

心藏筆露：「冰」禍世紀

「食冰唔會上癮，佢唔單只提神，更會極速令你精力旺盛、快樂無窮」、「食冰唔會肚餓，所以能極速收身減肥」、「食冰能夠加強性能力」。以上全部是吸毒者對我說出吸食冰毒上癮原因，更有人稱吸食冰毒後半個月一直沒有睡覺，足不出戶，天天在家打機、上網，還可以幾天不吃東西。

冰毒所產生的效果，如興奮、幻覺、提神等，幾乎是眾多毒品之冠，對大腦危害亦最深。不但損壞腦細胞，摧殘認知能力、蠶食思維及記憶力，更令人不斷產生幻覺和妄想，使患者變得狂躁、暴力，可見殺傷力比任何一種毒品大。

有一天John來到診所求醫，神色慌張，口中念念有詞，向醫生說有人跟蹤和加害，更透露藏有生果刀用來保護自己。深入了解後，發現原來他在日常生活中感到極大惶恐，終日不敢外出，對陌生人產生被害妄想。經過一番勸導及安慰，才能使他安心交出利刀，入院治療，其後尿液樣本證實近期有吸食冰毒。

從根源□手 重建家庭關係

根據藥物濫用資料中央檔案室紀錄，吸食「冰」的人數在過去兩年不斷上升，新聞報章不乏由冰毒所引致的血腥暴力事件，甚至有父母對於子女吸食冰毒引致的精神及暴力行為束手無策，最後出現抑鬱症狀。

吸食毒品的原因大致源於家庭不和諧引伸出的負面情緒、無心向學和缺乏人生目標等。要抗毒首要從根源□手，建立和諧家庭關係尤其重要。我見證過一些朋友於完成住宿戒毒後與家人重建關係，為日後抗毒打下了重要根基。

一個充滿愛及包容的家庭是預防青少年吸毒的「金鐘罩」，學校於教育上亦負起重大使命。對抗「冰禍」從睦鄰互助、溫暖的家開始，及早識別吸毒者，令其尋求適切治療模式，展開「愛、回家」抗毒工程。

青山醫院精神健康學院註冊護士張德恩

(轉載自蘋果日報 | 心藏筆露 2016-3-11)



「冰」禍世紀

「食冰唔會上癮，佢唔單只提神，更會極速令你精力旺盛，快樂無窮」，「食冰唔會肚餓，所以能極速收身減肥」，「食冰能夠加強性能力」。以上全部是吸毒者對我說出吸食冰毒上癮原因，更有人稱吸食冰毒後半個月一直沒有睡覺，足不出戶，天天在家打機、上網，還可以幾天不吃東西。

冰毒所產生的效果，如興奮、幻覺、提神等，幾乎是眾多毒品之冠，對大腦危害亦最深。不但損壞腦細胞，摧殘認知能力、驚食思維及記憶力，更令人不斷產生幻覺和妄想，使患者變得狂躁、暴力，可見殺傷力比任何一種毒品大。

有一天 John 來到診所求醫，神色慌張，口中念念有詞，向醫生說有人跟蹤和加害，更透露藏有生果刀用來保護自己。深入了解後，發現原來他在日常生活中感到極大惶恐，終日不敢外出，對陌生人產生被害妄想。經過一番勸導及安慰，才能使他安心交出利刀，入院治療，其後尿液樣本證實近期有吸食冰毒。

從根源着手 重建家庭關係

根據藥物濫用資料中央檔案室紀錄，吸食「冰」的人數在過去兩年不斷上升，新聞報章不乏由冰毒所引致的血腥暴力事件，甚至有父母對於子女吸食冰毒引致的精神及暴力行為束手無策，最後出現抑鬱症狀。

吸食毒品的原因大致源於家庭不和諸引伸出的負面情緒、無心向學和缺乏人生目標等。要抗毒首要從根源着手，建立和諧家庭關係尤其重要。我見證過一些朋友於完成住宿戒毒後與家人重建關係，為日後抗毒打下了重要根基。

一個充滿愛及包容的家庭是預防青少年吸毒的「金鐘罩」，學校於教育上亦負起重大使命。對抗「冰禍」從睦鄰互助、溫暖的家開始，及早識別吸毒者，令其尋求適切治療模式，展開「愛·回家」抗毒工程。

撰文：青山醫院精神健康學院

註冊護士張德恩