

NETWORKING VOICE 集 滋心話集

第十五卷
第一期
(2009年1月)
(總42期)

紅絲帶中心出版

目錄

頁數

本期專題

- 毒@危機 1

專題文章

- (一) 吸食危害精神毒品對青少年的禍害 1-2
- (二) 披星計劃：青少年在的士高吸食危害精神毒品的輔導工作 3-4

青年工作者手記

- (一) 朋友叫我吸毒，我夠膽說不嗎？ 5-6
- (二) 如何向誘惑說「不」？ 7

香港愛滋病病毒感染及愛滋病統計數字

8

訂閱表

8

編輯委員會

主編

何志安 (香港城市大學社會科學學部)

編輯

張韻琴

方士銘 (佛教黃鳳翎中學)

徐美珊 (香港愛滋病基金會)

麥錦儀 (註冊社工)

馮麗儀 (衛生署特別預防計劃)

電子郵箱: rrc@dh.gov.hk

網址: <http://www.aids.gov.hk>

《歡迎自行影印或自網上下載以作廣泛流傳》

電話: 2304 6268 (與馮姑娘聯絡)

傳真: 2338 0534

本期專題：

毒 @ 危機

編委會

前言

近年青少年吸食精神毒品的情況日趨嚴重，引發社會關注。今期以此為專題，旨為帶動青年工作者及老師推行防止青少年吸食毒品的教育工作；不但指出吸毒的禍害，亦警告青少年吸毒會大大提高進行高危性行為的機會，嚴重傷害性健康：如感染性病/愛滋病。

專題文章(一)



編委會

吸食危害精神毒品 對青少年的禍害

吸食危害精神毒品的青少年 人數近年持續上升

最常吸食的危險精神毒品主要包括：氯胺酮、搖頭丸、冰、大麻和可卡因。吸食危害精神毒品對個人健康、家庭關係、社交生活、學業和工作表現均會造成很多不良影響。



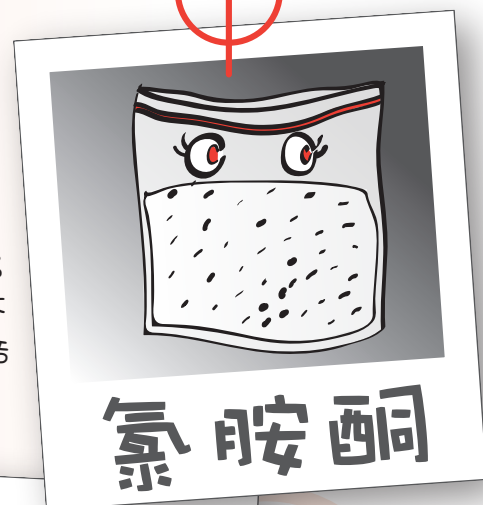
吸食危害精神毒品傷害青少年心智和精神健康

禍害包括注意力不足、記憶力衰退、行動障礙、認知能力受損、抑鬱和產生幻覺等，也可能引致嚴重精神病。此外，危害精神毒品會損害身體其他器官的功能，包括膀胱、腎、心血管、神經肌肉、腸胃等造成永久的傷害。



吸食危害精神毒品傷害青少年的家庭關係和社交生活

一個家庭，如果子女吸毒，不聽家人規勸，弄得眷屬失和，家無寧日。父母還要承擔「養子不教」的非難，在親朋好友、街坊鄰里面前抬不起頭來；甚至與朋友交往，大家深怕受你牽連，蒙上不好的名譽，久而久之，對你避之唯恐不及。吸毒不但破壞了青少年與家人的關係，在社交生活上亦受到孤立，造成人際關係的隔離。



