



Chinese

違禁藥物：不言而喻的事實

ECSTASY (狂喜，搖頭丸)

(E, Ex, E n C, eccy, MDMA, XTC, eggs, pingers, disco biscuits (迪士高餅乾), pills, 快樂丸, 衣服, 上面, 快樂神, 勁樂丸, 愛它死, 忘我, 亞當)



Ecstasy 是二甲基苯乙基胺 (Methylenedioxy-methamphetamine, MDMA) 的俗名，基本上是一種有幻覺特性的興奮劑，通常是藥丸的形式（因此有一個創造出來的別名“pills”，“搖頭丸”）；有不同的顏色，由不同的“印章”分辨。服用方式通常是吞下藥丸，也可以壓碎或鼻吸。

有甚麼作用：

Ecstasy 的刺激成份令中央神經系統的活動加速，藥物的迷幻劑同時影響感覺。MDMA 減低抑制，導致使用者增加警覺、更熱情和更有活力。Ecstasy 在使用 20 分鐘內便開始“來勁”，產生心情非常愉快的感覺，約在一個小時後達到高峰。效力可以持續最多八小時，然後是“低落”的感覺，以及可能會感到倦怠和惱怒；如果連同其他藥物（包括酒精）一同使用，這些效果會更強烈。

短期問題：

Ecstasy 令血壓增高和脈搏加速，而且讓體溫上升。使用者失去食慾和大量出汗，甚至可能會嘔吐。有些人會體溫過度上升，常見的副作用包括不自覺地牙關緊閉、磨牙和瞳孔放大，以及在低落時會有焦慮和失眠的症狀。在炎熱和潮濕的環境服用藥丸（例如在狂野派對或在搖滾樂表演會）可以導致脫水，較罕見的有心臟衰竭及死亡。還有一些廣為人知的例子就是過份喝水和水中毒，導致腦部腫脹。

長遠的問題：

雖然現時還不能確定，但愈來愈多的證據指出重複使用 ecstasy 會給腦部帶來神經毒素。大量使用 ecstasy 的人士指出他們有憂鬱的症狀（例如昏睡怠倦和情緒波動）、專注的能力降低和記憶受損。這是因為腦部血液的血清素因使用 ecstasy 而減低。動物研究顯示血清素損耗可以是持久的（可以長達三年）或甚至是永久的。

每一藥丸的效果和毒性都是難以預料的，因此很容易會過量使用藥物。

概要：

正如任何在簡陋的後院實驗室製造的違禁藥物一樣，質量是很難控制的。Ecstasy 的活性成份理應是 MDMA，但大多數的藥丸實際不含這成份。為甚麼呢？因為要取得需要用來製造ecstasy 的基本化學品是很難的，要合成化學製品也不容易。大多數的藥品製造者都是採用簡單的設備和盡可能降低成本。

要記住，不管給你售賣藥丸的毒品販子或朋友怎麼想或說甚麼，他們是否真正知道貨品的來源也是疑問，更難以說他們是否有資格擔保藥丸的質量。通常，他們只是重複給他們藥丸的人所說的話。這也是說，與其是購買MDMA，你所購買的很大機會是安非他明和其他合成迷幻劑 - 包括巴拉甲氧基安非他明 (Paramethoxyamphetamines, PMA) - 的混合劑。其他用來填補ecstasy 藥丸的便宜成份可以包括咖啡因、氯氨酮（一種馬匹用的鎮靜劑）、撲熱息痛和布洛芬 (ibuprofen)。

使用ecstasy 時需要小心處理飲水量 — 喝得太多和喝得太少都同樣危險。

- PMA – 是一種安非他明類藥物，有興奮劑和迷幻劑的特性，有時候會當作ecstasy出售，有時候在ecstasy內也含有這種成份。作用會較慢，但藥性比MDMA更強；人們往往認為這藥丸“無用”，要再多來一顆，結果便過量服用。有多宗記錄的死亡事故是由此原因導致的。
- 一種稱為黃樟油精(safrole)的油，由黃樟植物的根、樹皮和果實提煉，可用來製造MDMA。已知的事實是，人類使用黃樟會導致永久的肝臟損害和癌症。
- 2000年-2004年，國家屍檢資料系統 (National Coronial Information System) 錄得112宗和ecstasy 有關的死亡事故，藥物本身是其中百份之四十六的死亡事故的主要原因。
- 如果在服用抗抑鬱藥時使用ecstasy，或使用過量ecstasy，可以導致血清素綜合症，症狀包括不安、頭疼、混亂、心律失常、肌肉痙攣；而在極端的情況，會導致昏睡和死亡。

