

# 桃園市龍潭區雙龍國小「防制學生藥物濫用三級預防」實施計畫

## 壹、依據：

94年2月18日教育部研商「防制校園毒品及暴力問題」會議決議辦理。

## 貳、目的：

落實各級學校藥物濫用防制教育宣導、清查、輔導工作，並結合社區相關資源及專業醫療、輔導機構，有效防制學生藥物濫用，達成「健康校園」之目標，與「溫馨」「快樂」之學校願景。

## 參、實施策略與目標：

### 一、一級預防：

- (一) 策略：減少危險因子、增加保護因子。
- (二) 目標：活得健康快樂、適性發展、溫馨成長。

### 二、二級預防：

- (一) 策略：進行高危險群篩檢，並實施介入方案。
- (二) 目標：早期發現，早期介入，預防藥物濫用、成癮或嚴重危害。

### 三、三級預防：

- (一) 策略：結合醫療資源，協助戒治。
- (二) 目標：降低危害、有效戒治、預防再用。

## 肆、作法：

### 一、一級預防：

#### (一) 減少危險因子方面：

1. 各級學校應經常辦理育樂活動，舒暢學生身心，並鼓勵學生多從事有益身心健康之活動，以減少學生涉足藥物濫用高危險場所。
2. 各級學校導師、輔導老師、學務人員等應對藥物濫用可能性較高（危險因子）之學生加強個別輔導、訪問，以降低學生藥物濫用。

#### (二) 增加保護因子方面：

1. 充實教師藥物濫用防制知能，應以教師為對象，定期舉辦藥物濫用防制知能研習、訓練等活動，以增進教師藥物濫用防制相關知能，提昇防制成效。
2. 加強「藥物濫用防制」宣導教育：
  - (1) 於每學期開學、學期結束2週內，利用週、朝、集會時間實施「藥物濫用防制」宣導，建立正確認知。

- (2) 每學期至少辦理 1 次全校性「藥物濫用防制」宣教活動，教導學生認識藥物濫用的危害及拒絕誘惑的知能與技巧，培養學生正確思考、自主性拒絕毒品誘惑之能力
- (3) 各校每學年至少辦理 1 次以家長或社區為對象之「藥物濫用防制」宣導活動，以提醒家長、社區民眾「藥物濫用防制」之危害，共同協力防制。
- (4) 每年 5 月舉辦「藥物濫用防制」認知檢測，訂定獎勵辦法，提高正確認知率達 90% 以上，對於答錯率較高之題目，應加強宣教導正。
3. 加強學校「春暉社團」或其他相關社團之組訓，運用同儕力量發揮正面影響力。所處環境，表達關懷並協助解決疑難。
4. 學業輔導：各校對於學業成績低落學生，應擬定輔導作法，引導學生適性發展，增強自我信心與能力，避免學生因成績低落，造成自暴自棄之情形而接觸藥物。
5. 各校輔導室（心輔中心）應透過相關課程或綜合活動時間，辦理「壓力調適與情緒管理」、「衝動性與問題解決能力」、「拒絕誘惑的技巧」等訓練活動，以增強學生自我管理、保護能力。

## 二、二級預防：

- (一) 進行高危險群篩檢：各校應針對前述危險因子篩檢高危險群，以早期發現，方式如下：
  1. 觀察晤談：各校導師、學務人員、輔導老師應經常關心學生上課、生活作息及交友狀況，並主動聯繫家長，發現學生精神、行為有偏差或異常情形，即應實施個別晤談，從晤談中發現學生有無藥物濫用情形。
  2. 運用「校園學生使用毒品篩檢量表」
  3. 「特定人員」尿液篩檢：
    - (1) 建立「特定人員」名冊各校應於每學期開學 1 個月內完成清查並繕造「特定人員」名冊，以加強輔導。
    - (2) 尿液篩檢：
      - A. 運用快速檢驗試劑：各校對於前述「特定人員」可要求採驗尿液，惟運用試劑篩檢學生尿液時應注意學生之自尊及隱私，並聯繫家長知情。
      - B. 配合轄市政府教育局協助各級學校學生尿液篩檢，抽驗「特定人員」，以了解學生藥物濫用情形。
- (二) 輔導：
  1. 經觀察晤談、尿液篩檢或經檢警通知之藥物濫用學生，應循本部「校園安全及災害事件即時通報網」通報本部校安中心，並即由導師、輔導老

