



Chem Fun

友人支援手冊

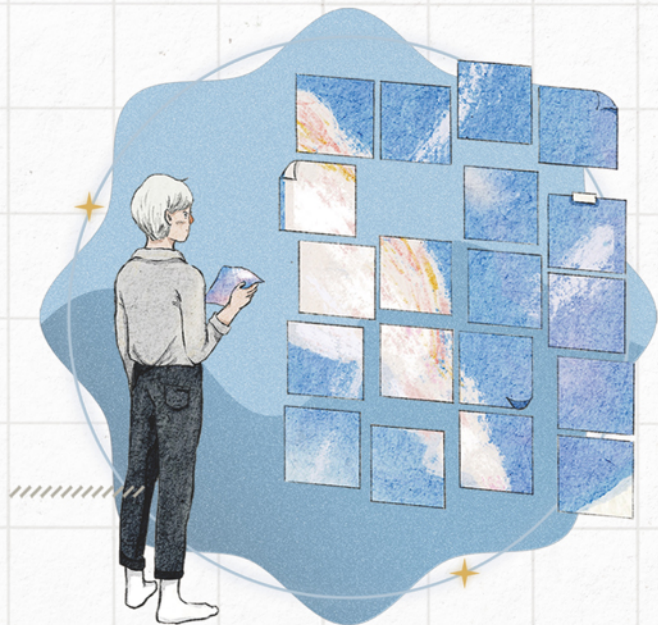


香港基督教服務處
HONG KONG CHRISTIAN SERVICE

全人關心 卓越創新
care for all excel in all



資助



本手冊適合以下人士閱讀

- 有親友或伴侶(下面簡稱為親友)正在參與Chem Fun的你
- 對認識Chem Fun文化有興趣的你
- 支援濫藥服務的工作者

手冊使用方法

本手冊紀錄ChemFun基本資訊，整合過來人的經驗，分享他們的應對心得，同時結合跨專業的建議。我們期望支援作為家人/伴侶/朋友的你能夠渡過現在或未來與ChemFun參與者相處時有可能出現的挑戰與困難，並能夠掌握相應的態度及方法。



這刻正在閱讀小冊子的你， 幫助有Chem Fun的親友前，也先邀請你留意以下狀況

- 支援有Chem Fun經驗的親友遠離藥物，是很不容易的過程。
- 請不要把整個責任放在自己的肩膀上。
- 請留意自己的身體健康和情緒/精神狀況。
- 有需要的時候，可以尋求專業支援，一起走過這趟旅程。
- 請留意自身的安全，若情況非常緊急，請立即報警求助。

目錄

認識Chem Fun篇

1. 藥物種類, 效用及副作用 P.05-06

Chem Fun的改變階段

2a. 關於改變的五個階段及應對 P.07

2b. HERO 個案建議回應 P.08-13

Chem Fun參與者親友的歷程

3a. 應對及溫馨提示 P.15

3b. 真實案例訪問 P.16-23

轉介支援服務

4a. 緊急情況 (在威脅生命安全的情況下) P.26-27

4b. 非緊急情況 (在沒有生命危險的情況下) P.28-29

接觸計劃前你問我答

5. 常見情況及疑問 P.31-33

其他藥物篇-大麻 P.35-36



此夜也許無光，但遠處有星。

認識 Chem Fun 篇

Chem Fun 是指男男性接觸者發生性接觸時，透過毒品提升性歡愉的感覺，並從中找尋身份的認同及與他人連繫；多集中在男同志社群。

Chem Fun 常見的藥物組合為冰、Poppers、偉哥、G水及 Foxy，現時較為熱門為冰與 G 水。

 <p>冰 ICE (別名:凍野/雪糕/豬肉)</p>	<p>Chem Fun 參與者期待的效果</p> <ul style="list-style-type: none"> - 降低肛門痛楚 - 延長高潮的時間 - 放鬆及提升自信 - 提升精力、不眠不休 - 觸感變得敏感；快感與興奮 - 性慾被放大；增加親密感覺 	<p>身體影響</p> <ul style="list-style-type: none"> - 勃起障礙 - 胃口、食量大增 	<p>精神影響</p> <ul style="list-style-type: none"> - 失眠 - 情緒波動、易怒、暴躁 - 幻覺、妄想 - 行為失常
 <p>迷姦水 GHB (別名:G水)</p>	<p>Chem Fun 參與者期待的效果</p> <ul style="list-style-type: none"> - 提高性興奮 - 鎮靜、安眠效果 - Horny 感放大 - 羞恥心下降 - 放寬道德底線 	<p>身體影響</p> <ul style="list-style-type: none"> - 嘔吐/昏迷 - 肌肉無力 - 呼吸與血壓驟降 - 嚴重過量者會引致死亡 	<p>精神影響</p> <ul style="list-style-type: none"> - 解除抑制 - 昏睡、夢遊 - 精神紊亂、幻覺 - 短暫失憶