冰 (ICE)

(meth (麥斯), crystal meth, d-meth, shabu, tina, glass, 冰毒, 去氧麻黃素)



冰是氫氯化甲安非他明晶體 (methamphetamine hydrochloride) 的俗名，自90年代中期以來，冰大概佔澳洲警方所有沒收的甲安非他明的百份之九十。通常是結晶粉末的形式，或是無色的“石塊”。冰可以煙吸、鼻吸入注射。

有甚麼作用：

使用冰帶來的強烈“快感”或“愉快”的感覺可以持續最多12小時，視使用的次數而定。使用者會體驗快樂和興奮的感覺。這藥物令單胺酶充滿腦部的感受體，如果重複使用冰，這些感受體會被完全毀掉，因此使用者如果不使用更多的冰便無法感受歡愉。在精神和肉體上，這都是有高度上癮的性質。

短期問題：

心跳和呼吸增加、高血壓、循環系統和心臟問題，也增強性慾，因此使用者往往進行有風險的性行為，導致增加患上由性傳播的感染 (STI) 的風險。

長遠的問題：

經過一段時間，冰實在會令人衰老。注射冰會帶來傷痕、膿瘡、靜脈受損和增加血源性病原體的風險。大量使用冰的人士牙齒會損壞、皮膚損傷、營養不良、肺功能減低，並出現疼痛、痛楚和痙攣。除了中風的風險以外，有證據顯示冰會影響精神健康和認知功能 — 冰毒癮君子會患上妄想狂和精神病、出現幻覺、失去記憶、失眠。

概要：

冰是市面其中一種害處最大的違禁藥物。從社會影響來說，由於獲得冰是所有冰毒癮君子的最首要和凌駕於一切的重點，因此他們往往會變得有侵略性和兇暴，讓他們的家人和朋友疏遠他們。

- 製造冰時產生的毒氣包括氯化氫、鹽酸、氨和磷 — 這些對人類都是有毒性的。

大麻

MARIJUANA (CANNABIS)

(pot, grass (草), weed, dope, reefer, joint, spliff, ya(r)ndi, rope, mull, cone, skunk, bhang, ganja, hash, chronic, 麻, 大麻草, 牛, 花)



大麻植物生產三種不同的產品，大麻是雌性植物的葉和花，含有對心理和精神有顯著影響的物質四氫大麻酚 (delta-9 tetrahydrocannabinol, THC)。大麻植物也產生哈希什 (hash)，通常是有顏色的小塊（由黃色到黑色）和哈希什油。在澳洲使用這藥物的最常見方法是用大麻煙或煙斗的方式吸乾葉和花蕾。

有甚麼作用：

THC由肺部吸入 (或胃部吸收) 進入血液，然後進入腦部，使腦部的感受體充滿腦部的獎勵化學物。一般來說，吸大麻讓使用者有放鬆的效果，也增加胃口，俗語稱為有“吃零食的慾望”。

短期問題：

難以集中精神，協調受損、眼睛充血、口乾。

長遠的問題：

呼吸系統疾病、和吸煙有關的癌症、精子數量減少，甚至缺乏性慾。對藥物的精神依賴導致更大的不安、失去記憶力、情緒不穩定、缺乏幹勁、妄想症和焦慮症，而且大量使用大麻和精神病及精神分裂也有關連。大麻對於社會也有影響，例如和家人朋友的關係問題。失業也直接和濫用大麻有關。

概要：

和任何一種吸入方式一樣，焚燒的基本都是碳，吸大麻草基本上對你是有害的。此外，由於現時大多數出售的大麻煙都是水培的，未經證實的證據指出吸大麻時，植物內仍然留有高濃度的有毒化學物。

研究指出大量服用大麻的男士房事會有困難，許多不能獲得滿足。*

*來源：Anthony Smith – La Trobe University Study.