師、學務人員、軍訓教官、家長 等共同組成「春暉」小組進行輔導，期於3個月內協助戒除。

2. 學生藥物濫用之輔導除校內之輔導資源外，可運用縣（市）或社區輔導機構等輔導資源進行個別輔導。

三、三級預防：學生藥物濫用個案，經輔導3個月後若仍未戒除，學校即結合家長，將個案轉介至行政院衛生署指定之藥癮治療業務醫療機構、藥物濫用諮詢及輔導機構賡續戒治，或視個案情況報請司法機關協助處理，以降低危害，預防再用。

伍、本辦法經校長核可後實施，修正時亦同。

承辦人：

學務主任：

校長：

## 教育部 105 年藥物濫用防制問卷知識題庫(國小高年版)

### ● 題目

#### 一、是非題

請根據題目請勾選描述，勾選答案選項：	正確	不正確
1. 吸食非法藥物和得精神病(如被害妄想、幻覺、多疑)沒有關係。		V
2. 吸食非法藥物的人，不會因為注意力不集中而造成意外傷亡。		V
3. 戒毒成功專線是 0800-770-885。	V	
4. 非法藥物(如安非他命)常被不當濫用在減肥藥中。	V	
5. 有吸菸、喝酒或嚼檳榔行為的青少年，與會嘗試非法藥物無關。		V

#### 二、選擇題

1. 對於非法藥物，最好抱持以下何種態度？
  - (1) 我只用一次，所以沒關係。
  - (2) 平時不用，歡樂的時候再使用。
  - (3) 自己不用，但朋友請我一起使用的時候，為了表示講義氣，要一起用。
  - (4) **不管如何，連一次都不要使用。\***
2. 下列有關非法藥物的敘述，何者**錯誤**？
  - (1) 臺灣的非法藥物共分四級。
  - (2) 運輸或販賣非法藥物都是違法的行為。
  - (3) 吸食非法藥物成癮者，可到精神科求診。
  - (4) **學校老師大多可單獨輔導可能吸食非法藥物的學生，也會治療學生成癮問題。\***
3. 下列哪一項是紓解壓力的最佳方法？
  - (1) 到網咖打電動。
  - (2) 去速食店吃炸雞和奶茶。
  - (3) **到戶外活動散散心。\***
  - (4) 喝酒或吸菸解悶。
4. 以下敘述何者**錯誤**？
  - (1) 心理的癮(依賴性)比生理的癮(依賴性)難戒。
  - (2) 正常的生活作息也是預防用藥的方法之一。
  - (3) 參加轟趴、去網咖打電動等，都是讓人可能吸毒的高風險場所。
  - (4) **只有使用一次非法藥物不會對身心健康造成危害。\***
5. 當有人邀我使用非法藥物的時候，以下哪一種作法比較**不恰當**？
  - (1) 告訴他我爸媽管得很嚴，所以我不敢使用。
  - (2) 告訴他我膽子很小，怕被責備所以不敢使用。
  - (3) 態度堅定，明確表示自己不敢使用。
  - (4) **想說又不好意思說，沒有明確表示拒絕。\***

