

# 海洛因

的真相

罂  
精

細  
仔

白  
粉

四  
仔

灰

[notodrugs.org.tw](http://notodrugs.org.tw)

## 為什麼要發行這本小手冊

**世**界上有很多關於毒品藥物的傳聞，在街道、在學校、在網路或在電視上。有些是真的，但有些不是。

你所聽到很多關於毒品的傳言，實際上都是來自販售毒品的人。改過自新的販毒者坦承他們會說任何話來說服別人買毒品。

不要被騙了。你需要真相以免吸毒上癮，而且幫助你的朋友遠離毒品。這就是為什麼我們準備這本小手冊——給你。

你的回應對我們來說很重要，因此我們期盼收到你的來信。你可以參觀我們的網站：[notodrugs.org.tw](http://notodrugs.org.tw)以及e-mail給我們：[info@drugfreeworld.org.tw](mailto:info@drugfreeworld.org.tw)。

# 海洛因是什麼呢？

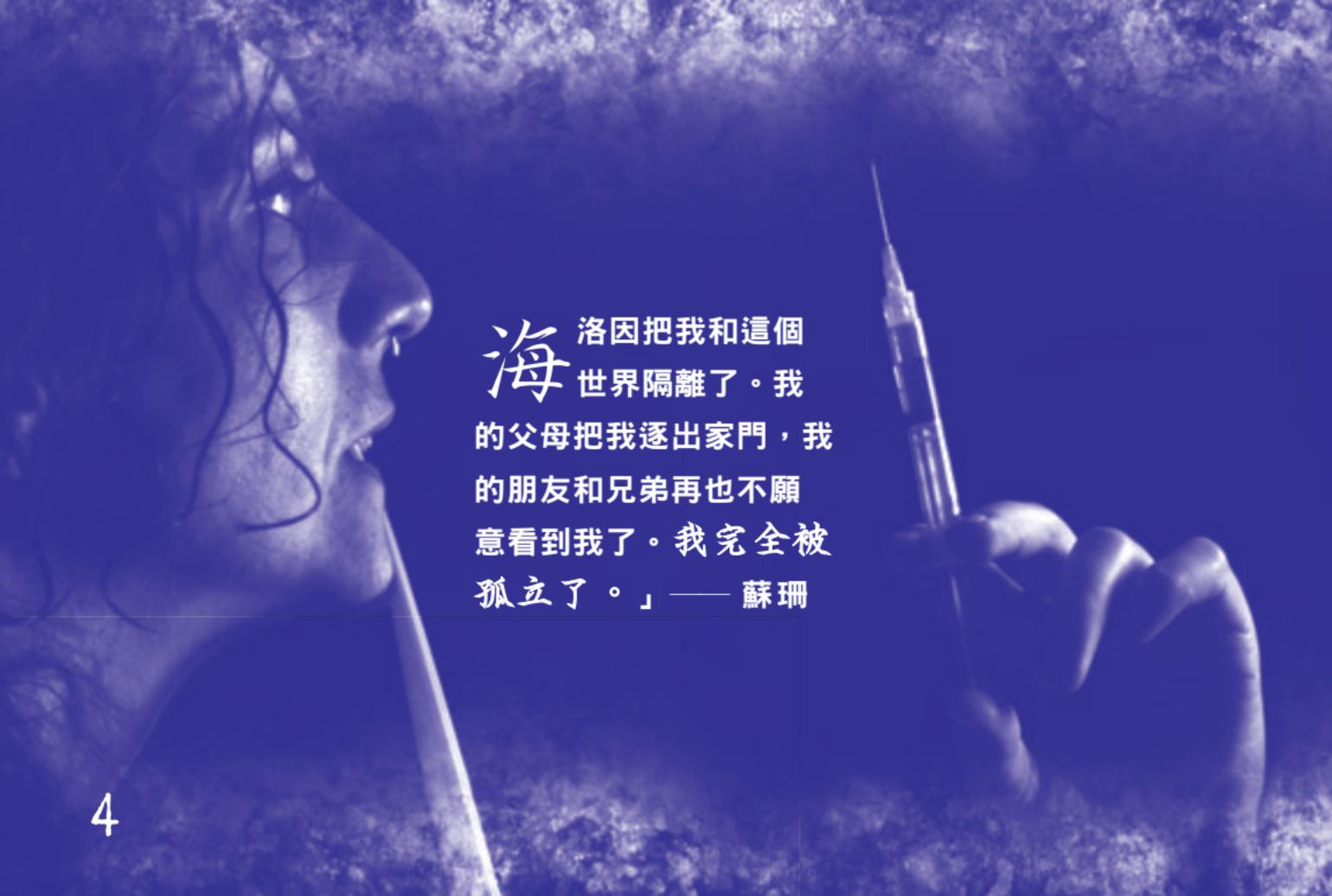
**海**洛因是一種非常容易上癮的非法毒品。

全世界有數百萬的成癮者，無法克服急切想要持續吸食慾望，這就是他們每天的生活。他們知道一旦停止吸食，他們就得面對恐怖的戒斷症狀。

海洛因（就像鴉片和嗎啡）是由罌粟的樹脂製成的。最先從罌粟花的豆莢中提煉出來的是乳汁狀的鴉片；鴉片再精製出

嗎啡；再進一步精製成各種形式的海洛因。