吸食危害精神毒品不但危害自我之外，還會危害他人的安全

有時甚至為了要錢買毒品，做出傷害家人、盜竊、搶劫等非法的事情，必然受到法律制裁，招致牢獄之禍外，還會危害他人安全，成為社會的負面資源。



再者，吸食危害精神毒品危害社會的風氣

吸毒不但是一種惡性消費，阻礙經濟正常發展，也使得社會風氣萎靡敗壞，給社會帶來無盡的災難和恥辱。

吸毒，不但影響吸毒者的情緒及思考，進而「控制」正常的生活，讓人在黑暗中慢慢腐化，甚至影響社會生產力。因此，沒有吸毒的人，應當謹慎小心，遠離毒品，不受損友鼓動；已經吸毒的青少年，更應該知道吸毒的害處，懸崖勒馬，設法戒除毒癮，重過新生。





青少年在的士高吸食危害精神毒品的輔導工作

香港明愛青少年及社區服務披星計劃
陳偉良

要處理青少年吸食危害精神毒品一點不容易

看政府要用法律來推行驗毒計劃便知青少年吸食危害精神毒品已經到了一個很嚴峻的局面。青少年吸食危害精神毒品除了引發自身的問題(如身心受損)外，亦帶來其他個人和社會問題。不安全性行為便是其中一個因吸食危害精神毒品而引發的問題。因此要減少青少年不安全性行為，減少吸食危害精神毒品便是其中一個主要的策略。



明愛自2001年起便嘗試在青少年「愛蒲」的的士高內進行輔導工作

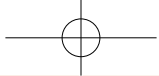
直至現在已經七年多了，我們仍堅持在的士高進行工作主要是它仍然是一個能引發吸食危害精神毒品及不安全性行為的高危地方。經過多年的嘗試及實踐，我們相信要在的士高內成功推行輔導工作，需要以下數點：



1. 具實用價值的宣傳品來展開初步接觸

要在的士高內勸喻正在吸食毒品的青少年停止吸食是很困難的，因此我們嘗試從各種具實用價值的宣傳品開始。這些宣傳品一方面具實用價值，另一方面亦可將資訊傳遞給青少年，從而展開話題。這些宣傳品包括糖及濕紙巾等，它們都是很受青少年歡迎。青少年往往會一邊使用，一邊看看包裝上的資訊，這樣話題便展開了。

* 香港明愛青少年及社區服務披星計劃現正接受愛滋病信託基金資助，在「的士高」向青少年推行預防青少年吸食毒品教育。



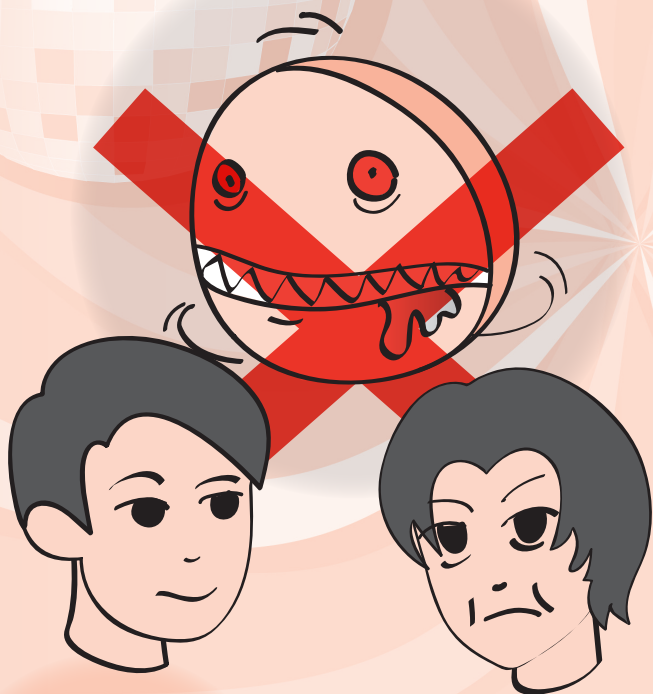
2. 非標籤性的健康檢查

吸食危害精神毒品的青少年很多時都不願意承認自己有吸毒，因此在的士高內我們以即場健康檢查(圖一)作為第二個媒介，讓青少年主動探討他們現時的身體狀況。由於健康檢查本身並不存有標籤性，參加者不會因參與健康檢查而被認為有吸食危害精神毒品問題；相反青少年往往在進行一連串的即場健康檢查後主動查詢他們因吸食危害精神毒品而導致的不適，例如記性差和尿頻等情況。工作人員正好可利用此機會進行輔導，包括針對對身體影響的危機評估，總結可預見的身心影響和提升他們面對吸食危害精神毒品的關注及鼓勵他們參與日間身體檢查，藉以進一步提升他們的戒毒動機。



