

珍爱生命 远离毒品

主办：东方城乡报社 协办：上海市禁毒委员会办公室 第302期



吕巷镇开展禁毒宣传 提醒村民警惕“成瘾药物”

【基层快报】

日前，金山吕巷镇禁毒办组织禁毒社工来到蔷薇村开展禁毒宣传活动。活动现场以陈列常见毒品仿真样品和伪装毒品，以及发放禁毒宣传单页和禁毒小礼品等方式进行。活动中，禁毒社工一边向社区居民发放禁毒宣传单页，一边细心地向居民讲解毒品知识和成瘾的药物。禁毒社工告知居民，遇到“成瘾药物”一定要提高警惕，包括麻醉镇痛类吗啡、杜冷丁、芬太尼、羟考酮等，长期使用会破坏人的免疫功能，在成瘾早期会产生恶心、呕吐等消化道症状，还会出现想睡觉、疲倦的现

象等以及头痛眩晕，一旦停用会出现口渴、焦虑、打哈欠、流泪、恶心或呕吐发热失眠等症状；镇静催眠类佐匹克隆、三唑仑、氟硝西泮等具有镇静和抗焦虑作用并可能致幻，能降低吸食兴奋类毒品后产生的失眠和抑郁症状，长期使用易成瘾，可导致运动与意识障碍，大剂量下可使人失去意识；含有复方可待因成分的止咳药水如联邦、立健亨、奥亨等处方药其俗名都叫止咳水。现在市面上的止咳水早已更换配方，采用效果类似的右美沙芬为主要成分，不会让人产生欣快感，导致成瘾

性大大降低。作为处方药的止咳水，如果在病后遵医嘱服用，是不会有问题的。但是，如果滥用，便会成瘾，形成精神依赖，对身体造成危害。过量服用会导致精神病、昏迷、心跳停止甚至窒息死亡；解热镇痛类：阿司匹林、撒烈痛、安乃近等，大剂量服用后，患者会出现恶心、呕吐、引起胃粘膜损伤，胃肠道出血或溃疡。还可出现谵妄、高热、大量出汗、脱水、过度呼吸、酸碱平衡失调甚至精神错乱。因此，禁毒社工告诫居民，不只是毒品让人成瘾，这些药物长期滥用同样让人上瘾。 金综

心理咨询、情绪舒缓 缓解吸毒人员心理压力

为切实加强辖区社会面吸毒人员的心理干预工作，有效缓解社会面吸毒人员心理压力，消除其负面心理因素，日前，奉贤区奉浦街道联合国家心理咨询师张老师为辖区社会面吸毒人员开展心理咨询辅导活动。活动中，以“情绪疏导”“试卷问答”等形式，对吸毒人员进行心理咨询、情绪舒缓、知识宣传，深入了解对象目前的生活以及工作情况，鼓励其要保持良好心态，坚定远离毒品、健康生活的信心。

通讯员 唐雨萱

【图文报道】

嘉定新城(马陆镇)开展暑期禁毒知识讲座



日前，嘉定新城(马陆镇)新联社区暑期课上诚邀镇讲师团朱老师为同学们开展了一堂禁毒知识讲座。

朱老师通过毒品的几个危害：对个人的危害、对家庭的危害、对社会的危害等方面，呼吁广大青少年要拒绝毒品，要做到珍爱生命，远离毒品。另外，朱老师还通过几个小游戏等互动环节，向同学们描述了“毒品有那么大的危害，为什么还有人去吸呢？”等心理因素，让同学们真正认清毒品的危害，从内心深处憎恶毒品。通过普及青少年健康安全知识，树立健康生活新理念，提高了广大青少年对毒品的认识，切实增强毒品预防教育的责任感和紧迫感，切实提高广大青少年的识毒、防毒、拒毒、反毒能力，营造浓厚的社区禁毒氛围，打造平安和谐家园。 嘉综

华漕镇开展禁毒宣传 防范新型毒品滥用

为有效防范新型毒品滥用，科学普及禁毒知识，广泛传播“健康人生、绿色无毒”理念，华漕镇禁毒办结合“打击治理电信网络诈骗”主题宣传活动，组织禁毒社工和志愿者在关帝庙广场开展禁毒宣传活动。活动以发放禁毒宣传手册、宣传折页仿真道具展示、现场咨询讲解等多种形式开展，向居民群众介绍新型毒品的相关知识及危害，教育引导广大居民群众特别是青少年正确认识毒品危害，牢固树立健康向上的生活理念，全面提升识毒防毒拒毒的意识和能力。

闵综

【讲述·有一种力量叫悔改】

愿往后余生，不再被我辜负

□郁馥

在我五年多的社工工作生涯中，唐阿姨是最难“对付”的一位家属。在她的独生女儿，我的服务对象繁繁因复吸被强制隔离戒毒之后不久，我便打电话给了唐阿姨。

第一次，忙音。
第二次，还是忙音。
第三次，电话通了。在我表达了对繁繁的关心之后，她只回了我一句话：“我只当她死了。”

其实，我是理解这位年迈的母亲的。繁繁今年三十八岁。早在二十出头的时候，她就接触到冰毒。年少无知也好，误交损友也罢，总之，繁繁在一个女孩子最美好的年纪，把自己交给了毒品。后来我问过她：“当时你究竟是怎么想的？”她说：“忘了，可能是逆反心理作祟吧，爸妈不让我干的事，我偏要干。”