■ 對身體的影響

長期吸食大麻的人士可能會有哮喘、支氣管炎、口部和咽喉以及肺部的癌症、集中力差、記憶力受損、學習困難，並有潛在精神失調的可能。

■ 社會影響

長期吸食大麻的人士，沒有完成中學、TAFE 或大學的機會更大，而且失業往往直接和濫用大麻有關。長期的使用者也會經歷和家人及朋友的關係問題。

■ 大麻和駕駛

最近由國家防止大麻和資訊中心 (National Cannabis Prevention and Information Centre, NCPIC) 顯示，在服用大麻後開車會增加發生意外的機會達到百份之三百。

■ 大麻和法律

夢想在布吉島渡過一個熱帶假期？請注意：因大麻或任何類別的違法藥物而被定罪，會將你的假期計劃無限期擱置。“如果你因為大麻而被定罪，會阻止你到許多海外國家旅行。”布里斯本 DRUG ARM 執行總監 Dennis Young 指出。“而且這也可以影響你將來的學業和工作的機會。許多人根本不瞭解或不考慮長遠的法律後果。

**雖然許多人認為青少年都“吸食大麻”，
但是每五名澳洲人（14-19歲）中有四名表示從沒有使用過**。**

**來源：2007年澳洲藥物策略家庭調查 (National Drug Strategy Household Survey, NDSHS).

可卡因 (古柯鹼， COCAINE)

(coke, snow, Charlie, 自由壘, 快樂客)
(crack cocaine: crack, rock, base, sugar block, freebase, 滾石)



可卡因是白色粉末狀的興奮劑，通常以鼻吸的使用方式，也會注射、吞服或塗擦在齒齦。

有甚麼作用：

視品質和純度而定，所有三種形式的可卡因都提供強烈、短暫的興奮感覺，這是由於腦部釋放出一種稱為多巴胺 (dopamine) 的神經化學物。除了不尋常的激動感覺外，使用者會感到過份自信，而且多言。

混合可卡因和酒精，會產生一種稱為cocaethylene 的化學物，對於身體系統的毒性，比單獨使用可卡因尤甚。

短期問題：

心跳增加、激動、疑慮和幻覺、肌肉痙攣和嘔吐。連續數小時或多天使用可卡因會導致“崩潰”（即是抑鬱和昏睡怠倦）。

長遠的問題：

可卡因精神病 (Cocaine psychosis) – 特徵是暴力、攻擊性的行為和偏執狂妄想症，以及睡眠失調、性能力受損、中風、抽搐和腎衰竭。同時，鼻吸這藥物會損害鼻膜，最後導致鼻隔膜萎陷。注射可卡因會導致組織損壞。

概要：

不管你的資料來源聲稱甚麼，澳洲的可卡因純度和一些其他國家相比是非常低的，因此本地的供應一定是混入其他藥物如speed, meth 和 ecstasy 粉末的。

快速丸 (SPEED)

(whiz, point, zip, go-ee, snow, gas, pure, eve, gogo)



Speed 是一種安非他明，通常是黃白色/黃色的粉末，也可以是粉紅或甚至棕色 — 可以非常幼細或粗糙，以可以是膠囊包含的粘稠液體。這種藥物可以吞服、煙吸、鼻吸、注射或從直腸吸入。

有甚麼作用：

像所有安非他明一樣，speed 在使用後會提供極度的興奮、增加能量、抑制食慾和警覺 — 主要是因為藥物將腦部和身體之間的通訊加速，因此增加呼吸和心跳，同時血壓上升。

