

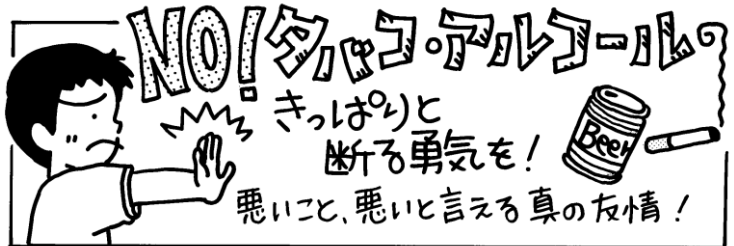


保健だより

2014/9月 浦西中学校保健室 上原



薬物乱用 防止講演会



9月12日(金)浦添警察署、少年課の泉 武司さんをお招きして、薬物に関する講演会を行いました。タバコの有害性や喫煙による身体への影響。依存性があり、タバコ欲しさに罪を犯した事例を聞きました。未成年の飲酒は、急性アルコール中毒になりやすく、中高校生が、救急搬送される件数も多く、最近の事例として、浦添市内で、酩酊し(よっぱらい)転落する事故が起きたことなど、実態を知りました。

目を覆いたくなる映像もあり、あらためて薬物の恐ろしさを知ることができたと思います。
違法薬物の麻薬、覚醒剤、合成麻薬MDMA、大麻の再犯率は60%というデータや、危険ドラッグである脱法ハーブや合法ドラッグも、違法薬物と成分は一緒であることを知りました。
ゲートウェイドラッグ(依存薬物に手を出すきっかけとなる薬物)といわれている酒・タバコは、みんなの身近にあります。興味本位で絶対に手を出さないように、と保健室の先生としては願っています。
夜遊び、万引き、タバコ、お酒・・・誘って、誘われて、流されて・・・手を出すと、自分の進むべき道が分からなくなります。将来を見つめ、今をどう生きるべきか、しっかり考えることのできる中学生になろう!!

✕ 1回だけなら大丈夫…自分なら、すぐにやめられる!?



最初に断るのはまだ簡単。1度経験するともう我慢はできない!

まさか自分が依存症になるわけがない、すぐにやめられる…といませんか?しかし薬物は一度乱用すると、また乱用したいという欲求を強く起こさせます。これが薬物のおそろしい“依存性”です。

ほとんどの人がこの欲求に勝てず、繰り返し乱用し、薬物なしではいられなくなってしまうのです。さらに繰り返すうちに慣れてしまい、量や回数が増えていくのも薬物の大きな特徴です。

✕ 乱用していても、やめれば大丈夫!?



一度でも薬物によって幻覚や妄想などの症状が出ると、脳にはこの記憶が一生残ります。大変な努力をして薬物乱用を克服し、普通の生活に戻っても、ちょっとしたストレスや飲酒などがきっかけで、突然幻覚や妄想が現れることがあります。これをフラッシュバック(自然再燃)といいます。薬物乱用の害は一生消えないのです。

アルコールは依存性のある薬物

一度飲むと、また飲みたいという気持ちになり、繰り返し飲むうちに、その気持ちはどんどん大きくなります。また同じ量では満足できず、飲む量も増えてしまいます。

子どもは大人に比べて、アルコールを分解する酵素(こうそ)の働きが弱く、身体への負担が大きいのです。たとえ大人の人からお酒を勧められても、ハッキリ断るようしましょう!!

