

让我们用爱心为他们构筑一片天堂

毒难戒 毒能戒



高等教育出版社

策划编辑 肖彤岭
责任编辑 岩 峰 王冰恽
封面设计 朱 平 张申申
版式设计 地平线工作室

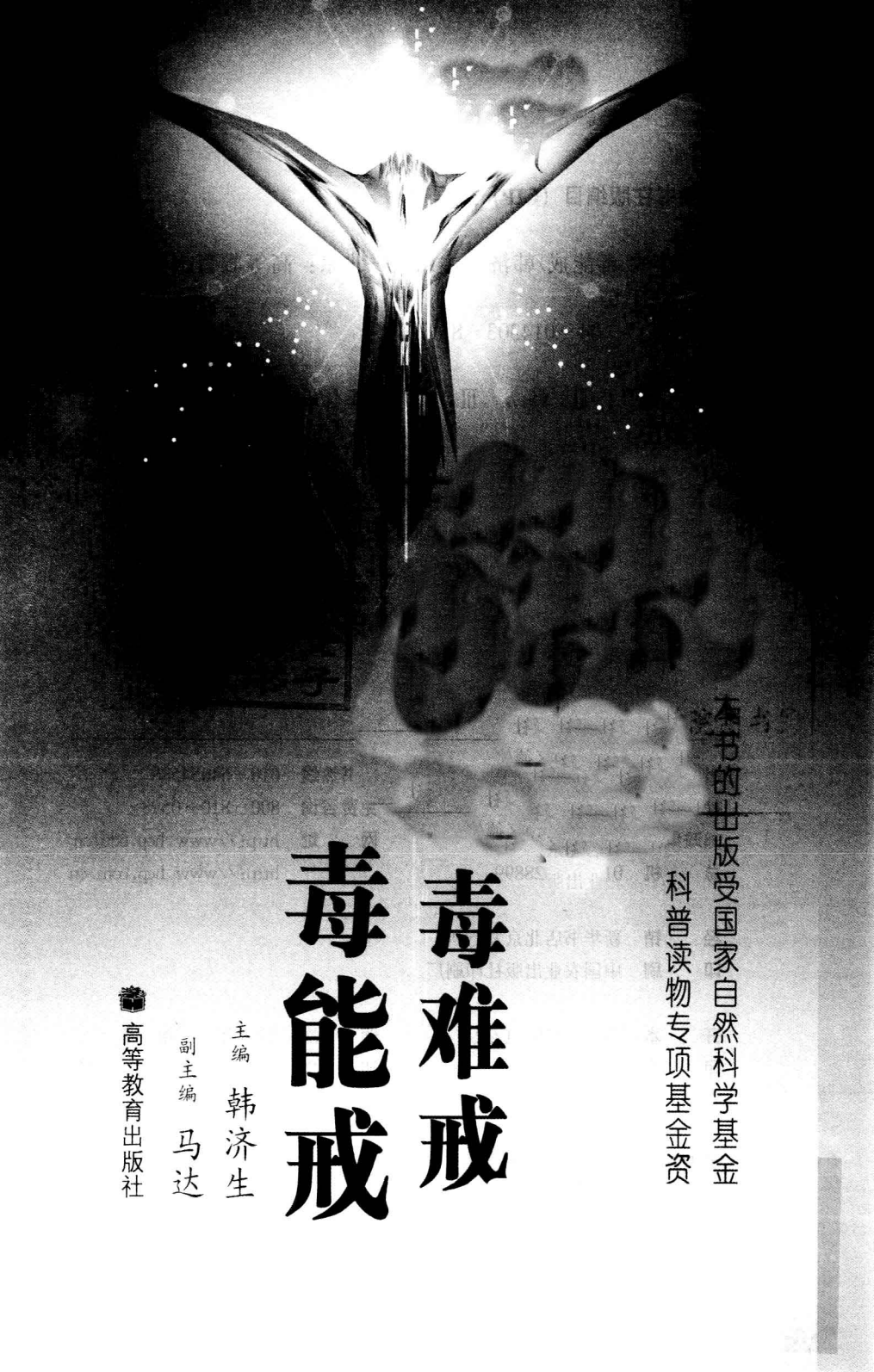
地平线工作室

戒毒也英雄

不去想是否能够成功,既然选择了光明,
便只顾风雨兼程

不去想身后会不会袭来寒风,既然目标
是太阳,留下的只能是背影

不去想未来是平坦还是坎坷,只要追求
新生,一切都在情愿之中



本书的出版受国家自然科学基金
科普读物专项基金资助

毒难戒 毒能戒

主编 韩济生

副主编 马达

 高等教育出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

毒难戒 毒能戒/韩济生主编. —北京: 高等教育出版社, 2004.6

ISBN 7-04-014303-8

I. 毒... II. 韩... III. 戒毒—基本知识
IV. R163

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 052089 号

策划编辑 肖彤岭 朱 平

责任编辑 岩峰 王冰烽

封面设计 张申申

版式设计 地平线工作室

责任印制 杨 明

出版发行 高等教育出版社

购书热线 010-64054588

社 址 北京市西城区德外大街 4 号

邮政编码 100011

免费咨询 800-810-0598

总 机 010-82028899

网 址 <http://www.hep.edu.cn>

<http://www.hep.com.cn>

经 销 新华书店北京发行所

印 刷 中国农业出版社印刷厂

开 本 880×1230 1/32

版 次 2004 年 6 月第 1 版

印 张 7.75

印 次 2004 年 6 月第 1 次印刷

字 数 200 000

定 价 20.00 元

