



附加資料

Q1

如何辨別子女 / 學生是否濫用藥物？

如發現子女 / 學生有以下徵狀，父母教師需特別加以留意：

個人方面	<ul style="list-style-type: none">· 行為鬼祟、生活模式突然改變、心神不定、神不守舍、常躲在房間或洗手間等· 情緒異於往常、喜樂無常、煩躁不安等· 反應遲鈍、呆滯、反常地精神、抑鬱、有幻覺、幻聽等· 胃口轉變、說話含糊、面色轉變等
家庭及朋輩方面	<ul style="list-style-type: none">· 疏遠家人、關係不和· 經常晚歸或藉故外出· 向家人或朋友借錢· 順手牽羊（家中物品不翼而飛）· 與固定的朋友疏遠，交往新朋友· 交往的朋友神情怪異，言談間夾雜暗語或藥物用語，例如K仔、E仔、草、五仔等等
學業及工作方面	<ul style="list-style-type: none">· 做事或讀書不專心，學業成績或工作效率不斷退步· 對學校的活動突然不感興趣· 遲到、曠課、不想返學、返工
物品	<ul style="list-style-type: none">· 來歷不明的藥丸或藥水樽· 錫紙· 大麻煙絲、細小而無濾咀的煙頭· 針筒· 身上有天拿水味· 有兩枝飲管的膠樽或果汁盒

當然，青少年出現上述徵狀，並不代表他們一定有濫藥問題，但如發現以上徵狀，家長教師必須提高警覺，關心他們的情況，如有需要可尋求專業的協助。

Q2

如發現子女 / 學生濫藥，應如何處理？可向什麼人求助？

若家長教師懷疑子女 / 學生有濫藥的危機或已遇上濫藥問題，家長教師切記要保持冷靜及控制自己的情緒，以諒解的態度與子女 / 學生傾談，耐心地了解他們濫藥的情況，共同尋求解決的方法，尋找合適的社區資源，如學校社工、綜合家庭服務中心、濫用精神藥物者輔導中心、戒毒機構等，盡早尋求協助，面對問題，關於有關的政府部門及社區團體資料，可參考本教材套的〈社區資源〉。

Q3

既然毒品有害，為何有些青少年會嘗試吸食毒品？

根據保安局禁毒處於2005年委託香港浸會大學進行的《二零零四年學生服用藥物情況調查》，青少年濫用藥物的主要原因依次為好奇、朋友影響、尋求刺激、逃避不開心、減輕壓力、提神及炫耀，家長教師若要預防青少年濫用藥物，可針對以上各項原因進行教育，以提高青少年拒絕濫藥引誘的能力，關於青少年濫藥的原因，可參考本教材套的〈香港青少年吸毒概況〉。

Q4

毒品有否「軟 / 硬」的分別？

有些人誤以為「藥物 / 毒品」有分「高危」（所謂硬性藥物 / 硬性毒品）及「低危」（所謂軟性藥物 / 軟性毒品），誤以為「索K的危害較食大麻少」、「濫用丸仔較濫用白粉安全」、「濫用白粉（或某些藥物）會快些死」等，其實這全都是錯誤的觀念。各類藥物有其特性及危害，沒有所謂「軟」、「硬」之分，同樣對身體造成傷害。因此，有些年青人誤以為濫用所謂「軟性藥物」（例如俗稱「丸仔」的精神藥物、K仔、E仔、5仔的精神藥物等等）不會令人上癮，誤以為其藥性較溫和，不像白粉（即所謂「硬嘢」）容易成癮。其實這全都是不正確的理解，有關各類藥物的特性及危害，可參考本教材套的〈藥物知識〉。

事實上，成癮可分為「心癮」及「身癮」，「心癮」是指心理上對藥物產生了倚賴。「身癮」是指耐藥性及生理出現變化。不論是甚麼毒品，同樣會令人成癮，會令吸食者產生不斷追求該種毒品的心態（即「心癮」），醫學上已界定為成癮；而心癮因為無形，會造成更大的傷害。而且，濫藥是違法行為，不要因為一時的快感而付上沉重的代價。