偏要干的后果是什么？一次社区戒毒，两次强制隔离戒毒。

被唐阿姨强势挂断电话之后，我继续翻着繁繁的档案资料。看着这十几年来她生活的点滴变化。第一次吸毒被抓的恐惧后怕，第一次社区戒毒时发誓要远离毒品的决心，第一次从强戒所内出来痛哭流涕的悔恨……唐阿姨从开始的震惊到后来的释然，再到最后的失望。

她这个年纪，本该过着含饴弄孙的晚年生活，而女儿却一次次地让她失望了。

尽管自称再没有繁繁这个女儿，但我坚信，在唐阿姨的内心深处，一定不会真正将女儿放下的。想到这，我便直接去了唐阿姨家中。

开始我其实是有些忐忑的，就怕她将我拒之门外。可是，当我到了唐阿姨家门口的时

候，她还是给我开了门。一开始总是我说，她听。说得多了，她也渐渐与我敞开了心扉，这令我的不安的心慢慢放下了。

唐阿姨说，繁繁小时候，也是个乖乖女，成绩很好。可也许是父母对她管得太紧，上了高中之后，她就变了，不止成绩一落千丈，还总和社会的“不良青年”混在一起。不出意料，她没有考上大学，而是直接进了一家工厂上班。后来，便发生了档案上记录的那些事儿。

她说的时候，我没有插话，只是这样静静地听着。听着一个性格坚毅的母亲恨铁不成钢。直到她说完，喝尽了面前一大杯水的时候，我才开口：“您说的一切，繁繁都懂。相信这一次，她是真的悔悟了。”

唐阿姨的眼神在某个地方停滞了半晌后，才说道：“从前，她不是没有‘悔悟’过。可是后来又怎么样呢？她的话，我一概不听。她的事，你以后也不要再跟我说了。”

就算亲人之间，一次一次的失望后，想要再获得信任也很难。离开唐阿姨家后，我在心里打了个腹稿，回到办公室我就给繁繁

写了一封长信。信中，我写了我的希望和繁繁父母的希望。我写道，我希望收到她的回信，但如果她不愿意回，也没有关系。

在等待繁繁回信的过程中，我保持着与唐阿姨的联系。唐阿姨对我的态度有了些许转变，至少不再抵触了，可是对于繁繁，她依旧难掩失望之色，并且始终坚称，等她出来之后，一定不让她进门。

我没有贸然劝她接受繁繁。只是任由着她。她能多多讲话，哪怕讲的都是对繁繁的不满，也没有关系。因为在我看来，只要她还愿意谈论繁繁的事情，那她的心里就一定还有几分关心之情。

而更让我觉得高兴的是，在距离繁繁出所两个月的时候，唐阿姨竟然主动给我打了电话。她说，繁繁给她写了封信。在信里，她表达了自己对过去深深的悔意，以及对未来生活的畅想和规划。我问她有没有给繁繁回信？她说没有，这个家，她也别想再回来。

唐阿姨的话虽然听起来仍旧十分冷淡，但说话的声音和语气却比过去要平和许多。于是，我再度给所内的繁繁写了封信。告诉她，她妈妈在心底深处对她还是关心的。希望她能够做到信中的承诺。出所那日，我会争取让她妈妈一起来接她。

然而，唐阿姨却一口拒绝了我的提议。可是，她随后又补了一句：“让她爸爸去，她爸爸宽她。”

我故意问她：“那她出所之后住哪里？”她说：“爱住哪里住哪里！”我知道，她已经慢慢接受了繁繁的回归。之后怎么样，就要靠繁繁自己努力了。繁繁出所的那日，繁繁的爸爸老范早早等在了社工点门口。老范说，今天一大早，唐阿姨就去菜场买菜，这会正在家里烧菜。虽然她说，这些菜是烧给他们夫妻俩的，但明明全都是繁繁爱吃的菜。作为父亲，他也怨繁繁的不争气，但好歹是自己的女儿，怎么能真不管呢？

老范深深地叹了一口气。我安慰他，一切都会好起来的，相信繁繁吧。

繁繁出所之后，我经常和她通过微信联系，有时也会见面聊天，我协助她办理了劳动手册、失业登记、低保等。好几次，她都告诉我，她想好好过日子。这次回来，她明显觉得爸妈老了。年轻时那样风风火火的妈妈，现在慢性病缠身，精力远远不如从前。今后她应该挑起家庭的重任，可就是不知道，是不是已经错过了最好的时候。

什么是最好的时候呢，十几岁？二十几岁？三十几岁？对于繁繁而言，往事不可追，再多的懊悔于她都已无济于事。我说，现在就是最好的时候，她还年轻，父母也健在，只要她有一颗好好生活的坚定的内心，一切都可能重新开始。

繁繁陷入了沉思，许久，她才说，我可以的。

我相信，她可以。因为我见过太多浪子回头的例子。人不怕犯错，甚至不怕一错再错，只要明确前路，并且义无反顾地走下去，总有一天，会看到自己的光明未来的。

(作者系青浦工作站朱家角社工点社工)