本书如有缺页、倒页、脱页等质量问题,请到所购图书销售部门联系调换。

版权所有 侵权必究

我希望广大青少年从吸毒者的悲惨遭遇和沉痛教训中得到深刻警示，识破毒贩子的骗术或“好友”的引诱，面对毒品坚决地说“不”！

我希望吸毒者从毒雾飘渺的梦境中觉醒，在光明与黑暗之间作出生死抉择，恢复理智，为自己的灿烂前程，对科学戒毒说“是”！

我希望有更多的人关注这个被毒品侵蚀的病态群体，帮助误入歧途的吸毒者回归正常的社会生活，而不要歧视甚至唾弃他（她）们！

韩济生

序 一

药物成瘾已成为国际性的社会问题，且有愈演愈烈之势，中国也不例外。党和国家对此极为重视，已经并将继续动员各方力量，包括科技力量，加以解决。北京大学神经科学研究所所长韩济生院士从事针刺镇痛原理研究近 40 年，取得了举世瞩目的成就。从上世纪 90 年代开始又将针刺镇痛的有关研究成果应用于治疗海洛因成瘾，提出一个非药物治疗的方案，经过 10 余年研究，取得了突出成绩。应中国科学院之邀，韩济生院士将其原理研究和临床实践的成果以科普方式编成本书，予以介绍，是值得欢迎的一件大事。

本书有三个特点：一是提倡“绿色戒毒”，不是依靠另一种毒品来代替现有毒品，而是应用祖国医学中“扶正固本”的原理和神经科学的最新研究成果，动员体内固有的积极因素，来克服对毒品的依赖；二是强调药物成瘾是一种严重的脑疾病，呼吁按照医生对待病人的态度加以关心和治疗，而不是简单地予以隔离和斥责；三是把治疗目标锁定在“永不复吸”，而不是满足于暂时脱毒，以至陷入吸毒与戒毒循环往复、永无休止的困境。

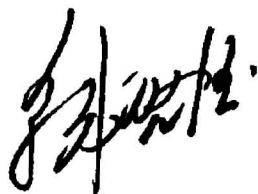
全书贯穿着两条主线，一是严谨的科学态度，二是热情的人文关怀。用深入浅出的科学原理、古道热肠的由衷爱心，一方面告诫易于受害的青少年“一旦吸毒，极难戒除”，因此千万不要吸第一口；另一方面又告诫不幸吸毒的受害者，不要自暴自弃，应该依靠科学，下定决心戒除毒瘾。从而把“毒难戒”与“毒能戒”这两个貌似对立的命题有机地结合起来。