Q5

濫用藥物最嚴重的後果是什麼？

濫用藥物除了會成癮，對身體、腦部神經可能會造成永久損害外，更會導致很多嚴重的後果，譬如令濫藥者力不從心，因而影響他們的工作或學業表現。不少個案亦反映濫藥會破壞濫藥者與家人和朋友的關係，濫藥者更須為濫藥行為而承擔沉重的法律責任。此外，因濫用藥物以致死亡的個案更不時發生，由此可見，任何人絕對不應濫用藥物。關於濫藥對身體的影響，可參考本教材套的〈藥物知識〉。

Q6

吸毒及濫用藥物是否違法？

根據《危險藥物條例》134章8條：「管有危險藥物及吸食、吸服、服食或注射危險藥物」屬違法行為，最高刑罰可判處監禁7年及罰款\$1,000,000；而根據《危險藥物條例》134章36條：「管有任何適合於及擬用作吸食、吸服、服食或注射危險藥物的管筒、設備或器具等」亦屬違法，最高刑罰可判處監禁3年及罰款\$10,000，可見濫用藥物的法律後果非常嚴重，不容掉以輕心。有關藥物濫用的法律詳情，可參考本教材套的〈香港及中國有關藥物及毒藥的條例〉。

Q7

如何在學校推行藥物教育？

藥物教育可融入常規課程或課外活動中，例如常識 / 通識科、人文學科、公民教育科、德育科等。此外教師亦可把藥物教育融入「全方位教育」或「生命教育」等計劃內，透過義工訓練、攤位遊戲、小組活動、班際或級際講座等不同形式活動，與學生共同認識濫藥問題。有關如何在學校推行藥物教育，可參考本教材套內的〈如何在學校內推行藥物教育〉。

Q8

如何與子女討論濫藥問題？

家長可透過日常生活，與子女討論濫藥問題，如利用新聞個案，與子女一起探討青少年濫用藥物的原因或相關的課題，從而減低子女誤墮濫藥陷阱的風險，家長亦可利用新聞個案引導子女分析青少年以濫藥來尋求刺激、快感的利弊，協助子女建立正確的價值觀，有關與子女討論濫藥問題的方法，可以參考本教材套內的〈如何在家中推行藥物教育〉。

Q9

如何避免子女 / 學生受壞朋友的影響而濫藥？

「受到朋輩影響 / 想和同輩朋友打成一片」是21歲以下青少年濫用藥物的主要原因之一，因此幫助子女 / 學生免受壞朋友的影響十分重要，但若為了避免子女受到不良影響，而反對青少年的一切社交活動，對青少年的成長亦不是好事，青少年其實可以透過社交生活學習到建立人際關係的技巧，因此作為家長不需全面禁止青少年交友。相反，家長教師可鼓勵他們參與不同的羣體活動（如校內或校外的興趣班、制服團體或義工服務），從而增加他們認識朋友的機會及擴闊生活圈子；而為人父母者，更應抱持接納及開放的態度，鼓勵子女與自己分享交朋結友的經驗。只要家長教師能在子女身旁加以適當的教導，就不用過於擔心他們因朋輩影響而「學壞」了。關於朋輩對青少年的影響，可參考本教材套的〈「朋輩影響 / 朋輩認同」對青少年的重要性〉。

Q10

香港最多人濫用的藥物是什麼？

根據藥物濫用資料中央檔案室的資料顯示，於2006年，曾被呈報的首次濫藥人士當中，所有年齡組別中最常被濫用的藥物種類依次為海洛英、K仔及搖頭丸；若只計算年齡組別為21歲以下的濫藥者，最常被濫用的藥物種類則依次為K仔、搖頭丸及大麻，相關資料可參考本教材套的〈香港青少年吸毒概況〉。