## ● 解答說明

### 一、是非題

請根據題目請勾選描述，勾選答案選項：	正確	不正確
1. 吸食非法藥物和得精神疾病(如被害妄想、幻覺、多疑)沒有關係。		V
<p>答案提示：不正確。</p> <p><b>吸食毒品易產生的行為現象</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· 睡眠少或睡眠習慣改變</li> <li>· 食慾不振</li> <li>· 多話、情緒不安</li> <li>· 反應過度激烈</li> <li>· 精神常處於緊張、亢奮</li> <li>· 妄想及行為暴躁、血壓上升</li> <li>· 意識模糊不集中或精神恍惚</li> <li>· 嚴重者會精神分裂，甚至死亡</li> </ul>		
2. 吸食非法藥物的人，不會因為注意力不集中而造成意外傷亡。		V
<p>答案提示：不正確。</p> <p>毒品會對腦中樞神經造成影響，吸毒者常常會在不知不覺的情況下過量使用，造成精神煥散、出現幻覺、行為異常、甚至自殘、自殺等現象，一但終止或減少使用毒品，身體即會產生流淚、打哈欠、嘔吐、腹痛、痙攣、焦躁不安及強烈渴求藥物等戒斷症狀。除了會嚴重影響個人健康外，還會面臨失業、求職不易、朋友疏離、婚姻破裂、家庭破碎、自尊受創，而無法適應社會，造成許多社會問題。</p>		
3. 戒毒成功專線是 0800-770-885。	V	
<p>答案提示：正確。</p>		
4. 非法藥物（如安非他命）常被不當濫用在減肥藥中。	V	
<p>答案提示：正確。</p> <p>常見之安非他命類減肥藥有芬他命(Phentermine, 商品名 Duromine, Phen, Trim, Ionamin)及芬芙拉命(Fenfluramine, 商品名 Pondimin)，以直銷或郵購方式販售之走私進口最為常見。它們的結構與安非他命相當類似，同時具交感神經及血清張力素(Serotonin)刺激作用，經中樞抑制食慾，常被不法人士摻入非法減肥藥中非法販賣，使用藥者在不知情的情況成癮，並造成精神分裂、妄想症等副作用。</p>		
5. 有吸菸、喝酒或嚼檳榔行為的青少年，與會嘗試非法藥物無關。		V
<p>答案提示：不正確。</p> <p>根據學者研究調查資料顯示，藥物濫用青少年多數有吸菸、喝酒或嚼檳榔等不當行為，渠等常因好奇或不良同儕引誘而施用毒品。</p>		

### 二、選擇題

1. 對於非法藥物，最好抱持以下何種態度？

(1)我只用一次，所以沒關係。

(2)平時不用，歡樂的時候再使用。

(3)自己不用，但朋友請我一起使用的時候，為了表示講義氣，要一起用。

**(4) 不管如何，連一次都不要使用。**

答案提示：(4)。

許多非法藥物容易使人上癮，如果抱持著只用一次不要緊的態度，很容易受人引誘再度使用，有些意志薄弱者，即便只用過一次也會忍不住再使用。所以對於非法藥物，應抱持著「不管如何，連一次都不要使用」的態度。

2. 下列有關非法藥物的敘述，何者錯誤？

(1)臺灣的非法藥物共分四級。

(2)運輸或販賣非法藥物都是違法的行為。

(3)吸食非法藥物成癮者，可到精神科求診。

**(4)學校老師大多可單獨輔導可能吸實非法藥物的學生，也會治療學生成癮問題。**

答案提示：(4)。

(1)毒品危害防制條例：

A. 第二條：本條例所稱毒品，指具有成癮性、濫用性及對社會危害性之麻醉藥品與其製品及影響精神物質與其製品。又依其成癮性、濫用性及對社會危害性將毒品區分為四級。

B. 第四至十一條摘述：製造、運輸、販賣、意圖販賣、以強暴、脅迫、欺瞞或其他非法之方法使人施用、引誘他人施用、轉讓、施用、持有等等都是觸法的行為，皆有刑罰。

(2)發現青少年吸毒時，應採取的行動：

\*不要情緒化，與青少年懇談並表示關心，讓渠等體會到真誠的關心。

\*家長應瞭解孩子問題實況，並與學校輔導人員保持密切聯繫，大家共同努力，協助青少年戒毒，才能防止情況惡化。

\*吸毒，是一種成癮性行為，如已成癮通常必須要有醫療介入，所以，如確認青少年患有毒癮時，應該帶其至衛生福利部指定的醫療院所，尋求專業協助，進行有效的戒治。

\*各縣市的毒品危害防制中心、毒癮戒治之醫療院所或具有協助毒癮者戒治經驗之宗教團體，都是可以諮詢的對象。

3. 下列哪一項是紓解压力的最佳方法？

(1)到網咖打電動。

(2)去速食店吃炸雞和奶茶。

**(3)到戶外活動散散心或運動。**

(4)喝酒或吸菸解悶。

答案提示：(3)。

4. 以下敘述何者錯誤？

- (1) 心理的癮(依賴性)比生理的癮(依賴性)難戒。
- (2) 正常的生活作息也是預防用藥的方法之一。
- (3) 參加轟趴、去網咖打電動等，都是讓人可能吸毒的高風險場所。
- (4) 只有使用一次非法藥物不會對身心健康造成危害。**