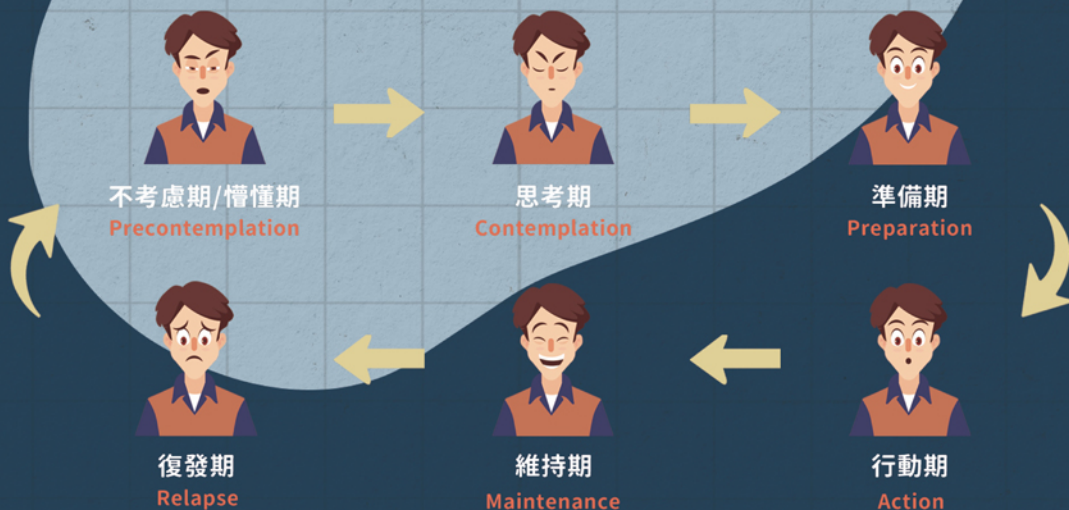
 <p>威而鋼 VIAGRA (別名:V/偉哥)</p>	<p>Chem Fun 參與者期待的效果</p> <ul style="list-style-type: none"> - 增加陰莖血流量並維持長期勃起 	<p>身體影響</p> <ul style="list-style-type: none"> - 引起血管擴張 - 面紅、頭痛、暈眩 - 視覺障礙、腹瀉、皮膚紅疹 - 有機會引起心理依賴，對自然勃起缺乏自信 - 同時使用POPPER會引起血壓會驟降、昏厥、心臟病發、中風，嚴重致死亡 	<p>精神影響</p> <ul style="list-style-type: none"> - 失眠
 <p>芳香劑 RUSH (別名:POPPER)</p>	<p>Chem Fun 參與者期待的效果</p> <ul style="list-style-type: none"> - 血液湧流頭部及性器官 - 感覺溫暖、面頰潮紅 - 陰道及肛門括約肌放鬆 - 提升性快感 	<p>身體影響</p> <ul style="list-style-type: none"> - 皮膚灼傷 - 血液缺氧 - 頭暈、心跳加速 - 長期使用引致視力問題 - 視網膜受損 - 同時使用偉哥會引起血壓驟降、昏厥、心臟病發、中風，嚴重致死亡 	<p>精神影響</p> <ul style="list-style-type: none"> - 降低抑制 - 判斷力受損
 <p>零號膠囊/FOXY (別名:火狐狸/黑貓)</p>	<p>Chem Fun 參與者期待的效果</p> <ul style="list-style-type: none"> - 增加性興奮 - 產生幻覺及時空扭曲的感覺 	<p>身體影響</p> <ul style="list-style-type: none"> - 肌肉痙攣、顫抖及流汗 - 腹瀉、體溫過高 	<p>精神影響</p> <ul style="list-style-type: none"> - 視覺及聽覺扭曲、幻覺

Chem Fun 的改變階段

改變循環輪 (Prochaska & DiClemente, 1982)

Chem Fun 參與者處於不同的改變階段時，你可能會面對或需要留意以下的狀況：

1. 他在改變的過程中有矛盾的感受是正常的。
例如：「一方面又想改變下，但一方面又想玩/繼續Chem Fun。」
2. 改變的歷程往往不是一條直線，有可能是前前後後，來來回回。
例如：「明明好似呢一兩個月幾好，唔知點解佢又去返掂個樣野。」
3. 最終是否選擇改變都是Chem Fun參與者個人的決定與責任。





不考慮期/懵懂期 Precontemplation

此階段Chem Fun參與者尚未看到自己在行為或生活型態上有需要改變

他可能會覺得

- 「講真吖，我照日常生活到，其實有咩問題呢？」
- 「其實玩個陣真係開心㗎㗎，係啲人話有問題之嘛。」
- 「個個都咁玩㗎㗎，又唔見個個出事，係啲人唔識玩先出事㗎。」

HERO 個案建議你可以試着回應

- 「玩完之後會唔會有啲唔舒服嘅情況？我聽過有啲朋友玩完會影響到身體同埋精神，我擔心呢樣嘢會係你身上出現。」
- 「我相信你有掌握自己的能力，依照自己的節奏就好，如果有需要幫手記得出聲就得，我都喺度。」
- 「玩唔玩嘅決定權都係自己度，我明白每個人都有佢嘅原因，所以我都無一個理想嘅答案、答到你「做」定「唔做」嘅好與壞，最重要你內心舒服，我都支持你。」