3. 有趣的健康檢查及 緩減毒害資訊

要令青少年參與即場健康檢查，必須讓他們感到有趣，從而引發他們對身體的關心，因此除一般的血壓計及脂肪比例測試儀器外，我們更添置了一些有趣而他們較少機會嘗試的儀器，例如測試肺容量、皮膚和血含氧量的儀器(圖二)。這些工具都有一個共通點，就是可以即時得到結果，並能與吸食危害精神毒品拉上關係(有吸食危害精神毒品的人可能血壓會偏高和皮膚較乾的情況)。進行健康檢查後，我們不必即時向吸食危害精神毒品的青年傳遞停藥的信息，而會先向他們提供一些緩減毒害的方法。這樣會讓青少年感覺到我們對他們是關心，而不是一下子便要他們立即停藥，他們的防衛心便會較容易放下，使日後的輔導工作更容易進行。

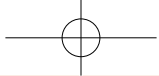


利用朋輩的影響

近年我們亦嘗試邀請過來人作為的士高內的教育者。這些過來人與我們的對象年齡相若，吸食危害精神毒品的經驗亦相近，他們的出現容易引發吸食危害精神毒品青少年的共鳴。而吸食危害精神毒品青少年對這群過來人(朋輩教育者)能夠成功停藥都大感興趣。因此朋輩教育者成為在的士高引發輔導的第三個媒介。

總結而言，要在的士高內進行輔導，我們必須明白場內的文化，青少年的即場需要；而服務亦要非標籤性、低門檻及多元介入，當然有趣及能滿足他們需要的媒介更是不可或缺。





青年工作者手記(一)

朋友叫我吸毒， 我夠膽說不嗎？

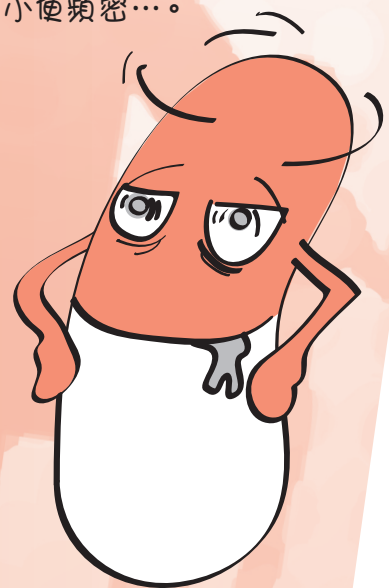
註冊社工
麥錦儀

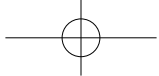
朋輩影響是青春期的特色，無論阿爺、阿爸年代，或是這一代，青少年極容易受周邊的青少年朋輩或青少年文化影響，甚至連小學生也知道對身心健康具極大破壞力的危害精神毒品，也因朋輩影響而令不少青少年因朋友「你食、我又食」而染上毒癮！

型仔Alex是其中一名前吸毒者，二十歲仔的吸毒歷史有七年，他說：「第一次吸毒是十三歲那年放學後，個朋友免費俾K仔（氯胺酮，重型麻醉藥）我試，本來諗住玩玩吓，無聊時才再食，點知好快上癮，要日日食K仔，搞到個樣又黃又瘦，連老師都問我是否吸毒！」日日吸毒，令本來對返學無興趣的Alex，更加不能專心上堂，中三後更輟學，早上做技巧，晚上有錢就去「蒲」，吸毒情況愈來愈嚴重，「一吸毒，就對毒品無戒心，乜都想試，K仔、five仔、fing頭丸、大麻…食完一樣食另一樣，個個都係咁嚟嘍！出嚟蒲，以為唔跟人有樣學樣，會被人笑。」

