

生活环境中有害因素防护丛书

第二版

烟、酒、毒品 及药物成瘾的 危害与戒除

陈世铭 主编



化学工业出版社

生活环境中有害因素防护丛书

第二版

烟、酒、毒品及药物成瘾的 危害与戒除

陈世铭 主 编

宋森林 副主编

化学工业出版社

· 北 京 ·

(京)新登字 039 号

图书在版编目(CIP)数据

烟、酒、毒品及药物成瘾的危害与戒除/陈世铭主
编. —二版. —北京: 化学工业出版社, 2003. 12
(生活环境中有害因素防护丛书)
ISBN 7-5025-4978-1

I. 烟… II. 陈… III. 生活-卫生习惯 IV. R163

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 108639 号

生活环境中有害因素防护丛书

第二版

烟、酒、毒品及药物成瘾的危害与戒除

陈世铭 主 编

宋森林 副主编

责任编辑: 孙绥中

文字编辑: 陈 蕾

责任校对: 李 林 王素芹

封面设计: 郑小红

*

化学工业出版社出版发行

(北京市朝阳区惠新里 3 号 邮政编码 100029)

发行电话: (010) 64982530

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

*

新华书店北京发行所经销

聚鑫印刷有限责任公司印刷

三河市延风装订厂装订

开本 850 毫米×1168 毫米 1/32 印张 7 $\frac{3}{4}$ 字数 201 千字

2004 年 1 月第 2 版 2004 年 1 月北京第 1 次印刷

ISBN 7-5025-4978-1/X · 352

定 价: 16.00 元

版权所有 违者必究

该书如有缺页、倒页、脱页者, 本社发行部负责退换

序

20 世纪人类进步的一个表现是通过使用天然的和合成的化学物质解决迅猛增加的人口的生存问题；并且还进一步迅速提高了人类的生活水平。但是经过一百多年的迅猛发展之后，我们慢慢觉悟到生存、生活质量和安全是互相关联的，不可忽略其中任何一个方面。各种化学品的使用一方面使我们生活得更舒适、更美好；但另一方面，无限制和不合理地使用化学品以及某些人类活动使人暴露于某些化学物质中，又使我们处在对健康的威胁之中。为了舒适和愉快而不顾一切地使用包含不安全因素的产品，破坏生活环境，不是进步，最后将威胁人类的生存。让每一个人都意识到这一点，都明白什么东西能用，什么东西不能用，应该怎样用，不应该怎样用，是解决这个问题的必要手段之一。本丛书目的在于向广大群众宣传这些方面的知识，使读者明白应该怎样合理地生活，以同时保证生活质量和安全。希望经过我们的不懈努力，使今后的生活既舒适又合理，传给子孙后代一个好的生活习惯。

中国科学院院士
北京医科大学教授

王 肇 炎

第一版前言

当代科学技术的进步，使人类社会进入空前繁荣与发展的境界。由于科学技术和经济发展等诸多因素，世界上的化学物逐年增加，有人预测，到2000年可以突破1000万种大关。人们发现，现在我们在衣、食、住、行等诸方面无一不被化学品所包围：我们穿着人造纤维的衣服或是纯自然的纤维品，但后者也经过化学品的染色或处理；吃着合法或不合法色素染过的食品；在有些动物性食品（包括肉、蛋、奶、鱼、水产及其制品）中可能会含有药物及其他对人体健康有害的化学物；走在街上，不可避免的吸入含有汽车尾气及其他有害化学物的空气；即使足不出户，坐在家里也会吸入由于燃烧煤气、天然气或从家具、装修材料中逸出的某些化学物；吸烟过程可使吸烟者和被动吸烟者吸入多达几百种化学物混合的烟雾，其中致癌和可能致癌的化学物就有几十种；女人一生中用的化妆品量是惊人的，一生用的唇膏可多达7kg，化妆品中可能含有害化学物；茶中也有很多种化学物，其中有的化学物有抗癌作用等，这就是本丛书要向读者介绍的内容。在我们日常生活中可能接触哪些化学物？它们有什么危害？过量接触后应该如何进行初步的自我处理等，这些都是现代社会中不可缺少的自我保护科学知识。不见得每位读者都能将本丛书从头到尾地阅读，但把它放在家中肯定是有用的，它可作为预防生活中可能接触到的有害化学物对我们健康危害的指导和参考。近年来，我国出版了为数众多的科普书籍，但从医学卫生角度阐述生活诸方面的书籍尚不多见，因此本丛书的出版可以弥补些不足。