正如韩济生教授的名字所提示的，戒毒事业是济人危难，挽救

生命的崇高使命。相信本书的出版，将对我国禁毒事业作出十分重要的贡献。

是为序。

全国人民代表大会副委员长
北京大学常务副校长
2004年4月12日

A stylized, cursive handwritten signature in black ink, likely belonging to Jia Qinglin, the Vice Chairman of the National People's Congress and Vice President of Peking University.

序 二

受国际毒潮泛滥的影响，上个世纪 80 年代初吸毒问题在我国死灰复燃，并不断发展蔓延，成为人们高度关注的严重社会问题。毒品泛滥不仅给国家造成了重大经济损失，还引发了大量违法犯罪活动，严重危害了社会治安。据统计，男性吸毒人员 80% 有其他违法犯罪行为，女性吸毒人员 80% 从事卖淫活动。一些地区的抢劫、盗窃案件中有 60%~80% 是吸毒人员所为。据卫生部测算，目前中国约有 84 万艾滋病病毒感染者，其中经检测确认的 8 万多艾滋病患者中，有 63.7% 因静脉注射毒品而感染，说明吸毒与艾滋病有密不可分的联系。这些事实和数据充分说明，毒品问题不仅是严重的社会问题，而且是关系民族兴衰的重大法制问题，事关经济发展、社会进步和精神文明建设，事关全面建设小康社会目标的实现。

面对毒品不断发展蔓延的势头，党中央、国务院历来高度重视，采取各种有力措施，不断加强禁毒工作，取得了明显成效。当前禁毒工作的关键是在保持对毒品犯罪活动的严打高压态势、提高强制戒毒和劳教戒毒质量的同时，运用各种行之有效的手段帮助患者康复，包括不断探索各种药物、非药物的治疗模式，建立健全全社会帮教、监控体系，努力降低吸毒人员的复吸率，方能遏制毒品蔓延。

韩济生院士从上世纪 90 年代开始将针刺镇痛的有关研究成果应用于治疗海洛因成瘾，经过 10 余年研究，以针灸原理为基础，创造了具有中国特色的非药物戒毒方法。这种方法以“绿色戒毒”、“人文关怀”为基础，并通过不断巩固的治疗达到“永不复吸”的目的。经过多年实践，这种方法已经在上海、湛江、天津、海南等地取得了可

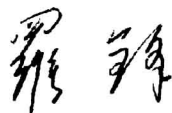
喜的成绩，这将为我国的戒毒事业，乃至全世界的戒毒事业的发展提供了强劲的动力。

本书以严谨的科学态度和高度的人文关怀为基础，用生动的语言阐述了戒毒的基本原理和临床实践的成果，用通俗的文字告诉大家“毒难戒、毒能戒”。首先告诫青少年不要以身试毒，闯进“白色恐怖”；同时告诫吸毒者要及早采用科学方法积极治疗，坚决回头，方可“浴火重生”。

禁绝毒品违法犯罪活动，是一项长期而又艰巨的任务，我们一定要全面贯彻党的十六大精神，以邓小平理论和“三个代表”重要思想为指导，与时俱进，不断创新，积极探索禁毒工作的新思路，研究禁毒工作的新举措，使越来越多的人早日脱离毒品的危害，为民族的复兴、国家的昌盛做出不懈的努力和应有的贡献。

国家禁毒委员会副主任

2004年4月5日



序 三

毒品是全人类的大敌。当前，无论从国际还是国内的情况看，毒品仍在蔓延发展。国际上，“金三角”、“金新月”等毒源地的毒品问题日趋严重，我国面临着境外毒品“多头入境，全线渗透”的压力。2003年我国登记在册吸毒人数已达105万，毒品问题给我们国家造成了巨大的经济损失，严重影响了社会稳定，导致了艾滋病等性病的传播。显而易见，毒品问题成为关系社会稳定、国家安危和民族兴衰的重大政治问题。