Q11

有沒有安全的濫藥份量？

「毒品」對人體的影響是難以預測，濫藥的危害除了受到「藥物」的因素影響外，同時受到「人」及「環境」的因素影響。大部分危險藥物屬非法製造，成份不明，含有雜質或攙入雜質，若混和酒精服食，危險更大，甚至致命；而且每個人對藥物的反應也不盡相同，如有否隱性疾病、對藥物會否反應過敏等、服藥的環境是否安全，濫藥後可能發生的意外……可見濫藥的後果是不容輕視，所謂「安全」的濫藥份量是非常錯誤的觀念。

Q12

試一次濫藥會否成癮？

大部分藥物也有很強的成癮性，即使只嘗試一次，也有機會導致成癮。而好奇心是青少年濫用藥物的主要原因，有些青少年在好奇心驅使下，一次又一次地嘗試不同份量與種類的毒品，終致泥足深陷，不能自拔。其實，大多數的濫藥者在濫藥前，未必意識到這樣會導致成癮和對身體所造成永久的損害這等問題，但到了問題出現後，卻會後悔莫及。且如 Q11 所言，濫藥者對藥物的成癮程度受著「人、藥物及環境」的因素互為影響，即使有些人濫藥一段時間後，生理上沒有出現明顯的變化，並不等於在另一人身上也會出現同樣情況。再如 Q4 所言，心癮與身癮同樣難於戒除，因此不要誤以為一次濫藥是不會成癮。



社區資源介紹

社區資源介紹

- (一) 戒毒治療及康復服務
 - 強迫性戒毒計劃
 - 自願住院戒毒治療及康復服務計劃
 - 美沙酮門診治療計劃
- (二) 物質誤用診所
- (三) 濫用精神藥物者輔導中心
- (四) 教育、輔導及多元化之綜合服務計劃
- (五) 資源中心

(一) 戒毒治療及康復服務

計劃	機構名稱	電話	服務對象
強迫戒毒計劃	懲教署		
	喜靈洲戒毒所	2986 6286	男
	喜靈洲戒毒所	2986 6001	女(附屬中心)
美沙酮門診治療計劃	衛生署	2835 1831	
	美沙酮診所	2835 1834	男/女
自願住院戒毒治療和康復服務計劃	1. 基督教巴拿巴愛心服務團	2640 1683	女
	2. 香港明愛- 明愛黃耀南中心	2335 5088	男
	3. 基督教得生團契	2329 6077	男
	4. 基督教新生協會	2397 6618	男
	5. 基督教正生會	9027 2547	男/女
	6. 得基輔康會	2673 8272	男
		8104 2188	
	7. 基督教信義會芬蘭差會靈愛中心	2612 1342	男
	8. 香港基督教服務處寶馬會日出山莊	2468 0044	男/女(只限門診服務)
	9. 香港晨曦會	2714 2434	男/女
	10. 全備團契	9200 8546	男
	11. 聖士提反會	2720 0179	男/女
	12. Remar Association Hong Kong	3193 4919	男
	13. 基督教互愛中心	2782 2779	男/女
	14. 榮頌團契	2451 9802	男
		6110 3738	
	15. 香港戒毒會	2574 3300	男/女
16. 香港善導會	2865 1333	男/女	
17. 方舟行動	2397 6618	男	

(二) 物質誤用診所

醫院管理局轄下的物質誤用診所共有五間，提供戒毒治療及輔導服務予濫用精神藥物者；提供服務給輔導中心、志願及醫療機構轉介的人士，及直接到診所求診的人士；診所亦會視乎個別醫療需要提供心理治療或住院服務。

機構名稱	電話
九龍醫院	3129 6710
東區尤德夫人那打素醫院	2595 7608
威爾斯親王醫院	2632 2584
葵涌醫院	2959 8082
青山醫院	2456 8260

(三) 濫用精神藥物者輔導計劃

機構名稱	電話
香港基督教服務處PS33-藥物濫用者中心	www.hkcs.org/gcb/ps33/ps33.htm 2368 8269
明愛容園中心	www.hugs.org.hk 2453 7030
香港路德會社會服務處 路德會青欣中心	www.cheerevergreen-lutheran.org.hk 2660 0400
香港路德會社會服務處 路德會青怡中心	www.cheerevergreen-lutheran.org.hk 2712 0097
東華三院越峰成長中心	crosscentre.tungwahcsd.org 2884 1234