本书的作者共同意识到科学知识的普及是社会持续发展的必要条件之一，因而利用业余时间编写本丛书。他们从事各自的专业已有多多年，都是学有所成的科学工作者，并且也尽了最大的努力来编

写本丛书，但由于作者人数较多，文笔尚欠一致，少数篇章还可能写得不够深入浅出，这些都有待再版时克服。

一本书要经过广大读者的检验，才能成为好书，所以我们衷心希望广大读者能对本书提出宝贵意见：您认为本书有哪些缺点，还有哪些方面应该写而未写，您喜欢和不喜欢的是哪些篇章等，所有的意见我们都是热诚欢迎的。

江泉观

一九九九年末于北京

第二版前 言

欣闻《生活环境有害因素防护丛书》的第一版两次印刷都已脱销，这是广大读者对作者和化学工业出版社的肯定，也反映了人民群众在物质生活大幅度提高的同时，对精神生活也有更高的要求。希望不断提高自己的科学水平和生活质量，从而提高防御疾病的能力，不断提高健康水平。这也正是本丛书的作者们所希望的。有鉴于此，丛书作者和出版社对第一版的内容又进行了修改和补充。尤其是大力加强了在环境中关于生物因素的有关内容，如食物中毒的生物因素、动植物的毒素、消毒和消毒剂、毒品成瘾等。第二版的内容更加丰富，贴近生活、贴近广大读者，一定能为广大读者所接受。

编者

2003年10月

内 容 提 要

本书是《生活环境中有害因素防护丛书》中的一册，是一本指导合理用药，正确认识吸烟与酗酒的危害，从而使读者选择更加健康的生活方式的科普读物。

全书由我国医学界研究人员，根据数十年理论研究与临床实践成果编撰而成，内容充实、可靠，本书重点介绍了烟、酒、毒品、药物的性质、作用机理以及吸烟、酗酒、阿片类滥用，中枢神经系统兴奋剂滥用，大麻滥用，致幻剂滥用，一般镇痛药滥用，多药滥用，运动员的药物滥用等方面的内容，既有当前最新知识和科研成果，又有多年的临床经验的总结，会对读者更好地解决日常生活所面临的有关吸烟、酗酒及药物滥用方面的问题有很大的帮助。

本书适合具有初中文化程度的广大读者阅读，并可供医药工作者、公安司法人员和广大青少年及其家长参考。

目 录

第一章 绪论	1
第一节 滥用药类型	2
一、特殊药品	2
二、麻醉药品	3
三、精神药品	3
四、毒性药品	4
五、毒品	4
第二节 药物滥用与成瘾	4
一、药物滥用	4
二、药物耐受性	4
三、药物成瘾性	5
四、药物习惯性	5
五、药物依赖性	5
六、戒断综合征	6
第三节 依赖性物质类型	6
一、苯丙胺类	7
二、可卡因类	8
三、致幻剂类	8
四、黄嘌呤类	8
五、烟草类	8
六、阿片类	8
七、镇静安眠药类	8
八、大麻类	9
九、酒精类	9
十、挥发性溶剂类	9
第四节 吸毒上瘾过程及原因	9
第五节 吸毒和药物滥用的危害	11