沉思期 Contemplation

此階段Chem Fun參與者正在考慮改變，既想改變卻尚未作出決定和行動，猶豫於「應該改變」及「維持現狀」兩種狀態之間

他可能會覺得

- 「玩得多Chem Fun會好傷身，但唔玩我又返唔到Normal Sex……」
- 「每次喺APP見到啲正仔我都忍唔住、控制唔到自己，我都唔想係咁。」
- 「其實有時都唔係好玩到，都係睇下個場有邊個喺度㗎咋。」

HERO 個案建議你可以試着回應

- 「聽到你講話唔想咁樣，有無一啲嘢其實影響到你日常生活嘅其他部份？」
- 「你都會有啲諗法想改變，你會唔會想我哋一齊搵吓人幫下手，當係聽多個意見先？我知道有啲社工做相關服務，可能知道其他人嘅故事係點，可以做參考，如果你想我可以陪你一齊去。」



準備期 Preparation

此階段Chem Fun參與者有決定的想法，但還在思考如何改變，
親友預備在未來要改變，現在遊走在行動的邊緣

他可能會覺得

- 「坦白講邊個唔知衰咗，我都有諗過停，但唔知下一步可以點做……」
- 「呢排返工個腦都轉得慢咗好多，我都諗緊係咪停玩Chem一排，唉，可以點做？」
- 「你估我控制到㗎？我夠想停，但點樣做先得㗎？」

HERO 個案建議你可以試着回應

- 「雖然我都唔係好熟悉呢樣嘢要點樣做，不過我哋可以一齊諗下傾下，或者你而家覺得最大嘅挑戰係邊一啲位？」
- 「我都唔知有啲咩方法最合適，不過我聽過有社工專門係做呢類嘅服務，如果我哋一齊去搵佢哋，再睇下有無咩方法啱使，你覺得點樣？」
- 「搵下其他嘢做，分下心，一步一步企穩再行第二步，跌倒起身再嚟過，總有方法可以遠離呢一個局㗎，我都會陪住你。」



行動期 Action

此階段Chem Fun參與者開始採取一些初步的改變行動

他可能會覺得

- 「最近我嘗試做多啲Gym，搞到自己冇啲就唔使去玩Chem。」
- 「我下次想玩嗰陣可唔可以打俾你？我上次試過我傾傾吓電話過咗嗰段時間就無咗去玩嗰個諗法。」
- 「我有兩個星期無玩，feel到身體好似好咗啲。」

HERO 個案建議你可以試着回應

- 「你諗下自己仲有無心思思想去玩，其實呢排你都過得好充實，我見到好似有幫助。」
- 「我見到要叫停呢樣嘢好似都好難，我知道你有心作出改變，你想嘅話，可以得閒搵我講下Chem Fun嘅近況，當係其中一個中轉站。」
- 「如果合適嘅話可以試吓擺出嚟講，同埋預先諗吓如果有心癮/誘惑出現嘅時候要點做，喺個過程入面預演一下。」
- 「聽到你有呢個嘗試/有呢個發現，我為你感到開心，你已經做到一小步，多謝你俾自己有一個唔同嘅選擇。」



維持期 Maintenance

此階段Chem Fun參與者正在努力維持改變及新的生活型態，
但可能會回復到之前的舊問題

他可能會覺得

- 「我兩個月無去玩喇，只係有陣時會有啲之前嘅Chem Fun 玩伴會搵返我，要Block晒佢哋都要啲耐力，但係照做咗先。」
- 「我而家去尖沙咀經過xx街都會專登兜路行返屋企，因為我都驚自己會遇到Chem Fun 嘅人，呢一個月暫時都叫做Work嘅。」

HERO 個案建議你可以試着回應

- 「我留意到你呢排控制Chem Fun都有自己嘅方向，你知道有啲咩誘因出現去避開係一件好事，我會支持你㗎，有咩都可以試下同我講，就算心癮同誘惑出現，我都會喺你身邊支持你陪住你。」
- 「你為自己做咗唔少嘢，最重要嘅係搵到適合自己嘅節奏同模式。盡量做咗先，然後再回顧吓。停咗一段時間再睇返呢個會唔會係自己更加想要同鍾意嘅形象和狀態。」
- 「下次我同你一齊試吓經過一啲有可能令你諗起Chem Fun嘅地方，我哋去食餐飯、食好多好食嘅嘢，令呢個地方除咗Chem Fun之外亦變得有其他意義同回憶，或者之後會有咁驚經過呢度。」
- 「慢慢嚟啦，盡量做到幾多就幾多，我都一路見證住你嘅改變，最緊要唔好俾咁大壓力自己，有時迫得自己太緊又會辛苦。」