短期問題：

過量出汗、身體過熱、視力模糊、頭疼、磨牙、牙關緊閉、噁心和腹瀉。

長期問題：

和冰一樣，長期使用令使用者明顯衰老，並導致牙齒衰退、心臟問題、體重減輕、潛在中風的風險以及有高度上癮的風險，同時減低對情緒控制的能力和有錯覺或強迫性的行為。使用者會變得暴力，辱罵他人。這種藥物也是導致摧毀許多家庭和友誼的原因。

概要：

Speed 是尤其“質劣”的藥物，會和任何其他藥物混合，甚至加入洗衣粉以增加利潤。長期使用，會令你顏容憔悴，皮膚差劣，牙齒損壞，並可能變得不理智、富侵略性，甚至使用暴力。

“Speed 精神病” (speed psychosis) 是過量使用安非他明的常見症狀，和妄想型精神分裂症 (paranoid schizophrenia) 很相近。

GHB

(G, fantasy, liquid E, grievous bodily harm (GBH) ,
液體狂喜，液體快樂丸)



伽碼羥丁酸 (Gamma-hydroxybutyrate) 或 GHB 是在跳舞場所常見的違禁藥物，由於其刺激、愉快和據稱有激發性慾的特性，有時被稱為液體ecstasy。但其化學成份和MDMA完全沒有關連。味道微鹹，無色無味。

有甚麼作用：

原來是發展作為全身麻醉藥，整體的效用是作為緩和劑。使用者會減低抑制和全身困倦。過量使用會導致昏迷，抽搐和嘔吐。和酒精混合尤其危險，可以導致全面的呼吸衰竭，心搏停止和死亡。更甚的是，藥物可以令身體和精神上成癮，停止使用會導致失眠、焦慮、對光和響亮的噪音敏感，以及精神反應遲鈍。

概要：

GHB使用者的主要風險是過量使用，導致死亡。即使供應商給你保證，你也無法知道一批藥物的不同強度或稀釋度，因此確定到底甚麼是一個“安全”的劑量是非常困難的。不值得冒險。

**和酒精混合，GHB可以快速令人狂喜 —
這也是 GHB 經常用於偷偷攪入飲品以作迷暈的原因。**

鎮靜劑 (DEPRESSANTS)

(benzos, tranks, serries, mandies, sleepers , 巴比妥 , 速可眠 , 紅魔鬼)

有時也稱為“鎮定劑 (downers)”，鎮靜劑的作用是減慢或減低腦部和身體的功能，主要用作處方藥物，它們也成為受歡迎的“違禁藥物”或改變情緒的物質。它們也可導致由放鬆的感覺到輕微的滿足感，到鎮靜狀態和完全眼前昏黑。

有甚麼作用：

鎮靜劑可以作為中央神經系統的麻醉劑，減低憂慮、緊張或妄想的感覺。它們也舒緩失眠和放鬆身體的肌肉，使用者常常報告他們的情緒得到改善，並感覺更善於交際。在違禁藥物的領域，鎮靜劑可以用來作為天然的“解毒劑”克服停止服用藥物後或服用其他違禁興奮劑帶來的“失落”症狀。

短期問題：

暈眩、困惑、說話含糊不清、呼吸微弱、協調和判斷受損、血壓低。在其他藥物的影響下自我使用鎮靜劑作為醫療藥物是很危險的，也可以導致呼吸停止或甚至死亡。

長遠的問題：

許多鎮靜劑或巴比妥酸鹽 (barbiturates)，如果經常服用也是會上癮的，而斷癮症狀包括難以入睡、驚恐症作和焦慮症。

概要：

鎮靜劑是應由醫生開處方的藥物，用於指定的原因，而不是用來替代其他藥物的。如果你使用鎮定劑來替代其他藥物，倒不如睡眠來得更好。如果服用太多，或混合錯誤的藥物，會有昏迷或死亡的風險。

鎮靜劑和酒精混合，會減低你的呼吸率到實際停止呼吸的程度。

需要幫忙?