一、摧残人生	11
二、毁坏家庭	14
三、祸及社会	14
第六节 戒除瘾癖	15
一、脱毒	15
二、康复	15
三、后续照管	16
第七节 预防为主	16
第八节 吸毒及药物滥用和烟、酒危害的现状	19
一、我国毒品问题依然严峻	19
二、“毒情”特点	21
三、烟、酒危害严重	24
第九节 反毒努力与禁毒策略	25
一、毒品来源问题	26
二、复吸问题	28
第二章 烟	30
第一节 概述	30
一、烟草制品的分类	30
二、吸烟的历史与现状	31
第二节 烟雾的有害成分	33
一、尼古丁	34
二、焦油及多环芳烃	34
三、一氧化碳	35
四、氢氰酸	35
五、氮氧化物	35
六、甲醛	36
七、氨	36
八、丙烯醛	36
第三节 吸烟的危害性	37
一、吸烟引起的总死亡率和总发病率	37
二、吸烟与肺癌	39
三、吸烟与其他肺部疾病	40
四、吸烟与心、脑血管疾病	41

五、吸烟与消化系统疾病	42
六、吸烟与骨质疏松症	44
七、吸烟对生殖系统的影响	44
八、被动吸烟	46
九、吸烟对婴幼儿的影响	47
十、吸烟对老年人的影响	50
十一、吸烟伤眼	51
十二、吸烟降低药物疗效	52
十三、吸烟对皮肤的影响	52
十四、吸烟与泌尿系统疾病	52
十五、吸烟与血液病	53
十六、吸烟对听力的影响	53
十七、吸烟对智力的影响	54
十八、吸烟与口腔疾病	54
十九、烟草与其他环境有害物质的相互作用	54
第四节 吸烟的预防与控制	56
一、健康教育	56
二、改进烟草制品	67
三、控制烟草的立法	68
第三章 酒	72
第一节 概述	72
一、酒的历史与现状	72
二、酒的性质	76
第二节 酒的耐受性和依赖性	81
一、酒的耐受性	81
二、酒的依赖性及其形成原因	81
第三节 酗酒的危害性	84
一、酒在人体内的过程	84
二、酗酒	86
三、酒的致病原因	86
四、酗酒对健康的损害	87
五、酒精对胎儿的损害	97
六、酒滥用的社会后果	98

第四节 酒中毒的症状、急救和治疗	100
一、急性酒中毒	100
二、慢性酒中毒	102
第五节 戒酒	107
一、心理治疗	107
二、药物戒酒	109
三、其他戒酒方法	110
第六节 酒成瘾的预防	111
一、开展反酗酒的宣传教育，提倡“节制饮酒”	111
二、加强法制，实行酒类专卖制度	112
三、创造替代条件，保护重点人群	113
四、早期发现酒滥用者，进行康复治疗	113
第七节 饮酒和戒酒误区	114
一、饮酒误区	114
二、戒酒误区	117
第四章 药物成瘾	119
第一节 阿片类麻醉镇痛药	119
一、常见的阿片类麻醉镇痛药及其依赖性	120
二、滥用方式	128
三、阿片类依赖的表现及确定	128
四、阿片类滥用对人体的危害	134
五、死亡的主要原因	136
六、戒除方法	138
七、公众关注的几个问题	153
第二节 中枢神经系统兴奋剂	155
一、苯丙胺类	155
二、可卡因类	165
三、黄嘌呤类	170
第三节 镇静、催眠药	171
一、巴比妥类	172
二、苯二氮草类	174
三、其他镇静催眠药	176
第四节 大麻	177