禁吸、戒毒是禁毒工作的关键环节：降低毒品需求，萎缩毒品消费市场，要求吸毒人员彻底戒断毒品，杜绝新生吸毒人员。但是由于毒品巨大的依赖潜力、社会环境自由化等原因，戒毒者复吸率仍居高不下，其毒瘾难以彻底戒除。

北京大学神经科学研究所所长韩济生院士及其同事们通过多年的实践和探索，将中国传统中医的针灸技术与现代科学技术相结合，创立了韩氏戒毒法，并在实践中取得良好的效果。

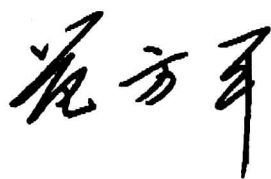
《毒难戒 毒能戒》一书以韩氏戒毒法为主线，从毒品的白色恐怖开始，综合戒毒知识，到最后戒毒人员拥抱黎明、呼唤阳光，多视角、多层次地介绍了韩氏戒毒法的基本理念和应用方法，记录了许多戒毒人员的心路历程，以及戒毒所管教干部、医生、戒毒人员家属在这场特殊战争中的人生感悟。编者列举了大量的真实病例，通过心灵告白、真情对话的形式，使戒毒过程的辛酸苦辣跃然纸上，给人以心灵的震撼。本书知识丰富，材料翔实，深入浅出，通俗易懂，是一本集知识性、可读性于一体的戒毒科普佳作。

希望本书作者智慧的结晶能够撞击读者的心灵，告诫他们珍爱生命，远离毒品。

愿越来越多的吸毒者尽早走出困境，重新回归社会，感悟新生，成为建设小康社会的有用之才！

愿越来越多的人们立志戒毒事业，拯救这些失落的灵魂！

司法部副部长
国家禁毒委员会委员
2004年5月11日

A stylized, handwritten signature in black ink, consisting of three characters: '王', '方', and '军'.

作者自序

十余年的戒毒科研工作，使我对吸毒这个社会问题，对吸毒者这个受难的群体有了比较深刻的体会，“爱恨交加”是我此刻心情的总结。

我所关注的是这些生活在地狱的人，我相信没有一个吸毒者甘心被毒魔吞噬。他们的无奈让我伤心，他们的痛苦让我揪心，他们的毁灭让我痛心。我所痛恨的是毒品，它那么残酷，魔力那么大，吞噬了无数的年轻人，使他们想要挣脱，却无力抗争。看着那么多年轻的生命日复一日地被毒魔吸干，我的灵魂经常有被撕裂的感觉。多少个不眠之夜伴随着我，多少个沉重的梦想，一直压在我这个75岁老人的心上。

在本书中我们没有提供毒品百科知识，仅仅希望从一个现实的、充满希望的视角向读者展现真实的戒毒工作。

本书也不是对戒毒科研工作的总结，而是希望通过真实、生动、易懂的内容，把对戒毒工作的希望、信心和对人自身的关怀传达给吸毒者及其亲友。

我们希望通过本书能让更多的朋友了解这个特殊群体，增加整个社会对解决这一社会难题的信心，然后才能有更多的人参与到我们的事业当中！

书中一些地方提到了韩氏戒毒仪。可能会产生“商业”推广的误解，但经过慎重考虑，我们没有刻意回避。因为我们相信，用一种真实、符合逻辑、令人信服的科学态度将本书奉献给读者是作者的责任。这不仅仅是尊重科研人员的艰苦劳动，更是对科学精神的一种服从——实事求是。

本书的编写得到了中国科学院和国家自然科学基金委的全力支持，对此我表示深深的谢意。

我要感谢长期奋斗在戒毒一线的医务工作者和管教干部，他们在为吸毒者驱除病痛的同时像教师一样在拯救灵魂，像父母一样付出深沉、博大的爱！没有他们，千万吸毒者将永远生活在黑暗之中！

