬚毛會長頭髮的鄉野傳說，什麼大麻是自然植物，施用

髮的鄉野傳說，什麼大麻是自然植物，施用跟喝青草茶一樣不會有任何刑責，勒戒、戒治、戒癮治療，甚至是牢獄都在後面等著你的大駕光臨。

雖然有部分研究指出大麻對社會和個人的危害遠較海洛因、安非他命等耳熟能詳的毒品還要輕微，甚至連菸酒的危害都比大麻還要來的高(不過這仍是非常有爭議的)，但不可否認，大麻仍將對個人身心理造成無法回復的永久損害。換言之，他仍然不是一個好東西，只是沒這麼壞而已，終歸是有害物質，並且是明文規範的二級毒品。

社會科學中的理性選擇理論(Rational choice theory)主張人的任何決定或是行動本質上都是理性的，而決策將取決於個人對於行為後果的利弊衡量。縱使理性是有限度的，人們仍將依自身所知資訊來進行得失的評估，進而做出行動決定。回到大麻的施用上，並不是沒有放鬆、帶來歡愉或是感官刺激的效果，而是代價是完全無法承受的。在施用所帶來的效果以及將付出的代價等利弊得失的權衡之下，你一定找的到更好的選擇，且這個選擇也將是你做過最明智的選擇。

我們不談合法化與否，也不誇大或是貶低結果。僅以個人的親身經歷來和各位分享，在台灣絕對絕對絕對不要因為好奇去施用，試試和好奇的代價不僅將逝去金錢，也將逝去健康，更可能逝去未來的人生。如此說來，不僅是逝世，而是可能是逝世逝，或者更多的逝世…



毒品成癮是種病，趕快就醫別鐵齒



衛生福利部
食品藥物管理署

毒品危害防制中心諮詢專線：0800-770-885

(請請您·幫幫我) 廣告

別讓笑氣 笑掉你的人生!

笑氣學名為「一氧化二氮」或「氧化亞氮」，是一種無色有甜味的氣體，俗名為吹氣球。



嚴重可能成為植物人或死亡，造成無法恢復的傷害，請勿任意嚐試。
別因一時的狂歡作樂 造成無法彌補的傷害

笑氣的危害性？

- 出現幻覺
- 身體癱瘓
- 手腳麻木
- 精神疾病
- 四肢萎縮
- 神經病變
- 無法行走
- 大小便失禁



毒品危害防制中心諮詢專線 0800-770-885



向新興毒品 墨西哥鼠尾草說NO!

什麼是墨西哥鼠尾草？

墨西哥鼠尾草含有Salvinorin A成分會經由影響中樞神經多巴胺系統，造成幻覺甚至是妄想。

濫用危害

- 利尿
- 噁心
- 煩躁不安
- 與周遭環境互動能力下降
- 心跳過快



重要三口訣

不碰

不買

不用



食藥署提醒您

墨西哥鼠尾草是第三級毒品也是第三級管制藥品，如非醫藥及科學上之需用，涉違反毒品危害防制條例，提醒民眾切勿因好奇心以身試法。

更多盟友的支持

電話中心諮詢專線 0800-770-885



抵嘉最溫心 陪伴不孤毒

113年無毒家園 親子同樂探索營

精彩內容

知能闖關遊戲



反毒寶果



天旋地轉



脫癮而出



齊心協力



名畫遇見毒品



趣味攤位宣導



反毒好遊趣



民雄國中

民雄鄉
西安路147號

活動地點

10/26 (六)
08:00~12:30

活動時間

本縣
小學中高年級
國高中學生
及家長
參加對象

完成闖關活動
即贈送精美禮品



掃描QR code報名

指導單位: 教育部 法務部 衛生福利部食品藥物管理署

主辦單位: 教育部 嘉義縣政府 承辦單位: 嘉義縣衛生局 嘉義縣毒品危害防制中心

廣告

毒品危害漫畫篇

<p>小美與小王 在一個派對中認識</p> 	<p>幾個月後... 當他們發生關係時 小王提議注射藥物 增加快感</p> 	<p>小美因好奇而答應 兩人便次次使用 逐漸對這種快感上癮</p> 	<p>某天, 小美發現... 小王有多名性伴侶 憤而分手</p> 	<p>小美分手後 自行到醫院檢查 發現感染愛滋及藥癮 十分後悔</p> 
<p>毒品成癮核心行為： 非自願仍不可控制地使用 花非常多時間取得與使用 已造成危害仍然持續使用 毒品需求量越來越大</p> 	<p>發現家人/朋友使用毒品 可以這樣做 冷靜交談傾聽事情原由 確認使用的物質 若發現成癮 可到指定醫院尋求協助 到新環境以避免 遇到吸毒或提供毒品者</p> 	<p>如何保護伴侶讓愛長久 不使用藥物助興 單一伴侶全程用保險套 不共用針頭、鼻吸器 定期接受愛滋及性病篩檢 接種HPV疫苗</p> 	<p>經專業醫生評估後進行： 愛滋病毒前預防性投藥 讓體內有足量的藥物濃度 預防感染 愛滋病毒後預防性投藥 接觸含病毒的血液或體液 72小時內投藥 穩定控制於六個月以上 測不到病毒=不具備感染力 Undetectable = Untransmittable</p> 	<p>若有使用成癮性藥物 共用針具及稀釋液等 建議每3至6個月 做愛滋病毒篩檢1次 毒品相關問題 毒品醫療戒癮諮詢 請撥打0800-770885</p> 

作者 / 白璟辰(赤染璟)



嘉縣美沙冬 替代治療新拓點

衛福部指定替代治療執行機構

1. 衛生福利部朴子醫院
2. 臺中榮民總醫院灣橋分院
3. 佛教慈濟醫療財團法人大林慈濟醫院

嘉義縣衛星給藥點

1. 屯區: 溪口鄉衛生所 新增
給藥時間: 上午8:30-11:30
2. 海區: 東石鄉衛生所
給藥時間: 上午8:30-11:30

有需求者經衛福部指定替代治療執行機構轉介, 即可至衛星給藥點服藥



嘉義縣衛生局 嘉義縣毒品危害防制中心 廣告



為愛戒癮

嘉有好孕

服務對象

- ① 設籍(居住)嘉義縣女性藥癮者。
- ② 藥癮者之配偶。
- ③ 經網絡單位評估有需求者。

服務項目

- ➔ 高風險孕產婦追蹤關懷
- ➔ 心理諮商
- ➔ 醫療戒治
- ➔ 產檢及醫療補助(高層次超音波、子宮內避孕器、營養費用)
- ➔ 個管員陪同產檢
- ➔ 好孕講座

申請方式

請洽詢嘉義縣毒品危害防制中心

臉書粉絲專頁

官方Line

諮詢專線



05-3625680



嘉義縣毒品危害防制中心

服務地點：嘉義縣衛生局(嘉義縣太保市祥和二路東段3號)

毒防諮詢專線

05-362-5680

我來幫你

0800-770-885

請請你 幫幫我

嘉義縣請轉3再轉2