一、概述	177
二、大麻类物质的药理学	179
三、大麻滥用的危害	181
四、大麻滥用的诊断、预防及治疗	182
第五节 致幻剂	183
一、常见滥用致幻剂	183
二、麦角酰二乙胺	184
三、苯环己哌啶	186
四、氯胺酮	187
第六节 非麻醉性止痛药	189
一、非麻醉性止痛药的分类	190
二、非麻醉性止痛药滥用与依赖	191
三、非麻醉性止痛药滥用的危害	191
四、戒断治疗和预防	192
第七节 挥发性有机溶剂	193
一、挥发性有机溶剂的滥用与依赖	193
二、常见滥用的挥发性溶剂	194
第八节 多药滥用	195
一、多药滥用的方式和类型	196
二、多药滥用的原因	196
三、多药滥用的危害	197
四、避免多药滥用的方法	199
五、戒除	199
第九节 兴奋剂	200
一、兴奋剂滥用的严重性	201
二、兴奋剂的种类	202
三、兴奋剂的危害	206
四、兴奋剂的检测	209
五、治疗	210
第十节 易制毒化学品	210
一、易制毒化学品及其种类	210
二、易制毒化学品非法买卖现状	211
三、易制毒化学品的管制	212

附录	214
一、精神药品管理办法	214
二、麻醉药品管理办法	217
三、戒毒药品管理办法	223
四、国务院关于强制戒毒办法	225
五、全国人大常委会关于禁毒的决定	228

第一章 绪 论

人们很早就已发现，烟、酒和部分药物具有成瘾性，可以使滥用者上瘾。过去，曾用印度大麻、阿片、古柯叶来减轻疼痛、疲劳和饥饿。当今，烟、酒和药物成瘾已成为一个十分严重的社会问题，而且蔓延迅速，世界上任何国家和地区都不能幸免。我国是烟酒生产大国，67%的男性和4.2%的女性吸烟，烟民3.2亿人，被动吸烟者约3亿人。每年因吸烟损失300亿元，直接医疗费用超过100亿元。1992年，中年人因吸烟所致死亡占总死亡原因的12%，预测到2030年，我国男子可能有33%死于同吸烟有关的疾病。调查表明，吸烟学生中，有30.5%在10岁以前就开始吸烟，最小年龄仅7岁。如果持续下去，他们会有50%的机会死于与烟草相关的疾病。我国酒消费者近2亿人，每年酒消费130亿元，“喝”掉1400万吨粮食。50%的被捕犯，40%的交通死亡事故和意外伤害与酗酒有关。遗憾的是人们对烟酒的认识远远不足。

现今世界，全球化的毒品问题已对人类的生存和发展构成重大威胁。据1998年联合国有关资料显示：全世界有2100万可卡因和海洛因受害者，3000万苯丙胺类兴奋剂受害者。毒品泛滥轻则可以毁掉一个人、一个家庭，重则可能使一代人、一个民族蒙受灾难，已经成为世界“瘟疫”和人类大敌，引起越来越多国际社会的关注。联合国毒品监督机构2001年2月公布的一份年度报告指出，国际贩毒、吸毒活动正在呈进一步上升的趋势。目前全世界有2亿多人在吸毒，在欧洲，吸毒的人越来越多，在美国、加拿大和墨西哥，大麻是最畅销的毒品，在亚洲一些国家，毒品交易还和武器走私勾结在一起。2000年世界毒品交易额约为4000亿美元，相当于这一年世界国际贸易额的8%。

研究表明，近年来毒品问题出现了几种新趋势：发达国家吸毒

人数居高不下，发展中国家吸毒者不断增加：女性吸毒者增加，由于多数处于育龄期，下一代的健康令人担忧；初次吸毒者年龄降低，青少年吸毒人数增加；海洛因等老毒品依然如故，摇头丸等新毒品增加迅猛；毒品来源多样化，查禁难度越来越大。