復發期 Relapse

此階段Chem Fun參與者可能會回復到之前的舊問題，會退回更前的階段；復發是有可能重新經歷「改變之輪」的過程

他可能會覺得

- 「唉，我明明停咗兩個月，但我又衰咗！」
- 「我都係戒唔到㗎喇，算啦，你唔好理我喇，我自己都想放棄。」
- 「我連我自己都唔敢應承自己，我唔想再令人咁同令自己失望。」

HERO 個案建議你可以試着回應

- 「知道你之前好努力幫自己去停，而家呢個狀況可能都會有啲失望，不過我一直都見到你做咗好多嘢，相信呢啲努力都唔會白費。」
- 「可能keep住停嘅話都要啲時間，不如我哋一齊再睇吓有冇啲方法可以令到自己停得耐啲，或者會令自己做得舒服啲。」



控制藥物的旅程就像一本書，
每一頁都是
我們挑戰和重塑自己的故事。

Chem Fun參與者親友的歷程 (真實例子)

以下是一些HERO個案的訪問，透過述說他們當時面對的狀況、他們所作出的對應及檢視，歸納出你可能面對的不同階段，以及正處於不同階段的你，可以嘗試的應對方法。

階段一

你不知道他有Chem Fun

情況：他偶然會消失一段時間，你留意到他與平日有不同的地方，但你不知道發生甚麼事。

階段二

知道他有Chem Fun， 但未掌握應如何談及Chem Fun一事

情況：你發現他在「浴雪」，開頭兩日難以溝通或情緒不穩定。

(*「浴雪」是指服用冰ICE過後，藥效正在散失時身體及精神的副作用，一般來說使用者可能會很疲倦、情緒較易焦慮躁動、精神難以集中，或會對光/聲音較敏感等等)

階段三

知道他有Chem Fun，並想和你溝通

情況：你發現並知道他有Chem Fun，他亦想嘗試談及Chem Fun一事。

階段四

知道他有Chem Fun，並一同對抗心癮

情況：他跟你坦白自己有心癮想Chem Fun，並想與你一同應對。

真實例子參考



阿文
(男朋友)

Hugo
(Chem Fun參與者)



小美
(朋友)

Andy
(Chem Fun參與者)

階段一

你不知道他有Chem Fun

情況：他偶然會消失一段時間，你留意到他與平日有不同的地方，但你不知道發生甚麼事



Hugo
(男朋友)



阿文
(Chem Fun參與者)

阿文&Hugo的處境

阿文突然消失了半天，Hugo沒法聯絡他，並感到焦急、氣餒及無助。

Hugo當時的處理

1. Hugo會用GPS定位，追縱阿文的位置。
2. Hugo會在阿文消失時不斷聯絡及致電對方，後來Hugo感到焦急，因為花了很多心機都幫不到對方，為此感到氣餒。

Hugo建議可行的應對方法

- 尋求社工的協助：
- a. 認識Chem Fun前後可能會出現的狀態並明白阿文的處境。
 - b. 從社工口中參考其他Chem Fun使用者的經驗。

階段一

你不知道他有Chem Fun

情況：他偶然會消失一段時間，你留意到他與平日有不同的地方，但你不知道發生甚麼事



小美
(好朋友)



Andy
(Chem Fun 參與者)

Andy & 小美的處境

1. 小美從Andy的表姐口中聽到他有抑鬱反應的情況。
2. 小美發現Andy有數天沒有上班。

小美當時的處理

1. 小美開始留意Andy的狀況。
2. 小美估計Andy受情緒及感情問題影響，當時只知道他有服用藥物，不知道有Chem Fun 這個狀況。

小美建議可行的應對方法

1. 主動表示關心：
小美選擇主動約公司的同事與Andy一起傾談，讓他知道同事關心自己並理解他面對的情況。
2. 平穩而開放的態度：
小美選擇冷靜地回應Andy的近況，因為她認為若果太大反應的話，有機會令Andy反感，日後Andy就不會再主動將相關的事件告訴自己。

階段二

**知道他有Chem Fun，
但未掌握應如何談及Chem Fun一事**

情況：你發現他在「溶雪」，開頭兩日難以溝通或情緒不穩定



Hugo
(男朋友)



阿文
(Chem Fun參與者)

阿文&Hugo的處境

1. Hugo持續摸索Chem Fun是怎樣。
2. 留意到阿文Chem Fun後很累，情緒波動較大。
3. 阿文在Chem Fun後會沉靜/消失一段時間。
4. 阿文選擇不應約，不想面對Hugo。

Hugo當時的處理

1. 尋找過往的線索，讓自己採取較合適的陪伴方法。
2. 避免做太多，因為越想盡快聯絡，越不能聯絡到阿文。
3. 保持合適距離，留有空間讓對方恢復。
4. 避免直接WhatsApp及致電，選擇被動地等候。