我要感谢心中饱受痛苦折磨却不放弃希望的父母们，他们无私的爱是吸毒者心中的“诺亚方舟”，在吸毒者感到最无助的时候提供一块栖息的绿地！

我还要感谢那些成功戒毒的朋友，没有他们心中充满生命力的梦想，没有他们强大的信心和决心，任何方法都不可能从根本上解决问题。他们在用辛勤汗水重塑自身的同时，也用行动给千千万万挣扎在毒海之中的同胞带去了莫大的希望。

我把最后的感谢献给本书的责任编辑及地平线工作室。在整个工作中他们体现出充满人性的创意，高超的策划能力，严谨、精益求精的编辑能力和高度的社会责任感。尤其让我感动的是他们那种为了共同信念而努力的团队精神——这使我更坚定了对这代年轻人的希望和信心。

有很多人出于好意对我说，书中应该主要讲“毒难戒”，少讲“毒能戒”，否则可能会增长吸毒的势头——“反正可以戒么，不妨吸一口试试再说！”我想有这种顾虑是可以理解的。但是反过来说，如果只是强调吸上毒以后很难戒掉、十几年功夫就会命归黄泉，是否就能起到非常有效的吓阻作用呢？事实证明，效果并不明显！在大量宣传毒品引起“家破人亡”的同时，整个社会的吸毒状况依然在不断恶化！说到底，我们的任务是把科学和事实原原本本交给读者，让读者自己作出结论。至于戒毒难的事实，确实怎么强调都不为过。在韩氏戒毒法做得最好的上海，一年以上的不复吸率也不到30%，说明一旦有了毒瘾，决不是挥之即去、想戒就能戒得了的——“戒毒难，难于上青天；毒难戒，难于登上喜马拉雅山”，这是对戒

毒难的真实写照。

戒毒工作是一条孤独且充满荆棘的漫长之路，只有耐得住寂寞并能不断被信仰鼓舞的人才能坚持走下去。路的尽头不是终点，而是希望的召唤！

A handwritten signature in black ink, reading '韩清生' (Han Qingsheng). The characters are written in a fluid, cursive style.

2004年4月6日

前 言

1950年我从上海医学院（现复旦大学上海医学院）毕业，有幸成为一名生理科学工作者。自从1990年自愿涉足戒毒领域，到2003年已经为此奋斗了整整13年。

曾记得，1998年我国遭遇特大洪水，直接的经济损失是2000亿人民币；而现在每年由于吸毒给国家造成的损失已经超过了这个数字。特大洪水百年难遇一次，而吸毒造成的损失却年年存在，且大有愈演愈烈之势。此患不除，我辈岂能安居？

工作越深入就越感到吸毒问题的严重；工作越深入就越感到解决此问题的困难；工作越深入就越感到靠几个科学工作者自发进行研究，很难有突破性成就。

在科研层面上，为了动员更多科学家参与，我与秦伯益院士等发起了一次香山会议，探讨“海洛因成瘾的神经机理和防治”问题，并在此基础上向国家申请国家重点基础研究规划项目经费支持。在社会层面上，我们希望能用各种行动把这场在地底下燃烧的丑恶之火充分加以暴露，向善良的人们展示这个祸国殃民的毒魔真面目，以便合众之力，群起而攻之！

要想打赢这场没有硝烟的战争，我认为应从以下几方面入手：

首先，要彻底转变对吸毒者的态度。在参与戒毒斗争的过程中，我接触了大量吸毒者，对社会上这一人群有了更多了解，也加深了认识。总地来讲，我对他们可谓“爱恨交加”。恨，因为吸毒者经常撒谎，为了毒品不择手段；爱，因为他们天良未泯，病入骨髓，急需救助。换位思考，如果是自己的子女身陷毒魔之手，你是鄙之拒之，还

