

国家自然科学基金研究项目、
全球基金第三轮中国艾滋病项目研究成果

毒品与艾滋病

· 预防教育 ·

(学生用书)

主编 王增珍 主审 李国光 张爱国



人民卫生出版社

国家自然科学基金研究项目、全球基金第三轮中国艾滋病项目研究成果

毒品与艾滋病预防教育

(学生用书)

主 编 王增珍

主 审 李国光 张爱国

编 者 (按课程序号排列)

王增珍 华中科技大学同济医学院

龚 洁 湖北省武汉市疾病预防控制中心

李国光 华中科技大学同济医学院

时俊新 华中科技大学同济医学院

徐 蕾 华中师范大学教育学院

张爱国 湖北省教育科学研究所

陈于友 湖北省武汉市洪山区教育局教育科学研究室

人民卫生出版社

图书在版编目(CIP)数据

毒品与艾滋病预防教育(学生用书)/王增珍主编. —北京:
人民卫生出版社, 2008. 3

ISBN 978-7-117-09491-7

I. 毒… II. 王… III. ①禁毒—中国—青少年读物
②艾滋病—预防(卫生)—青少年读物 IV. D669. 6-49
R512. 910. 1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 177798 号

毒品与艾滋病预防教育 (学生用书)

主 编: 王增珍

出版发行: 人民卫生出版社(中继线 010-67616688)

地 址: 北京市丰台区方庄芳群园 3 区 3 号楼

邮 编: 100078

网 址: <http://www.pmph.com>

E - mail: pmph@pmph.com

购书热线: 010-67605754 010-65264830

印 刷: 北京人卫印刷厂

经 销: 新华书店

开 本: 850×1168 1/32 印张: 3.5

字 数: 74 千字

版 次: 2008 年 3 月第 1 版 2008 年 3 月第 1 版第 1 次印刷

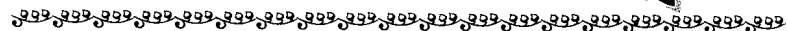
标准书号: ISBN 978-7-117-09491-7/R·9492

定 价: 24.00 元

版权所有, 侵权必究, 打击盗版举报电话: 010-87613394

(凡属印装质量问题请与本社销售部联系退换)

序



毒品危害个人、家庭、社会与国家。在旧中国,毒品曾一度使中国人沦为东亚病夫,备受欺凌。新中国成立后不久,政府一举将一度泛滥的毒品赶出了国门。近20年来,毒品又潜入我国,严重威胁着青少年的健康成长。青少年对外界事物充满好奇,但缺乏对毒品的深刻认识和警惕,加之毒品贩卖人和吸毒人的诱惑,使他们中的一些人不慎跌入了毒品的深渊,不但导致了許多家庭悲剧和社会危害,而且也导致人类另一个杀手——艾滋病的感染和传播。

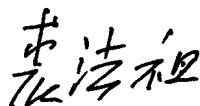
据文献报道,近年来青少年尝试毒品的比例急剧上升,艾滋病已威胁着步入青春期的青少年,毒品与艾滋病的预防教育亟待加强。华中科技大学同济医学院王增珍教授负责的毒品与艾滋病防治研究组,根据多年来的调查研究结果和在国家“青少年毒品与艾滋病预防教育模式研究”项目的支持下,掌握了青少年初次毒品尝试的关键危险因素以及艾滋病传播的因素和方式,从而编写了这本教材。

本教材经过多次教学实践的检验,具有其独特之处:一是提高青少年学生对毒品的认知,消除对毒品的好奇和尝试动机;二是提高青少年学生的情绪和压力调节能力,减少由此导致的吸毒;三是让青少年学生掌握识别诱惑和拒绝毒品的技能;四是提高青少年学生对艾滋病与传播危险因素的认识,掌握预防方法。本教材从各个方面使青少年学生减少沾染毒品与艾滋病的可能性,增强

抵御的自觉性。

本教材结构严谨、文字精练、图文并茂,有许多活生生的、有深刻教育意义的案例,并有配套的教师用书、教学多媒体和示范教学光盘。相信通过本教材的学习,能够从多个方面减少青少年学生沾染毒品与艾滋病的危险性,使青少年健康成长。

中国科学院院士
原全国高等医学院校
临床医学教材评审委员会主任委员

The image shows a handwritten signature in black ink. The characters are stylized and appear to be '庄宗' (Zhuang Zhong), which matches the name in the text block below it.