出街因唔想被班朋友看不起而吸食愈來愈多毒品的Alex，一回家就有相反遭遇：「我阿爸阿媽見我愈來愈瘦，面如死灰，就知我吸毒！成日關我衰仔無用，我好唔開心！」Alex嘆道。同時，他也注意到自己的精神狀態開始出事：專注力及記憶力大減、口齒不伶俐、小便頻密…。

有一晚，Alex 跟朋友北上深圳的disco，因乾嘍fing頭丸，令他與死神相遇：「嘩！真係好恐怖！」Alex 說時瞳孔立即放大，他續說：「我因為脫水，整個人全身無力，心跳加速，迷糊中仲見到有個如死神狀的人，用力向我的喉嚨割下去，我立即嚇到醒咗，見到地下有樽水，立即向自己猛灌，數小時後，帶着死過番生的經歷回港。」之後，他又進行驗身，結果是腎、記憶力…等機能已遭損害，他終於二話不說，立即戒毒，因他經歷了「不是我玩藥，而是藥玩我」的真理！那班吸毒朋友怎辦？Alex說：「我大個仔，知道邊個是好朋友，邊個是壞朋友，我仲點會同班吸毒朋友玩呀，找死嗎！」





Alex的一位朋友Apple，也是「蒲精」一名，十一歲出來「玩」，今年十七歲，剛剛完成中五課程，四周朋友大部份吸毒，甜美的Apple是一個例外。

作為一個女性，其實是極受朋友，尤其男朋友的影響。Apple說：「他們吸毒，通常會叫埋女仔免費吸埋一份。」Apple當然也多次遭受邀請，但她很堅決一次又一次地成功拒絕，她說：「嘩！我一個又一個的前男友都曾因吸毒而坐監，佢地個樣一日衰過一日，有辦法睇啦！仲去試，傻㗎！」但難道她自己無好奇心嗎？Apple：「好奇心梗有，但係要醒目計數嘛！我明知吸毒後果咁嚴重，又容易上癮，點會因好奇心而玩死自己？」



靚女 Apple 向朋友遞來的毒品 say no 的招式為：

(一) 主動say no：一見朋友吸毒，就先勸對方戒毒，一來為朋友，二來能建立自己不沾毒品的形象，免受引誘；

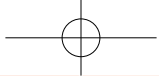
(二) 當睇唔到：就算朋友在旁吸毒，Apple 都當睇唔到，並隨時離開現場，以免被引誘或遇到警方時遭牽連；

(三) 堅持：不少青少年曾向毒品say no，但也因不夠堅持，終於輸俾自己而開始吸毒。

Apple就堅持say no，心知多次叫她吸毒的也不是真朋友，不需「俾面」對方。Apple不但甜美，更是叻女一名，真抵讚！！

所以，朋輩壓力是有，但最重要係自己的決心！你ready好未？





青年工作者手記(二)

如何向 誘惑說

不



做一個醒目及有主見的年青人，需要懂得分辨對錯，學習如何保護自己，避免因誘惑而讓愛滋病毒有機可乘。當遇到不合理的要求或引誘時，如注射毒品、一夜情，自己能靈活地運用“**拒絕招式**”。