Hugo建議可行的應對方法

1. 內心自處方法：
 - a. 雖有擔心，但Hugo仍盡量專注在自己的生活重心。
 - b. 持續觀察阿文的情況，並等待阿文「回魂」。
2. 保持合適距離，以被動方式與案主接觸 - 善用社交平台「溫馨動態」：
 - a. Hugo會在Instagram 動態上設定專屬阿文的一人密友限時動態(只有阿文能看見動態的內容)並留下一些訊息，讓阿文想接觸社交媒體時能夠看見。
 - b. 透過Instagram 動態讓阿文知道男朋友一直在陪伴自己，並能夠在舒服的情況下主動聯絡Hugo。
 - c. Hugo能夠看見動態的觀看記錄，能夠掌握對方的粗略情況，例如：仍能使用電話、確保人生安全以及何時使用了電話瀏覽社交媒體，亦同時令自己感到安心。

階段二

**知道他有Chem Fun，
但未掌握應如何談及Chem Fun一事**

情況：你發現他在「溶雪」，開頭兩日難以溝通或情緒不穩定



小美
(好朋友)



Andy
(Chem Fun參與者)

Andy&小美的處境

1. Andy的家人告訴小美，Andy在家中的情緒不穩定，趕走了家人。
2. 小美留意到Andy的表現與平日不一樣。

小美當時的處理

1. 小美陪伴Andy看醫生，包括中、西醫及精神科。

小美建議可行的應對方法

1. 如果可以，與家人建立支援網絡：
 - a. 小美透過陪診及關心這些行動告訴Andy，有人在他身邊，並一直幫助他。
 - b. 小美和Andy的姐姐及妹妹有一直保持聯絡，持續跟進他的狀況。

階段三

知道他有Chem Fun，並想和你溝通

情況：你發現並知道他有Chem Fun，他亦想嘗試談及Chem Fun一事



Hugo
(男朋友)



阿文
(Chem Fun參與者)

阿文&Hugo的處境

阿文出現的時候，他的心情會緊張和低落。

Hugo當時的處理

1. 讓阿文知道自己理解Chem Fun 浴雪後的副作用需要時間渡過，未準備好見面及情緒低落是一個常見的反應。
2. 趁著這個重要時刻增加男友減藥動力。

Hugo建議可行的應對方法

1. 把握「黃金時段」：
當阿文 Chem Fun 過後冷靜了數天，Hugo認為這是伴侶最脆弱，最需要陪伴，因此等待伴侶主動聯絡自己。當見面後，掌握這個時間陪伴着阿文，並鼓勵對方堅持，嘗試慢慢動搖對方去停藥。
例如：上一次阿文因用藥過量而入院，因此表示想戒，Hugo 開始和阿文一起訂立一些目標及方向，讓阿文能分心並且磨練定力。

階段三

知道他有Chem Fun，並想和你溝通

情況：你發現並知道他有Chem Fun，他亦想嘗試談及Chem Fun一事



小美
(好朋友)



Andy
(Chem Fun參與者)

Andy & 小美的處境

Andy 主動向小美坦白自己有Chem Fun的情況。

小美當時的處理

1. 小美雖然不清楚Chem Fun是什麼，但抱持好奇、開放而不批判的態度，問Andy當中的詳情，直接向他了解Chem Fun是甚麼。
2. Andy會向小美表示，只有小美會並願意將Chem Fun一事問得這麼仔細。

小美建議可行的應對方法

1. 「等待」的心理準備：
 - a. 小美信任Andy，同時想讓對方也信任自己，因此小美會觀察並等待他主動將Chem Fun一事告訴自己。
 - b. 等待的過程中，小美會用日常行動表示自己正在陪伴Andy，例如外出食飯、聊天等等。

階段四

知道他有Chem Fun，並一同對抗心癮

情況：他跟你坦白自己有心癮想Chem Fun，並想與你一同應對



Hugo
(男朋友)



阿文
(Chem Fun參與者)

阿文&Hugo的處境

1. Hugo知道阿文心情複雜，為著心癮有天使與魔鬼的交戰。
2. 阿文想去Chem Fun的時候，就會大力捉住Hugo的手，讓Hugo陪伴自己。

Hugo當時的處理

1. Hugo表示明白與包容的態度，理解及陪伴阿文，讓他感到有安全感。

Hugo建議可行的應對方法

1. 到有美好回憶的地方：
Hugo與阿文開車到海邊，因為在車內是一個屬於兩個人有共識的相處空間，並且彼此有安全感的地方，在車間內安慰阿文，摸摸他的頭及靜靜地陪伴，讓他感覺到被理解。

階段四

知道他有Chem Fun，並一同對抗心癮

情況：他跟你坦白自己有心癮想Chem Fun，並想與你一同應對



小美
(好朋友)



Andy
(Chem Fun參與者)

Andy & 小美的處境

1. 小美連接自己與Andy電話的定位功能，從而得知對方的位置，但對方取消定位功能。
2. Andy沒有回家，他的家人聯絡自己。
3. 小美看見Andy的用藥狀況不穩定，並有數天沒有上班。

小美當時的處理

1. 小美會知道Andy需要保持距離。
2. 小美得知後便到Andy身處的地方找他，和他一起回家。
3. 小美在Andy上班後立即去公司找他。
4. 小美安排活動，邀請Andy幫自己的親戚補習，一方面讓他分散注意力，同時也能讓Andy有收入，另一方面可以較近距離留意對方的情況。