2007年10月

前言

毒品与艾滋病是当今人类的最大杀手。70%以上的吸毒者在青少年期沾染毒品。他们中又有相当一部分人感染了艾滋病,给个人、家庭、社会造成了极大的危害和负担。

大量文献研究结果显示,毒品不法分子将魔掌伸向中学生。近年来我国中学生毒品尝试率呈明显的上升趋势。初次吸毒的主要危险因素有:①好奇;②压力与情绪问题;③拒绝技能缺乏等。因此,本教材针对关键危险因素,采用“认知—动机—情商—抵御技能(CMER)教育模式”设计教学内容与方法。全书共有7课,包括:毒品猛于虎;聚焦毒品,认清本质;滥用毒品,危害大脑;远离艾滋病;识别诱惑,拒绝毒品;笑对压力,调节情绪;增强自信,走向成功。

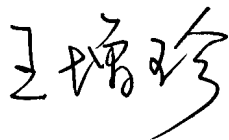
大量前期教学实践表明,通过本教材的多媒体教学与参与式教学、观看配套的电视录像剪辑,能够使初、高中学生对毒品产生憎恨—厌恶—远离等方面的心理效果,对毒品的好奇和尝试动机大大下降,并使学生能够识别与拒绝毒品诱惑,学会心理调节技巧,增强自信。

大部分艾滋病是由于共用注射器静脉注射毒品、不洁性行为、不安全卖血或输血所致。步入青春期的中学生是迎战艾滋病的主力军。教学试验还表明,本教材能够使青少年学生熟悉艾滋病的传播因素和掌握预防方法。

本教材是在国家自然科学基金委员会、湖北省全球

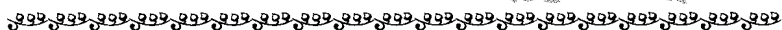
基金艾滋病防治项目办公室的支持下,经过前期的心理试验、教学实践的验证,由毒品与艾滋病防治研究专家、教育研究专家共同编写。本教材有配套的教师用书(含教案与参考资料)、多媒体、电视录像节目等。相信青少年学生通过本教材的学习能够从多方面获益。

本教材可能尚有疏漏之处,敬请各位老师、同学们提出宝贵意见,在此一并致谢!

A handwritten signature in black ink, reading '王增珍' (Wang Zhenzhen). The characters are fluid and stylized, with the last character '珍' having a long, sweeping tail stroke.

2007年10月

致 谢



本书的编写得到了中国科学院院士裘法祖教授的大力支持,得到国家自然科学基金项目(30571595)、全球基金第三轮中国艾滋病项目的资助,在此一并致以诚挚的谢意!

本书引用的一些图片资料来自国内外禁毒相关网站,非常感激原作者的辛勤劳动。由于资料的多次转载,无法与原作者取得联系,敬请原作者尽早与我们联系,联系方式:电话:027-83692725, E-mail: wzzh @ mails.tjmu. edu. cn。

本书是在前期调查研究与教学试验研究的基础上编写的。在前期的研究过程中得到了湖北省武汉市、襄樊市与大冶市教育局、武汉市卫生局、武汉市第28中、先锋中学、任家路中学、第23中、湖北大学附中、武汉市第62中、武汉市石牌岭高中、武汉市建港中学、武汉市第65中、襄樊市七中、襄樊市卧龙中学、大冶市东岳中学、大冶市金牛镇中学等单位的领导、老师和学生的大力支持;武汉市疾病预防与控制中心的龚洁博士在本书内容的创意、教学预试验和课程多媒体制作中作出了很大的贡献,曾晶、李芳、李国强、杨念念、孙惠玲、李卫平、李长峰等同志在教学试验项目的多媒体制作、现场配合、资料收集等方面给予了无私帮助。参与本次教学试验授课的老师除了本书的作者、参与试验学校的健康教育老师、校医之外,还有华中科技大学同济医学院的何倩、郭蕊、石修权博士生;华中科技大学同济医学院的李国光教授、湖北省

教育科学研究所德育中心的张爱国主任对本书的审阅做了大量的工作;时俊新老师、何倩博士生参与了最后的编辑、校对,在此对上述为本书作出贡献的单位和个人一并表示最衷心的感谢!

