

防毒幫

信任防毒伙伴 直接搵幫手
走出毒品陷阱 向軟弱說不

相信人哋

你可以向老師或社工尋求協助，或直接向戒毒機構求助以取得更多的資訊、建議和支援。

香港提供多種模式戒毒治療和康復服務，以符合吸毒者的不同需要，令他們有機會重獲新生。

香港的戒毒治療和康復計劃主要包括：

- 懲教署推行的強迫戒毒計劃；
- 衛生署提供的美沙酮自願門診計劃；
- 由非政府機構推行的自願住院戒毒治療計劃；
- 濫用精神藥物者輔導服務；及
- 物質誤用診所。

正確認識吸食毒品的問題

要面對及跨過這個難關，應先正確認識吸食毒品問題，包括毒品對身心的禍害、戒毒進程、求助渠道等。

相信自己

精神科專科醫生張建良曾於電台訪問中提到有研究指要戒毒成功平均需要五至七次，而且大部份人並非一次便成功。因有心癮、身癮和他人的引誘，要完全戒除毒癮並不是一朝一夕的事。雖知道這是一條十分艱巨的道路，中間會有很多淚水和掙扎，縱有多次失敗，但仍須抱有信心，相信自己可以做得到。