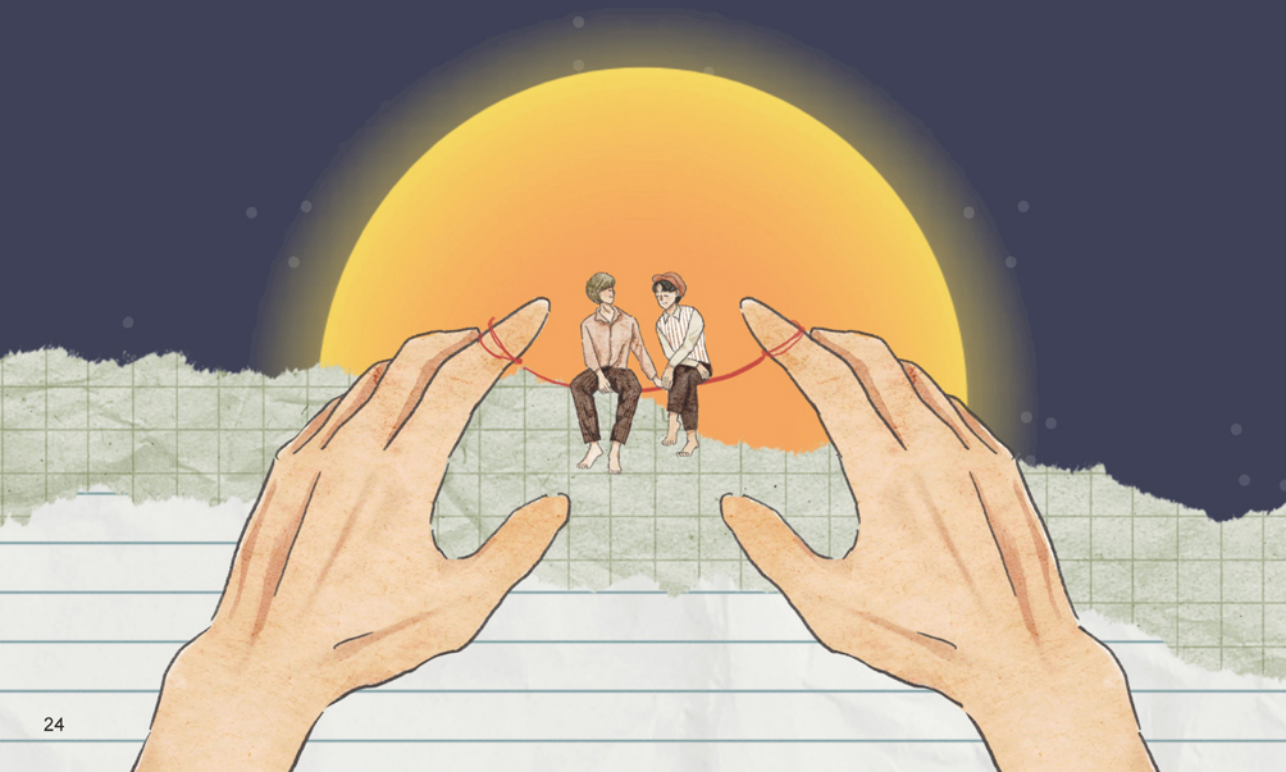
小美建議可行的應對方法

1. 提供安全及安心的氛圍：
 - a. 小美估計Andy現在應該感到辛苦，因此會與Andy保持距離，同時留意Andy的電話狀態，等待Andy主動出現。
 - b. 小美認為Andy需要陪伴，主動去找他，並關心Andy，讓他感到安全感，也能夠安心地向小美傾訴自己遇到的挑戰與難題。
2. 安排活動及行程，分散注意力：

小美認為Andy有自己的能力和空間去處理，保持適合的距離，也提供一些分心的方法給Andy。
3. 留意對方生活上細小的變化，並表達鼓勵：

當小美留意到Andy開始著緊工作，請假減少，知道他正在為自己而努力，小美會直接讚美Andy。

跌倒的經驗在告訴我們曾經努力站起過，
起與跌之外，還有我和你。



轉介支援服務



在考慮轉介前.....

1. 第一時間應保持冷靜。
2. 確保現場環境安全，附近沒有利器或潛在風險物品。
3. 如沒有信心可以單獨處理，應立刻聯絡家人/朋友/社工幫助。
4. 如發現威脅生命安全的情況，應第一時間送院治理。



緊急情況/急性中毒

(在威脅生命安全的情況下)

- 盡快意識到急性中毒/緊急情況。
- 確保環境安全
 - 尋找救助/送到急症室



非緊急情況

(在沒有生命危險的情況下)

如果Chem Fun親友有意欲想嘗試減藥或於生活上作出改變，與Chem Fun保持距離。





緊急情況/急性中毒

(在威脅生命安全的情況下)

服用藥物後有可能出發的併發症

瞳孔發大(興奮劑, 致幻劑)