第一招： 直接拒絕

唔駛預我喇！



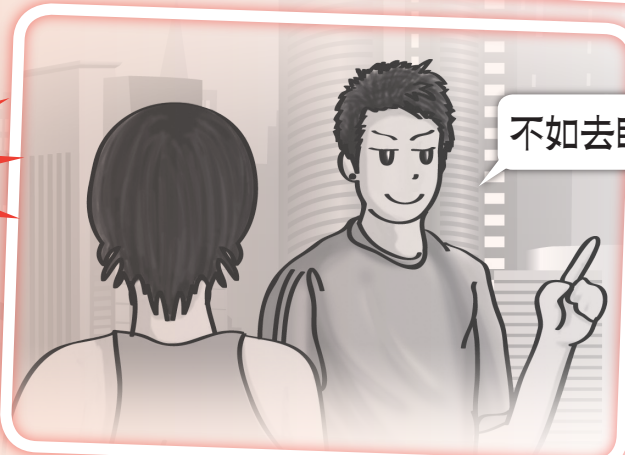
第二招： 藉詞推卻

對唔住，我有急事要
走先啦！



第三招： 轉換話題

不如去睇戲。



香港愛滋病病毒感染及愛滋病統計數字

截至二零零八年九月三十日

		累積個案	
		感染總數	愛滋病人數
性別	男	3,183	854
	女	758	144
種族	華裔	2,641	776
	非華裔	1,300	222
傳染途徑	性行為	2,930	855
	· 異性性接觸	1,839	630
	· 同性性接觸	932	187
	· 雙性性接觸	159	38
	注射毒品人士	249	43
	輸入血液/血製品	78	23
	母嬰傳播	20	6
	不詳	664	71
總數		3,941	998



附註：

二〇〇八年第三季共有119人感染愛滋病病毒(人類免疫力缺乏病毒)，自1984年以來，累積共發現3 941人受愛滋病病毒感染。

衛生署衛生防護中心高級醫生(特別預防計劃)何理明於十二月四日會見新聞界時，公布上述數字。

季內共有32名新愛滋病個案。自1985年以來，本港共累積發現998宗愛滋病個案。

何醫生提醒市民進行性行為時，應正確使用安全套，減少感染愛滋病病毒的機會。愛滋病(AIDS)是由人類免疫力缺乏病毒(HIV)所引致的。如沒有接受治療，半數的愛滋病病毒感染者會於十年內發病為愛滋病患者。

他同時呼籲曾有不安全性行為的人士接受愛滋病病毒抗體測試。

他補充說：「有關人士可致電衛生署愛滋熱線2780 2211預約免費、不記名、保密的愛滋病病毒抗體測試服務。」

何醫生續說，在本港性接觸仍是今季最主要的愛滋病病毒傳播途徑。

在季內119名受愛滋病病毒感染人士中，97名為男性，22名為女性。

而119名受愛滋病病毒感染人士中，35人透過異性性接觸受到感染，34人是透過同性或雙性性接觸感染，14人為注射毒品人士，1人透過輸入血液/血製品感染。其餘35名感染者的傳播途徑因資料不足而未能確定。

二零零八年第三季的新診斷個案主要呈報來源包括：公共醫院及診所(52宗)，私家醫院及診所(28宗)，社會衛生科(16宗)和衛生署愛滋病服務組(10宗)。

在季內新呈報個案中，有75(63%)名感染者正在衛生署或醫院管理局轄下之愛滋病專科服務接受治療。

在季內人數中，結核病是最常見的愛滋病併發症。

更多的愛滋病病毒感染/愛滋病資料也可以於以下網站找到。網址為(<http://www.aids.gov.hk>)。

訂閱表

欲免費定期收到 NETWORKING VOICE (滋心話集) 通訊，請填妥回條 (正楷填寫)，傳真或寄回紅絲帶中心。

另可在網上 <http://www.aids.gov.hk> 訂閱 NETWORKING VOICE 滋心話集電子快訊



致：NETWORKING VOICE 秘書處

團體訂戶 / 個人訂戶

傳真號碼：2338 0534

*機構名稱/姓名，(如適用)：

查詢電話：2304 6268

NETWORKING VOICE 秘書處

地址：九龍聯合道東200號
橫頭磡賽馬會診所2樓
紅絲帶中心

地址：

電話：

希望 *新訂 / 增訂 NETWORKING VOICE (滋心話集) _____ 份

對本通訊的意見：

*請刪去不適用者