

向毒品說 Bye~Bye

林妙珊

「毒品是一位有害的朋友」為何如此稱呼它呢？一般來說，任何服用成癮的物品都可稱為毒品。但在醫學上，大部分的毒品卻都可以用來治病的。書上告訴我們，藥物的濫用有下列幾種，一、非醫療所需而使用藥物。二、未依醫師處方而使用藥物。三、基於醫療上的需要卻過量使用藥物。四、用藥程度傷害個人健康或社會安全程度。當一個人藥物濫用時，會造成生理的危害、心理的危害和社會的危害。生理危害——如果迅速增加用量，會造成急性中毒，更可怕的是，如果共用注射毒品的針頭，會造成 B 型肝炎、C 型肝炎和愛滋病 AIDS。心理方面會覺得緊張、焦慮、急躁不安、衝動、沮喪等負面情緒，不只這樣還會有許多的後遺症，例如：家庭破碎、學業不佳、朋友疏離、被炒魷魚、婚姻破裂等等。對社會的危害，有犯罪行為，如搶劫、敲詐、暴力、偷竊、販毒，還會造成醫療費用上升。吸毒真是害人害己，看了這些，您還會想吸毒嗎？

我們知道吸毒的壞處，更要知道如何拒絕吸食毒品。許多人是因朋友或好奇心驅使下接觸毒品的，所以遇到這種事情我們就要見招拆招。

案件一：當你的麻吉問你要不要吸毒？你可以告知：「我爸媽不准我吸毒」或建議朋友：「還是正當娛樂比較好」。堅決拒絕，勇敢說“不”、點出後果：「吸毒是違法的，我可不想惹麻煩」

案件二：因為被人譏笑是膽小鬼才不敢不吸！使用反激將法：「你們說我沒種我就吸，吸了我才真的沒種！」。藉口塘塞法：「醫生說我身體有問題，如果吸了就完蛋了」或自我解嘲法，順著朋友拿自己開玩笑：「我就是膽子很小，嘻~嘻~嘻~」。

案件三：當你面對損友，感到難以抗拒時，應立即設法離開：「噢？我還有事要先走了！」。立即尋求他人的協助，向父母、師長或長輩尋求協助。

曾經沉浮毒海 10 多年的劉民和牧師，自己曾經經歷過吸毒到戒

毒的過程，一路走來，他深深感受到毒品的殺傷力。現在，他成為反毒的代言者，他說：『幫一個人戒毒成功，是減少社會成本，訓練他去做輔導的人，是增加社會的資源。』因此，劉牧師不斷的付出自己的經驗，期望幫助更多的人擺脫毒品。」染上毒癮的人們應視為病人而不是犯人，為他們開啟一扇窗，雖戒毒是一件「不可能的任務」，但只要我們能夠接納他們、幫助他們，他們也有決心想要戒毒，這個不可能的任務也會成真，讓我們一起幫助他們，向毒品說 Bye~Bye。