眼球顫抖

抽筋/癲癇

昏迷、失去意識

體溫過高 (例如皮膚過度出汗、患者表示很熱等)

呼吸困難 (例如過於急促/紊亂/抖不到氣等)



處境一

發現Chem Fun親友神智不清醒或失去意識時

應對

使用簡單的生活儀器(e.g. 智能手錶、疫情時使用的血氧含量計)量度生命體徵指數。

備註：

視乎使用藥物種類，中毒時間，反應會有所不同及變化。
如情況危急，不應花時間在尋找工具量度生命體徵，請立即送院。



處境二

Chem Fun親友精神狀況不穩定

如興奮躁動、極度偏執、幻聽、幻視、被害妄想、意識障礙並有過激行動出現，例如有傾向傷害自己或他人的舉動

應對

如情況危急，請即時致電救護熱線並送院求醫。



緊急情況/急性中毒

(在威脅生命安全的情況下)



救護車熱線

消防處救護車調派中心：
2735 3355

聖約翰救傷隊求助熱線：
1878 000

聖約翰24小時免費救護車
香港區 2576 6555
九龍區 2713 5555
新界區 2639 2555

向接線員提供有用資料

- 告訴接線員發生甚麼事 e.g. 暈倒/受傷等情況
- 清楚告知事發地點
- 簡述傷者情況
- 列舉曾經使用的藥物：份量多少、服用方法、服用時間
- 傷者出現的症狀 (如昏迷/流血/嘔吐等情況)
- 如果熟悉傷者，可以提供年齡、性別、病歷
- 留下聯絡電話，方便救護員與你聯絡
- 如情況許可也可考慮自行到急症室求醫 (的士或其他快捷的交通工具)



非緊急情況

(在沒有生命危險的情況下)

以下是身體及精神有可能出現的狀態/影響

精神狀態/變化

- 精神恍惚/睡眠障礙/人格改變
- 思想方面出現多疑/幻聽/幻象/被害想法
- 敏感偏執觀念或妄想/情緒波動

身體狀態/變化

- 體重下降/消瘦
- 皮膚出現針孔潰瘍膿瘡

1. 介紹或主動聯絡本計劃社工支援

HERO — MSM支援服務

HERO — MSM支援服務是香港基督教服務處一項由禁毒基金資助的計劃，專門為男同志社群提供濫藥治療服務，包括輔導，小組活動與醫療支援，以及進行預防教育工作。

負責地區：全港

地址：香港九龍尖沙咀加連威老道33號地下

電話：2731 6371

WhatsApp：6432 8751

電郵：hero@hkcs.org



計劃網站



WhatsApp



非緊急情況

(在沒有生命危險的情況下)

2. 介紹或主動聯絡各區的濫用精神藥物者輔導中心

全港有十一間濫用精神藥物者輔導中心為吸食危害精神毒品人士提供有關資訊，並適時給予輔導、濫藥治療和康復服務，除此之外，輔導中心亦提供醫療支援服務。

香港基督教服務處轄下有兩間濫用精神藥物者輔導中心，分別是：

PS33 尖沙咀中心

服務地區：九龍城及油尖旺

地址：香港九龍尖沙咀柯士甸道79-81 號香港商專大樓6樓

電話：2368 8269

PS33 深水埗中心

服務地區：深水埗

地址：香港九龍深水埗南山邨南堯樓地下11-16室

電話：3572 0673



保安局禁毒處-
戒毒治療及康復服務主要機構一覽表





天空或許烏雲密布，
但陽光會灑在我們身上。

接觸計劃前你問我答

服務使用者接觸服務前可能會對一些話題感到憂慮，
以下是他們常見的疑問，若然親友有Chem Fun經驗
而有類似情況，你可以嘗試這些回應：



Q and A

常見疑問

- 1) 「當我嚟到中心時，會唔會有人知道我嘅Member(即男男性接觸者)身份？會唔會有好多人見到我㗎？」
- 2) 「我會見男社工定女社工，社工會唔會係直男/女？」
- 3) 「我嚟到見社工係咪即係會逼我完全戒晒，唔可以再掂Chem？」

建議回應

- 「中心內設有獨立嘅面談室，係一對一嘅面談輔導，唔會有其他人見到面談嘅過程。只有HERO同事會知道大家嘅情況，而我哋唔會喺小組中向其他組員公開大家嘅狀態，內容會保密。」
- 「HERO嘅社工有男有女。的確，唔同性取向同性別或許喺面對處境同想法上會有差異，但我哋都會用心聆聽同理解唔同人嘅處境同經歷。但如果有擔心都可以同我哋講，我哋可以再作安排。」
- 「Chem Fun對自身生活嘅影響，相信大家自己最熟悉。我哋期望與大家一齊定立舒服而合適自己嘅方案，由小轉變開始。」