大部分海洛因都是用注射的——那會產生更多的危險。因為使用者除了有毒癮之苦，還得面臨AIDS（愛滋病）病毒或其他傳染病的感染。



海 洛因把我和這個  
世界隔離了。我的  
父母把我逐出家門，我的  
朋友和兄弟再也不願  
意看到我了。我完全被  
孤立了。」—— 蘇珊

# 海洛因的起源

**海**洛因首次在1898年由德國拜耳製藥廠製造出來，它被宣傳為治療肺結核及嗎啡成癮的藥。

## 惡性循環

1850年代，鴉片成癮是美國最主要的問題。因此「解決」之道就是提供成癮者毒性較不強烈，被認為「不會上癮」的替代品——嗎啡。沒多久，嗎啡上癮變成比鴉片還大的問題。

因鴉片而引起的嗎啡問題則由另一個「不會成癮」的替

代品——海洛因——來解決。而海洛因已被證實比嗎啡更容易上癮。隨著海洛因而來的問題則由另一種「不會上癮」的替代品來解決，美沙酮（methadone）。這種藥在1937年首先由德國研發出來，用於手術的止痛劑，之後外銷到美國，於1947年命名為多洛非（Dolophine）。後來被重新命名為美沙酮，不久之後被廣泛地用來治療海洛因上癮的問題。很不幸地，它又被證實比海洛因更容易上癮。

1990年代晚期之前，估計海洛因成癮者的死亡率是其他一般人的20倍。

# 海洛因看起來 像什麼樣子呢？

最

純的海洛因是細緻的白色粉末。然而，更常見的是玫瑰灰色、棕色或是黑色。這是被添加物稀釋所造成的。這些添加物包括糖、咖啡因或其他物質。有時，在街頭買到的海洛因是被「番木鱈