我国吸毒问题形势同样十分严重。吸毒人数节节上升，贩毒及其他涉毒案件急剧增加。2002 年共破获毒品犯罪案件 11 万多件，抓获毒品犯罪嫌疑人近 9 万名，缴获海洛因 9.29t、鸦片 1.21t、冰毒 3.19t、大麻 1.3t、“摇头丸”301 万粒、各类易制毒化学品超过 300t。据报道，2003 年 3 月 27 日，公安部禁毒局摧毁了一个跨越北京、山西、广东等地的贩毒网络，缴获氯胺酮 1937kg、“摇头丸”9000 粒、军用手枪 3 支，抓获犯罪嫌疑人 30 余名，其中包括 4 个香港人。

吸毒摧残人生！吸毒毁坏家庭！吸毒祸及社会！吸毒已成为国际公害。毒品不仅损害人的身体、毒害人的灵魂，而且影响社会安宁。倡导健康有益的生活方式，珍爱生命，拒绝毒品，应成为全人类的共识。联合国在维也纳召开了关于麻醉品滥用和非法贩运问题的部长级会议，与会 138 个国家的 3000 多名代表一致同意将每年 6 月 26 日定为“国际禁毒日”，以引起世界各国对毒品问题的重视。

“禁绝毒品，功在当代，利在千秋”。目前，禁毒斗争已广泛展开，但是此项工作任重道远，极为艰巨。不仅需要各级领导重视，还要全社会共同努力；不仅需要广大青少年有正确的认识，还要家长亲友的热切关心；不仅需要公安部门的有力行动，还要有关人员

对毒品深刻的反省。

远离毒品以及吸烟和酗酒，关爱未来！

第一节 滥用药类型

一、特殊药品

特殊药品是指国家实行特殊管理办法的药品。我国《药品管理法》规定国家对麻醉药品、精神药品、毒性药品和放射性药品实行

特殊管理办法。它们具有特殊性、依赖性、中毒性、放射性的特点，划为特殊药品。对它们的生产、供应、运输、进出口以及使用都有相应的规定，如规定了每种药品在每张处方中的最大量，以策安全。

二、麻醉药品

麻醉药品也称麻醉品，是指连续使用后易产生身体依赖性、能成瘾癖的药品。中华人民共和国国务院《麻醉药品管理办法》规定，国家严格管制麻醉药品原植物的种植和麻醉药品的生产、供应、进出口，非医疗、教学、科研一律不得使用麻醉药品。麻醉药品的每张处方注射剂不得超过两日常用量，片剂、酏剂、糖浆剂等不得超过三日常用量。医疗单位专人负责、专柜加锁、专用账册、专用处方、专册登记，处方保存三年备查。根据中华人民共和国卫生部 1996 年 1 月 16 日卫发 [1996] 第 3 号文件，麻醉药品品种有阿片类（吗啡、可待因、罂粟壳等）及其人工合成或半合成的衍生物（如度冷丁、美沙酮、芬太尼、二氢埃托啡、海洛因、丁丙诺啡等）以及可卡因类等 118 种。请注意，“麻醉药品”和“麻醉药”不同，麻醉药（包括全身麻醉药及局部麻醉药）是指暂时引起意识、运动或感觉消失，便于进行外科手术的药物。

三、精神药品

精神药品是指直接作用于中枢神经系统，使之兴奋或抑制，连续使用能产生依赖性的药品。根据中华人民共和国国务院《精神药品管理办法》，根据精神药品使人体产生依赖性和危害人体健康的程度，分为第一类和第二类精神药品。除特殊需要外，第一类精神药品的处方，每次不得超过三日常用量；第二类精神药品的处方，每次不超过七日常用量，处方应留存两年备查。根据中华人民共和国卫生部 1996 年 1 月 16 日卫发 [1996] 第 3 号文件，第一类精神药品品种有：苯丙胺、去氧麻黄碱、安非他酮、利他林、咖啡因、安眠酮、司可巴比妥、强痛定、麦司卡林、四氢大麻酚、复方樟脑酊等 48 种。第二类精神药品品种有：氨酚待因、羟可酮、镇痛新、巴比妥、异戊巴比妥、苯巴比妥、安眠酮、导眠能、利眠宁、眠尔