Q and A

常見疑問

- 4) 「當我見社工會講的咩？」
- 5) 「我要見社工幾次？同埋係咪見咗社工就會好快戒到？」
- 6) 「我係咪一定要參加小組？」

建議回應

- 「係輔導過程中，我哋着重深入同大家一齊發掘Chem Fun背後嘅需要同故事，一齊尋找當中嘅意義，因為我哋相信當大家認識到自己與Chem Fun嘅關係後，能夠增加改變同選擇嘅空間。」
- 「我哋會根據大家嘅情況而預約會談，見面嘅頻率同次數係根據案主嘅需要而共同制定。『每次重吸都係個學習機會』，處理Chem Fun冇單一直嘅指引，而且每次重吸情況都有機會唔同。變化多端嘅心癮有機會隨著時間同環境因素而有唔同呈現，因此我哋會同大家一齊檢視重吸嘅過程，吸收當中嘅新發現，化成戒毒歷程中嘅學習。」
- 「HERO嘅小組活動開放俾所有Member，冇冇用藥經驗嘅Member都可以參加。因此嘅活動中大家有機會遇到唔同年紀，職業，身體狀況嘅Member。我哋希望為大家提供多一個社交平台，當中讓大家重新體驗Member圈嘅連繫感，增加社群中嘅互動同支援。」
如果有興趣知道關於小組活動嘅情況，歡迎到本計劃Facebook社交專頁查看更多：



Facebook Page :
Project HERO - MSM支援服務



Q and A

常見疑問

- 7) 「如果我需要其他支援，例如醫療或有其他需要，你哋係咪都可以幫到手？」
- 8) 「如果我覺得未準備好嚟中心，但係又想知道呢度嘅其他有用藥嘢人係點，咁可以點？」

建議回應

- 「我哋一直有同其他社福、醫療機構合作，亦會喺當中做轉介同跟進工作，例如：精神科，特別內科，中醫師等等，為大家提供全面的支援網絡；賽馬會日出山莊亦係本處嘅一個門診住院兼容戒毒藥中心。」
- 「冇問題，我哋理解大家有自己合適嘅步伐同節奏，如果合適嘅話可以先同我哋透過通訊軟件聯絡，再由社工同事同大家分享中心其他同路人嘅情況。另外，計劃有幸喺前幾年同香港浸會大學社會工作系合作一項有關應用敘事治療嘅Chem Fun男同志嘅研究，報告書中都節錄個案同小組嘅對話內容，有需要亦可以閱覽並了解其他同路人在Chem Fun之中嘅經驗同應對。」

應用敘事治療於有Chem Fun經驗的男同志——
探索性研究報告書：





好好休息和放鬆，
才能更用力支撐重要的人。

其他藥物篇-大麻



大麻 Cannabis

- 大麻是迷幻劑
- 俗稱：「草」、「牛」、「花」、「420」、「weed」等
- 大麻植物含有多種統稱「大麻素」的化合物，例如四氫大麻酚（THC）、大麻二酚（CBD）

大麻的種類

- CBD源自大麻植物
- 大麻植物內的THC主要具有精神活性、有害及可使人上癮的大麻素

大麻的功能

- 具有精神活性
- 服用後會引起迷幻及精神亢奮
- 放大感官

大麻的潛在風險(身體/精神/法律)

精神方面

- 感到不安
- 出現驚恐和嘔吐；產生幻覺

法律方面

- 由2023年2月1日起，CBD已被列為《危險藥物條例》的危險藥物
- 非法販運（包括進口及出口）及售賣受管制物質的最高刑罰為終身監禁及罰款500萬元
- 違反《條例》管有及服用受管制物質的最高刑罰為監禁七年及罰款100萬元

身體方面

- 增加心臟病及中風的風險
- 身心功能紊亂
- 專注力下降及感官扭曲



香港基督教服務處（服務處）

香港基督教服務處（服務處）成立於1952年，多年來致力建立一個仁愛、公義的社會。服務處一直為有需要人士提供適切、專業、真誠的優質服務，對弱勢及被忽略的社群尤為關注，並以「社會仁愛公義、人人全面發展」為願景，為市民及社會締造希望、倡導公義、牽引共融。

✉ info@hkcs.org

☎ 2731 6316

📠 2731 6333

📍 香港九龍尖沙咀加連威老道 33 號

🌐 www.hkcs.org



📘 香港基督教服務處 Hong Kong Christian Service

HERO - MSM支援服務

✉ hero@hkcs.org

☎ 2731 6371

📠 2724 3655

📍 香港九龍尖沙咀加連威老道 33 號地下

🌐 www.hkcs.org/tc/services/project-hero

📘 Project.HERO.HK



製作團隊

陳義和 醫生

李子威 醫生

黃宗顯 精神科專科醫生

HERO 社工團隊

受訪個案及友人

作者：林珮詩、譚熙文、何韻詩

督印人：韓小雲

編輯及校對：葉永裕

排版及印刷：譚熙文

插畫：潘潘

出版：香港基督教服務處

出版日期：2024年6月

ISBN：978-988-76433-3-3

印刷數量：300本（非賣品）

贊助：禁毒基金

香港基督教服務處是一所註冊慈善團體及擔保有限公司

版權所有，不得翻印