是爱之救之？毫无疑问，肯定是后者。那么为什么不能以一片关爱之心来对待他们呢？

其次，要进一步加强我们自己的信心。很多人面对毒品的危害失去了信心——吸毒者自暴自弃，亲人们伤心、无奈，悲痛欲绝，其他人则避之惟恐不及。

这让我想起五十年前的一段经历。在上海青浦县有个地方叫壬屯村，那里血吸虫病非常严重，“千村薜荔人遗矢，万户萧疏鬼唱歌”是当时环境最恰当的写照。当我们来到当地给他们防治血吸虫病时，看到满河沟里都是钉螺（是传染血吸虫病的一个宿主）。我们的情绪异常沉重：这么多钉螺，怎么才能消灭干净呢？简直没有希望！没有办法。当时心情就是这样的。但是过了几十年，经过全民不懈的努力，钉螺被消灭了，血吸虫病被消灭了。

五十年以后我又来到青浦，不是为了钉螺，而是到那里的戒毒所帮助工作，心情同样复杂而沉重。但我想，虽然今天我们觉得解决吸毒问题太难了，好像没有希望，但是我们还要像当年防治血吸虫病一样，鼓起勇气，走自己的路；我们相信几十年以后，完全有可能解决吸毒问题！

再次，要采用科学的手段。经过三十多年的研究，我们已经懂得了针刺为什么能治疗疼痛的原理；我们又做了十几年的研究，通过动物实验，也包括人体观察，基本懂得了针刺为什么能戒毒的原理。现在技术已经成熟，到了推广的阶段。在这个过程中，得到政法部门、医务人员、各种媒体和社会各界的广泛关注，愿借此机会，表示我们深切的感谢！

最后，要进行全社会总动员。1998年，中国科学院号召“院士写科普书”，我欣然允诺写一本有关戒毒的科普书——这将是非常好的宣传方式。同时也得到了国家自然科学基金委的资金资助，这为工作的有效开展提供了必要的支持。

本书的读者对象有两类，一类是未吸毒的青少年，告诫他们一旦

吸毒很难戒除，前有深渊，勿越雷池。另一类是已吸毒者，劝导他们不懈努力，莫要绝望，及时治疗，莫再拖延。在这一思想指导下，将书名定为“毒难戒，毒能戒”，以表达对这两个不同人群的关注。

分析吸毒者初次吸毒的原因，有年幼无知，求新好奇者；有明知吸毒有害而心存侥幸者；有心怀苦闷企求通过吸毒达到解脱者。本书要告诉他们，不论是无知受骗，还是明知故犯，一旦吸毒，无一幸免，上了圈套，极难挣脱。这就是“毒难戒”三个字的警示含义，也是出版本书的社会责任所在，希望能警示人们（尤其是青少年）千万不要以身试毒。

在吸了毒以后，又有两种心态。一是“富吸毒”，仗着有钱，可以乐此不疲，直到被毒品吸干了生命；一是“穷吸毒”，弄得走投无路，山穷水尽。对于这两类人，特别是后者，我们一定要告诉他们：科学上已经找到办法，只要本人愿意，经过努力完全有可能脱离苦海，获得新生，这就是“毒能戒”三个字的含义。

凡是与毒品打过交道者，都知道每天有多少人作为牺牲品死于贩毒、吸毒者毒手，每天又有多少人为了缉毒、禁毒事业付出了鲜血和生命。善良的人们啊，为了社会繁荣昌盛，为了你亲爱的子女幸福成长，为了把不幸的吸毒者拉出毒海深渊，请伸出援手，献出爱心。

戒毒难，难于上青天；毒难戒，难于登上喜马拉雅山。但青天不是不能上，高峰不是不能攀，毒品不是不能戒。中国人应该相信，靠着科学的力量，靠着社会的力量，拿出战胜SARS一样的决心和措施，付出研制神舟系列飞船一样的精力和代价，我们就一定能打赢这场人类与毒魔之间的生死决战！

韩洪生

2003年10月15日