(四) 教育、輔導及多元化之綜合服務計劃

機構名稱	電話
明愛樂協會	www.caritaslokheepclub.com 2893 8060
社區藥物教育輔導會	www.cdac.org.hk 2521 2880
香港善導會	www.sracp.org.hk 2527 1322
啟勵扶青會	www.kely.org 2521 6890
香港培康聯會	www.sarda.org.hk/puihong.html 2576 2356
生活教育活動計劃	www.leap.org.hk 2530 0018
靈實醫院 - 「和平之光」藥物復康服務	www.hohcs.org.hk 2703 8888

(五) 資源中心

機構名稱	地址	電話
1. 香港賽馬會藥物資訊天地	香港金鐘道66號金鐘道政府合署低座頂層	2867 2831
2. 社區藥物教育輔導會	香港波老道12號地下	2521 2880
3. 明愛樂協會「藥物濫用者家人資源中心」	九龍東頭村耀東樓地下1-4號	2382 0267
4. 香港基督教女青年會樂華綜合社會服務處 飛躍健康資源中心	觀塘樂華邨樂華社區中心地下	2750 2521

相關網頁

- 1 · 香港特別行政區政府保安局禁毒處：
www.nd.gov.hk
- 2 · 社區藥物教育輔導會：
www.cdac.org.hk
- 3 · 香港特別行政區政府律政司：雙語法例資料系統
<http://www.legislation.gov.hk/chi/index.htm>
- 4 · 中國國家禁毒委員會辦公室中青網：「青少年遠離毒品網」
<http://cyc90.cycnet.com/cycnews/jindu/index.jsp>
- 5 · 中國廣東省青少年禁毒網：
<http://jindu.gdyouth.com/>
- 6 · Australian Drug Foundation：
<http://www.adf.org.au/>
- 7 · “Club Drugs”, National Institute on Drug Abuse of the United States Government：
<http://www.clubdrugs.org/>
- 8 · National Institute on Drug Abuse of the United States Government：
<http://www.nida.nih.gov/>
*提供多方面的資料及教學資源

- 1 · Australian Drug Foundation (2001). Next Step II: Education Young People About Illegal Drugs. North Melbourne Drug Foundation.
- 2 · Carroll, C. R. (2000). Drugs in Modern Society (5th ed.). Boston: McGraw-Hill.
- 3 · Tacade(1999). Skills for Life: The World of Drugs for Secondary Schools 11 to 14 Years Olds. Greater Manchester: Tacade.
- 4 · Victoria Police Drug Guide (1996) , Victoria Police, Department of Human Services
- 5 · 社區藥物教育輔導會 (2001):《藥物教育教材套》,香港: 社區藥物教育輔導會。
- 6 · 社區藥物教育輔導會編製 (2002):《中學藥物教育教材套》,香港, 中國香港特別行政區: 保安局禁毒處。
- 7 · 保安局禁毒處 (2005) 委託香港浸會大學:《二零零四年學生服用藥物情況調查: 簡要報告》,香港, 政府物流服務處。
- 8 · 保安局禁毒處 (2006):《認識藥物濫用問題》,香港, 中國香港特別行政區: 保安局禁毒處。
- 9 · 香港中文大學社會學系等 (2004):《香港邊緣青少年北上濫藥面面觀》,香港。
- 10 · 郭靜晃和吳幸玲譯, Philip and Barbara Newman原著(1993):《發展心理學: 心理社會理論與實務》,臺北, 揚智文化事業股份有限公司
- 11 · 梁國香, 周兆鑾博士 (2004):《怎樣糾正孩子壞行為》, 全人發展中心。
- 12 · 黎樂兒博士等 (2004):《女性開始和持續濫用藥物及其影響的研究》, 香港。
- 13 · 中國國家禁毒委員會辦公室中青網:「青少年遠離毒品網」, <http://cyc90.cycnet.com/cycnews/jindu/index.jsp>, 瀏覽日期: 2007年3月14日
- 14 · 中國廣東省青少年禁毒網, <http://jindu.gdyouth.com/>, 瀏覽日期: 2007年3月22日
- 15 · 保安局禁毒處:「藥物資料中央檔案」, http://www.nd.gov.hk/c_crda.htm, 瀏覽日期: 2007年3月22日
- 16 · 律政司 (2007):《律政司: 雙語法例資料系統》, <http://www.legislation.gov.hk/chi/index.htm>, 瀏覽日期: 2007年3月20日
- 17 · National Institute On Drug Abuse, www.nida.nih.gov, browsed on 20-3-2007