中学生毒品与艾滋病预防教育模式研究组

2007 年 10 月

目 录

第一课	毒品猛于虎	1
第二课	聚焦毒品,认清本质	17
第三课	滥用毒品,危害大脑	28
第四课	远离艾滋病	41
第五课	识别诱惑,拒绝毒品	59
第六课	笑对压力,调节情绪	75
第七课	增强自信,走向成功	88

一提起毒品，人们都心有余悸。它曾经是殖民者打开近代中国大门的敲门砖，使中国人一度变为“东亚病夫”而蒙羞百年。它腐蚀人们的心灵、蚕食人们的身体。它破坏家庭、引发犯罪、扰乱治安和危害社会。它张开魔鬼般的獠牙，使多少青少年有去无回，多少父母走上了吸毒道路，使他们的孩子苦不堪言！

第一课 毒品猛于虎

1

艳艳(化名)，女，15岁那年在网吧认识了社会上的朋友。她跟他们出去玩的机会多了，慢慢变得贪玩，继而厌学，跟朋友去迪厅。有一天，一个朋友拿出一包白色的粉末，说：“免费请大家品尝。”这是什么呢？带着一丝好奇，学着朋友的样子，她尝试了。后来又吸了第二次、第三次。没过多久，她觉得不吸非常难受、虚汗直冒、全身颤抖，只好从妈妈那里骗钱买毒品。有一天她正在与毒友一起吸毒，被警察抓获，送强制戒毒。父母得知她吸毒了，顿时气得浑身发抖。

为什么艳艳的父母在得知女儿走上了吸毒道路之后气得浑身发抖呢？毒品究竟有多么可怕？

毒魔纠缠，生灵遭殃

数字道出
恶魔本质

毒品多可怕，数字吐真情：大量的调查显示，从初次尝试毒品到成瘾，一般是1~4次；自愿戒毒者通常有99%的人在一个月内复吸；若被公安机关送强制戒毒所，出所后半年内复吸率高达95%以上；劳教戒毒1~2年，出所半年后复吸率也高达90%以上。因毒瘾发作痛苦不堪，导致撞墙、砍伤自己的手臂、砍断手指、用烟头烫伤自己等自伤、自残和伤害家人或他人的达70%以上（图1-1）；因吸毒导致倾家荡产的达90%以上，导致分居、离婚的超过50%；导致亲人恚气患病的在90%以上；绝大部分吸毒者都有吸毒过量中毒昏迷的经历；因

2



这位吸毒者在毒瘾发作时，用点燃的烟头将自己的双手烫成了这样。



他痛苦难忍之际，挥刀砍下自己的左臂。



福州这名男子丧失了自我控制能力，用刀猛砍自己的左臂来缓解毒瘾。



他在毒瘾发作时，砍下自己的四个手指。

图 1-1 吸毒者自残

吸毒过量中毒、自杀、患病的死亡率较一般人群高出15倍。

湖南某吸毒者,因吸毒败家后走投无路而纵火自焚,当人们发现他时,他的身体几乎被烧焦(图1-2)。从这些触目惊心的数字和事例可以看出,吸毒导致倾家荡产与家破人亡,吸毒等于自杀是不争的事实。



