



如何预防青少年吸毒

青少年吸毒害人害己，令人忧虑，预防青少年吸毒已到了刻不容缓的地步。

一、树立正确的人生观、价值观

个人的成长道路，不会只有阳光坦途，还会有磨难和挫折。青少年如不具备良好的心理素质 and 自我调节、排解的能力，就会处处面临困境，丧失对生活的信心。受不良环境的影响，就有可能借助毒品寻求一种暂时的解脱和情感满足。

二、树立远大的理想

在远大理想的激励下，会觉得自己有好多事要做，根本没有多余的精力与兴趣去沾染包括吸毒在内的不良习气。

三、培养有益的兴趣爱好

青少年的接受能力较强，容易对新的事物产生兴趣，如果发现自己有了不良的兴趣爱好，即使只是一种倾向，也要坚决地把它消灭在萌芽阶段

四、培养良好的生活习惯

良好的生活习惯包括不贪图享乐，热爱劳动，鄙视不劳而获，要培养青少年良好的生活习惯，避免染上吸毒等恶习的机会。

五、从远离烟酒做起

烟、酒也是成瘾性物质，食用后能改变人的情绪，随着时间延长，使用者会对它们产生一定的依赖性。这一作用与毒品进入人体后的作用过程基本相似，只是毒品在人脑中作用更大、更强。

六、磨练顽强的意志

一个意志坚强的青少年，不会因为一些轻微的挫折而借助毒品解愁；不会因为难以克制的渴望和好奇心而斗胆尝试毒品。顽强的意志并不一定都是在艰苦卓绝的环境中练就的，每一次战胜自己的怯弱，就是一次新的进步，就是一次磨练。

七、谨慎交友

朋友就是另一个自己，如果朋友有恶习，你也可能跟着模仿；如果你的朋友炫耀自己抽过白粉，见过世面，你也可能不甘示弱；最后的结局是你和你的朋友一起毁灭。青年朋友们，对不值得做朋友的人，要像远离毒品一样远离它。

八、避免涉足复杂场所

所谓复杂场所是指社会上各式各样的人都有可能集聚的地方。有的青少年朋友可能对自己抵制毒害的能力十分自信，自我感觉“免疫力”很强，犯罪团伙会采用许多手段，让人防不胜防。相比之下，青少年阅历少，容易上钩，一旦吸毒就很难戒掉毒瘾。

九、克服过分的好奇心

好奇心应该有一个限度，在正常限度之内的好奇心可以理解，也是人之常情，但是好奇心超过了一定的限度，就会转化为一种不健康的心理。青少年朋友要把握住分寸，不要让自己的好奇心泛滥。

十、克服逆反心理

在对吸毒青年的调查中发现，有为数不少的吸毒者是出于赌气的心理而染上吸毒恶习并越陷越深。最怕的是青少年朋友刚愎自用，出现逆反心理并受之影响而作出错误的决定。



筑牢禁毒防线 防范毒品危害



棕树营街道办事处 宣



什么是毒品

根据《中华人民共和国刑法》第 357 条、《中华人民共和国禁毒法》第二条的规定：毒品是指鸦片、海洛因、甲基苯丙胺（冰毒）、吗啡、大麻、可卡因以及国家规定管制的其他能够使人形成瘾癖的麻醉药品和精神药品。

从毒品的来源看，可分为天然毒品、半合成毒品和合成毒品三大类。天然毒品是直接从毒品原植物中提取的毒品，如鸦片。半合成毒品是由天然毒品与化学物质合成而得，如海洛因。合成毒品是完全用有机合成的方法制造，如苯丙胺类。

从毒品对人中枢神经的作用看，可分为抑制剂、兴奋剂和致幻剂等。抑制剂能抑制中枢神经系统，具有镇静和放松作用，如鸦片类。兴奋剂能刺激中枢神经系统，使人产生兴奋，如苯丙胺类毒品。致幻剂能使人产生幻觉，导致自我歪曲和思维分裂，如麦司卡林。

从毒品的自然属性看，可分为麻醉药品和精神药品。麻醉药品是指对中枢神经有麻醉作用，连续使用易产生依赖性的药品，如鸦片类。精神药品是指直接作用于中枢神经系统，使人兴奋或抑制，连续使用能产生依赖性的药品，如苯丙胺类。

从毒品流行的时间顺序看，可分为传统毒品和新型毒品。传统毒品一般指鸦片、海洛因等阿片类流行较早的毒品。新型毒品是相对传统毒品而言，主要指冰毒、摇头丸等人工化学合成的致幻剂、兴奋剂类毒品。

新型毒品对于青少年的危害

“染毒只需一分钟，戒毒需要几十年”。一些青少年对吸毒的危害性和戒毒的艰难性缺乏深刻的认识，往往在好奇心的驱使下去尝毒，从此难以自拔。近年来，吸毒低龄化的趋势越来越明显，令人担忧。全社会要密切配合，切实加强青少年的防毒禁毒教育，要让他们真正认识吸毒对自己的身心健康特别是对中枢神经造成的伤害不可逆转，自觉抵制毒品、远离毒品。

毒品的危害可以说有很多，归纳起来最主要的危害有两大类：

一、吸毒对身心的危害

(1) 吸毒对身体的毒性作用：毒性作用是指用药剂量过大或用药时间过长引起的对身体的一种有害作用，通常伴有机体的功能失调和组织病理变化。

中毒主要特征有：嗜睡、感觉迟钝、运动失调、幻觉、妄想、定向障碍等。

(2) 戒断反应：是长期吸毒造成的一种严重和具有潜在致命危险的身心损害，通常在突然终止用药或减少用药剂量后发生。许多吸毒者在没有经济来源购毒、吸毒的情况下，或死于严重的身体戒断反应引起的各种并发症，或由于痛苦难忍而自杀身亡。



戒断反应也是吸毒者戒断难的重要原因。

(3) 精神障碍与变态：吸毒所致最突出的精神障碍是幻觉和思维障碍。他们的行为特点围绕毒品转，甚至为吸毒而丧失人性。

(4) 感染性疾病：静脉注射毒品给滥用者带来感染性合并症，最常见的有化脓性感染和乙型肝炎，及令人担忧的艾滋病问题。此外，还损害神经系统、免疫系统，易感染各种疾病。

二、吸毒对社会的危害

(1) 对家庭的危害：家庭中一旦出现了吸毒者，家便不成其为家了。吸毒者在自我毁灭的同时，也破害自己的家庭，使家庭陷入经济破产、亲属离散、甚至家破人亡的困难境地。

(2) 对社会生产力的巨大破坏：吸毒首先导致身体疾病，影响生产，其次是造成社会财富的巨大损失和浪费，同时毒品活动还造成环境恶化，缩小了人类的生存空间。

(3) 毒品活动扰乱社会治安：毒品活动加剧诱发了各种违法犯罪活动，扰乱了社会治安，给社会安定带来巨大威胁。