答案提示：(4)。

毒品會對腦中樞神經造成影響，吸毒者常常會在不知不覺的情況下成癮，進而依賴毒品。一旦終止或減少使用毒品，身體即會產生流淚、打哈欠、嘔吐、腹痛、痙攣、焦躁不安及強烈渴求藥物等戒斷症狀。吸毒成癮者在持續使用毒品的情況下，極難戒絕，終其一生難以擺脫毒品的束縛，除了會嚴重影響個人健康外，還會面臨失業、求職不易、朋友疏離、婚姻破裂、家庭破碎、自尊受創，而無法適應社會，甚至為換取毒品，不惜搶劫、偷竊，造成嚴重的社會問題。

5. 當有人邀我使用非法藥物的時候，以下哪一種做法比較不適當？

- (1) 告訴他我爸媽管得很嚴，所以我不敢使用。
- (2) 告訴他我膽子很小，怕被責罵所以不敢使用。
- (3) 態度堅定，明確表示自己不敢使用。
- (4) 想說又不好意思說，沒有明確表示拒絕。**

答案提示：(4)。

拒毒八招：

<b>堅持拒絕法</b>	你可以這樣說 1. 「我不做違法的事情。」 2. 「不行，我真的不想吸。」 ◎ 尊重自己是對自己的生命負責任，千萬不要礙於情面或為了義氣而接受朋友的引誘與慫恿。
<b>告知理由法</b>	你可以這樣說 1. 「醫生說我對藥物過敏，所以不能隨便吃。」 2. 「吸毒是違法犯罪的事，你不要害我。」 3. 「我爸媽管很嚴，被他們知道我就慘了。」 ◎ 施用毒品不但傷身、違法又讓家人擔心，所以一次也不可以嘗試，你可以說明施用毒品可能導致的危害或造成家人不悅為理由拒絕嘗試。
<b>自我解嘲法</b>	你可以這樣說 1. 「沒辦法，我就是害怕啊，不要嘗試算了！」 2. 「不行，我真的很膽小，我不敢試啦！」 ◎ 若因拒絕施用「毒品」而招來同學朋友嘲笑，你可以順著朋友的嘲笑，也拿自己開玩笑，以幽默、弱勢的語氣緩和和氣氛並表達自己拒絕的意思。
<b>遠離現場法</b>	你可以這樣說 1. 「時間太晚了，我必須要回家，我先走了。」 2. 「我覺得身體不舒服，我先回家休息了！」

	<p>3. 「我要先打個重要的電話，失陪了。」</p> <p>◎當朋友遞給你來路不明的飲料、粉末或毒品時，你可以找個理由藉故離開，並於離開現場時立即告知家人、學校師長或警方。</p>
友誼勸服法	<p>你可以這樣說</p> <p>1. 「我們是好朋友，我不希望你變成吸毒犯！」</p> <p>2. 「不要吸啦！這對身體不好，好朋友一場，你我最好都不要嘗試吧！」</p> <p>◎當情緒低落、苦悶沮喪的時候，做朋友的你，可動之以情建議他尋求正當健康的抒解方法，而拒絕使用毒品。</p>
轉移話題法	<p>你可以這樣說</p> <p>1. 「你看，這個點心很好吃喔！你也試試看！」</p> <p>2. 「今天新聞報導小貓熊的影片，超萌的，你看過了嗎？」</p> <p>◎當朋友遞給你來路不明的飲料、粉末或毒品時，你可以找其他話題帶開或是敷衍應付，讓他知難而退。</p>
反說服法	<p>你可以這樣說</p> <p>「這毒品是會上癮的，而且很難戒除，你看昨天新聞報導那個吸毒者下場多慘…，所以你也不要吸啦！」</p> <p>◎當朋友遞給你「毒品」邀你一起施用時，你可以引用社會新聞或是醫學報導內容拒絕他，並且試著說服朋友不要施用毒品。</p>
反激將法	<p>你可以這樣說</p> <p>1. 「如果你們說我沒膽量，我就吃，那我就真的太沒主見了！」</p> <p>2. 「如果因為你們說我很遜，我就吸，那才真的遜斃了呢！」</p> <p>◎面當「毒品」的邀約或誘惑時，你應清楚表明自己的原則，絕不要因別人挑釁、刺激而嘗試。</p>



桃園市雙龍國小 111 年辦理「防制學生藥物濫用反毒宣教」活動照片

活動照片 1



說明

學生每一個人都專心的聆聽講師的課程

活動照片 2



說明

學生對於講師的內容，熱烈的參與討論