編者及參考文章作者簡介

編者：社區藥物教育輔導會
(Community Drug Advisory Council)

社區藥物教育輔導會於1984年成立，是一個致力推動藥物教育的志願機構。本會成立初期有賴一羣熱心關注青少年濫用藥物問題的家長及專業人士支持，經過廿多年來的努力開拓及經驗累積，本會現已發展成一個專業的藥物教育機構，所有前線同工也曾接受社工、教育或心理學訓練；並由來自不同領域的專業人士組成董事會，支援本會的工作，為社區提供適切的服務。

訓練工作是本會工作中最重要的一環，除了按照「導師培訓計劃」模式 (Train the Trainer)，向教師、家長、護士及其他專業人員講解各種與藥物有關的知識外；亦會直接向大專院校、於中小學或國際學校就讀的學生及高危青少年提供不同類型的教育活動，例如講座、工作坊及小組活動等；本會更經常為學校、政府部門、志願組織提供有關藥物教育的諮詢，協助他們推行藥物教育；此外，本會更與相關的社區團體及政府部門保持緊密聯繫，攜手喚起大眾對濫用藥物問題的關注及加強大眾對這方面的認識；本會同時積極推廣健康生活模式，藉此幫助青少年積極發展自我，學習有效的生活技巧，拒絕危險藥物的引誘。

於訓練工作外，本會亦具有豐富的編輯及出版經驗，經常為不同的對象製作有關藥物的資訊及資源，例如供教師閱讀的季度健康教育通訊、家長藥物教育小冊子及供本地及國際學校學生使用的中、英文藥物教育教材套等。

參考文章作者（排名不分先後）

李大拔教授

香港中文大學醫學院公共衛生學院健康教育及促進健康中心總監

李炯前教授 太平紳士

香港中文大學藥劑學院教授及副院長（外務）

鄧藹霖女士

資深傳媒人

禁毒常務委員會委員

李蝶女士

社區藥物教育輔導會 服務督導主任

註冊社工 前線藥物教育工作者

黃寶文先生

社區藥物教育輔導會 高級教育主任

註冊社工 註冊教師 前線藥物教育工作者

鳴謝

1. 香港電台提供《禁毒檔案ADF》片段
2. 政府化驗所提供藥物圖片
3. 李大拔教授
香港中文大學醫學院公共衛生學院健康教育及促進健康中心總監
4. 李炯前教授 太平紳士
香港中文大學藥劑學院教授及副院長（外務）
5. 鄧藹霖女士
資深傳媒人
禁毒常務委員會委員
6. 參與製作本教材套的諮詢委員會成員

呂宇俊老師	教師代表	中華基督教會公理高中書院教師
李綺文女士	家長代表	中華基督教會協和小學 下午校家長教師會成員
李月桂女士	家長代表	馬頭涌官立小學(紅磡灣) 家長教師會名譽顧問
官文慧姑娘	社工代表－青少年服務	香港青少年服務處 大埔地區青少年外展社會工作隊社工
余啟明先生	社工代表－預防青少年 濫用藥物服務	香港明愛青少年及社區服務 「披星計劃」社工
馬智恆老師	教師代表	天主教南華中學教師

*排名不分先後。

版權：本教材套版權屬於香港特別行政區政府保安局禁毒處