图1-2 吸毒败家,自焚身亡

成瘾容易
戒除极难

尝试毒品很容易上瘾,若想戒断却极其困难,尤其是心理上的毒瘾,到目前为止无药可治。西安市的一位叫文连平的男士在朋友的激将法诱骗下尝试了海洛因,朋友问他“感觉怎么样?”他说:“不怎么样。”话还没有说完,就突然感觉异常难受,随之喷射性呕吐不止。他为了“不丢脸面”,回家练习吸毒,没有几次就上瘾了。后来他将毒品带回了家,在几年的时间里,他的妻子、弟弟、妹妹相继染上毒瘾。弟弟、妹妹先后死去,妻子与他离婚后参与贩毒,被判无期徒刑。一个好端端的家就这样毁于毒魔之手。他痛定思痛,决心告别毒品。经历了多少个“生不如死、度秒如年”的日日夜夜,总算脱离了苦海。成了禁

毒志愿者的他恳切地告诫大家：“千万不要尝试毒品”。这是他付出了极其惨重的代价才换来的血的教训。

吸食阿片类毒品(如海洛因)的患者在“毒瘾”发作时,若得不到及时的满足,身体会非常难受,感到好像万蚁啃骨,全身一会儿觉得烫如火烤,一会儿又冷得发抖;有时呕吐不止、瘫软无力、虚汗淋漓和全身颤抖,觉得生不如死,令人毛骨悚然。吸食新型毒品,如冰毒、摇头丸等,成瘾之后一旦停止吸食,觉得情绪极度沮丧,感到自己像魔鬼一样,异常恐惧。即使因强制戒毒、劳教等原因使他们长时间脱离了毒品,但只要再见到毒品及相关的人、物品或情景,如看见毒品纸包、注射器、毒友、有人正在吸毒等,他们的心瘾就会被触发,产生类似过敏的反应,如心慌、出冷汗、起鸡皮疙瘩,有的甚至面色苍白,心里涌出一股难以克制的吸毒冲动,恨不得马上不顾一切地吸一口或打一针。有的吸毒者说,哪怕再吸一口马上枪毙都可以。他们即使心里不想再吸,但也不易控制自己的行为。医学研究发现,戒毒后的患者一旦看到吸毒相关的物品或情景,大脑许多和毒瘾相关的部位就会被激活(医学检查显示局部血流量增多,耗氧量增加、脑细胞异常活跃),形成对毒品强烈的渴求且久久不能平静,这就是戒毒之后又失控复吸的主要原因之一。目前尚无有效的办法治疗毒瘾。武汉籍某女吸毒者,有10年的吸毒史,很想远离毒品。她说,最大的困难是每当毒品渴求发生时,心里虽然不想吸,但却不能控制自己,不知不觉地就走到毒品窝点购买毒品,吸后又追悔莫及。当遇到情绪波动或导致心理压力的事情,戒毒之后的他们也会不顾一切地借助毒品暂时缓解心理冲突,复吸后他们又非常痛恨自己。

在广州某戒毒所,一位女瘾君子面对记者流下了忏悔的泪水。据介绍,这位美丽而憔悴的女士,曾是一位商界女强人,是知名度颇高的某省劳动模范,因婚姻不幸心里苦闷,在他人“吸毒可以减轻心理痛苦”的谎言诱惑下,她尝试了毒品,几次之后就成瘾了,至今不能自拔。她悔恨交加地告诫人们:“千万不要尝试毒品,只要有第一次,就会恶魔缠身,难以摆脱。”这句话道出了她的亲身经历,也是她的肺腑之言。

刘某大学毕业后事业曾经辉煌无比,但自从1994年开始吸毒以来,他的生活全被毁了,失去了健康,事业一落千丈,家人也离他而去,经济上也弄得一贫如洗。2000年,刘某的一位毒友因吸毒患上艾滋病死亡,临死前的惨状让刘某感到非常恐慌。他劳教戒毒后怀着复杂的心情根据自己的真实感受创作了一幅名为《血魔》的绘画作品(图1-3)。整幅画的左边是一个面目狰狞的人像,右边则是一只流露出无助和无奈的眼睛,鲜血顺着这只眼睛