列出的機構可能只提供英語的服務和資源，敬請留意。

國家藥物運動

(NATIONAL DRUGS CAMPAIGN)

1800 250 015 (免費電話)

www.australia.gov.au/drugs

可查詢有關該運動的資料或查詢有關在你州/領地的資訊或支援服務。

酒精資訊

(ALCOHOL INFORMATION)

www.alcohol.gov.au

澳洲政府的國家酒精資訊網站，由衛生及高齡部編製。

國家防止大麻及資訊中心

(THE NATIONAL CANNABIS PREVENTION AND INFORMATION CENTRE – NCPIC)

1800 304 050 (免費電話)

www.ncpic.org.au

國家防止大麻及資訊中心 (NCPIC) 的目標是通過預防攝取大麻、提供具實證的資訊和干預服務予社會大眾，以減低在澳洲的大麻使用。

TED NOFFS基金會

(TED NOFFS FOUNDATION)

1800 151 045 (免費電話)

www.noffs.org.au

為經歷藥物和酒精問題和相關創傷的年輕人和他們的家人提供所需的服務。

轉捩點

(TURNING POINT)

1800 888 236 (免費電話)

www.turningpoint.org.au

轉捩點的對象是受到酒精和其他與藥物有關的傷害、或和受影響人士同住的個人和社區，目標是致力促進和盡量增進他們的健康和福利。

澳洲藥物基金會

(AUSTRALIAN DRUG FOUNDATION – ADF)

www.adf.org.au

有關藥物的全面資訊，包括最新的研究、資料單張、研討會的最新資料和消息、政府政策和其他資訊。

澳洲藥物資訊網絡

(AUSTRALIAN DRUG INFORMATION NETWORK – ADIN)

www.adin.com.au

ADIN 提供的簡易方法，使用1200多個經專業審核有關藥物和酒精的機構的網頁和連結—由小型的區域團體至全國的機構。

DRUG ARM

1300 656 800

www.drugarm.com.au

DRUG ARM Australasia是一個非政府和非營利的機構，致力提倡不使用違禁藥物的健康生活方式。

家庭藥物支援

(FAMILY DRUG SUPPORT)

1300 368 186 (本地電話收費)

www.fds.org.au

為需要替關愛的人獲得幫助的人士而設的機構，由志願工作者組成，他們都曾經親身經歷有藥物問題的家庭成員帶來的創傷。

BEACON 基金會

(BEACON FOUNDATION)

www.beaconfoundation.net

Beacon 基金會是一個全國性的非營利機構，旨在影響澳洲人的態度和文化，從而讓所有年輕人都建立獨立的意志，為自己和他們的社區取得個人的成就。

兒童協助熱線

(KIDSHelp LINE)

1800 551 800 (免費電話)

www.kidshelp.com.au

為5至25歲年輕人而設的全國電話和線上輔導服務，服務是免費、匿名和完全保密的。

生命熱線 (LIFELINE)

13 11 14 (本地電話收費)
www.lifeline.org.au

24小時的全國電話輔導服務，為你提供協助，解決不論大小的困難。

OXYGEN

www.oxygen.org.au

OxyGen 鼓勵健康的生活方式選擇及為年輕人提供有關煙草的互動活動和資訊。

REACH OUT

www.reachout.com

一個你可以在網上找到有關精神健康問題的資訊的地方，也是讓你可以放鬆的空間。伸手求援，找尋資訊，繼續往前。

MOODGYM

www.moodgym.anu.edu.au

MoodGym 是一個創新和互動的網上計劃，為預防和減低憂鬱症症狀而設。這是為年輕人而設的計劃，但對所有年齡的人士都有幫助。

BEYONDBLUE

www.beyondblue.org.au

關於憂鬱症的全國計劃，讓我們瞭解澳洲各地有關憂鬱症的情況。

HEADSPACE

www.headspace.org.au

headspace 為澳洲各地的年輕人和他們的家人提供精神和健康福利的支援、資訊和服務。

國家轉達服務 (NATIONAL RELAY SERVICE)

24-小時轉達致電號碼 TTY/語音 13 36 77,
說話和聆聽 (SSR) 1300 555 727

國家轉達服務是全澳洲使用的電話服務，為失聰，或有聽覺或說話障礙的人士而設。

請不要忘記，如果你用手機致電以上所列的電話，你需要付手機的收費率。