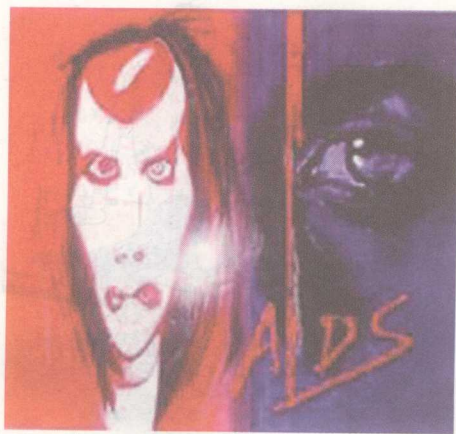


图 1-3 血魔

向下流淌,形成一个血淋淋的“AIDS”(艾滋)。他说“因吸毒而染上艾滋病是很惨的,尤其是那种巨大的心理压力和绝望的心境,足以把人彻底击垮。”

沾染毒品 前程渺茫

每个人都希望前程美好、学业和事业成功。吸毒使人变得懒散,不思进取,什么都不想学、不想干,成天沉溺于糜烂的生活。因吸毒使人身心俱损,没有心思和精力从事学习和工作。一个本来品学兼优的学生一旦被引诱吸食毒品,学业就会一落千丈,从逃学、退学、强制戒毒、劳教戒毒,到被家庭抛弃。李某,中学生,班干部,一次重要的考试之前,自己感觉状态不佳。有人骗他说,吸食白粉可以感到“很爽”,成绩不受影响。他好奇,尝试了,后来成瘾了,就陷入这个白色恶魔的掌控中(图1-4)。一个事业鼎盛的人若吸上毒,则会走上不想上班、辞职或被开除、反复复吸、戒毒、犯罪、反复强制劳教的道路,结局只能是登上“死亡快车”。到目前为止,

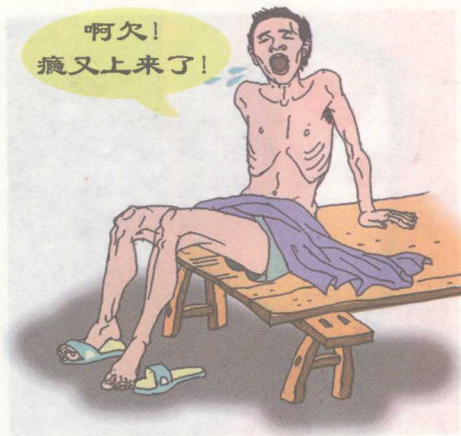


图1-4 沾染毒品,一落千丈

从这个白色恶魔手掌里成功逃脱的人为数不多。因此，坚决拒绝与毒品的第一次接触意义重大。

损害身体，腐蚀心灵

五脏六腑 均遭损害

人的神经系统支配生命活动；血液与营养靠心血管系统运送；呼吸系统为身体提供氧气和排除废气；消化系统帮助吸收营养、分解与排泄有害成分；泌尿系统排泄有毒成分，免疫系统抵御外来“敌人”的侵袭。

神经系统是人类生命活动的“司令部”。吸食毒品会引起神经系统一系列的病变，如神经麻痹（导致瘫痪）、视力严重减退、肌肉功能障碍（导致肌无力）等。长期吸毒可引起智力衰退和个性改变。100%的吸毒患者记忆力明显减退。尸检结果表明，吸毒可导致脑细胞坏死。海洛因吸食过量可以抑制呼吸，造成脑缺氧，也可以造成不可逆转的脑损伤。静脉注射伴有掺杂物的毒品可直接引起脑部血管栓塞（导致脑血管不通，影响脑部血液供应）。使用可卡因类的毒品可诱发严重的癫痫病，主要症状有突然倒地，口吐白沫、昏迷、抽搐等，反复发作将导致智力低下。

7

吸毒危害心脏和血管，可导致心脏肌肉或心脏内膜发炎等，患者常常发高烧，心脏功能异常，严重时甚至危及生命。某女，吸毒患者，32岁，家住武汉市江岸区，有8年的吸毒史，2005年因吸毒患上心内膜炎，发高烧持续40多天，昏迷过3次，并发心脏功能衰竭，住院救治50多天才挽救了性命，但劳动能力大大下降。

吸毒损害呼吸系统，导致肺和呼吸道严重病变，如肺