鹼」（一種生物鹼，味苦）或其他毒劑稀釋過。不同的添加物不會完全溶解，一旦注射進入體內，會阻塞通往肺臟、腎臟和腦部的血管。這會導致重要器官的感染或破壞。



# 海洛因

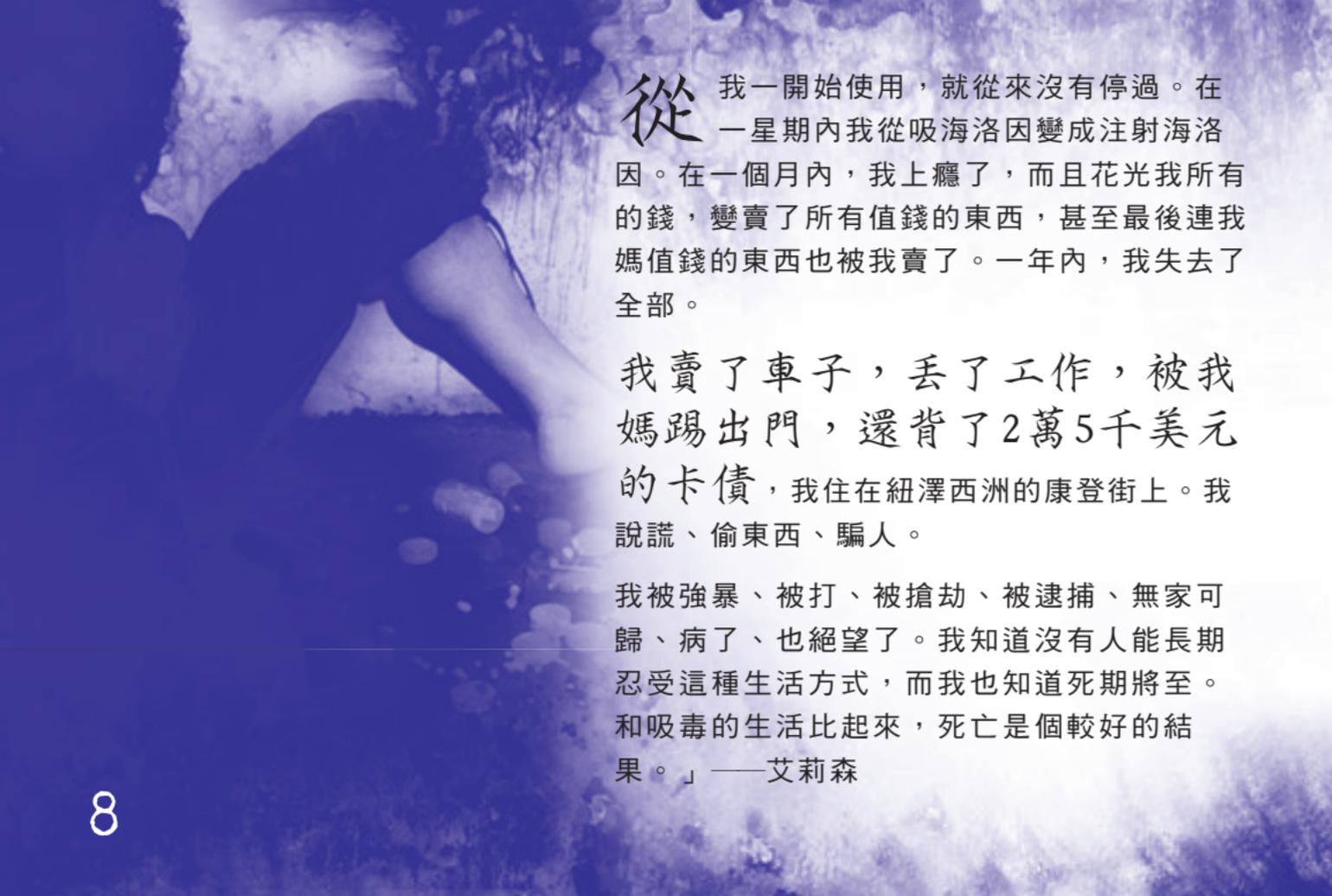
## 俗名

- 大H
- H
- 四號
- 灰
- 粉
- 四仔
- 怒喝
- 細仔
- 白粉

海洛因的吸食者在街上買海洛因，但是他們從不知道在那一小包中，真正的毒性有多強，因此他們常常有服用過量的危險。

海洛因可由注射、煙抽或鼻吸的方式來服用。剛開始服用時，會產生興奮感，讓人變得活潑外向、很健談，而且可能會有很強的性能力——但並不會持續很長的時間。

海洛因是種很容易上癮，但戒斷症狀卻非常痛苦的毒品。它很快地破壞免疫系統，最後使人顯現病態、憔悴，終至死亡。



從 我一開始使用，就從來沒有停過。在一星期內我從吸海洛因變成注射海洛因。在一個月內，我上癮了，而且花光我所有的錢，變賣了所有值錢的東西，甚至最後連我媽值錢的東西也被我賣了。一年內，我失去了全部。

我賣了車子，丟了工作，被我媽踢出門，還背了2萬5千美元的卡債，我住在紐澤西洲的康登街上。我說謊、偷東西、騙人。

我被強暴、被打、被搶劫、被逮捕、無家可歸、病了、也絕望了。我知道沒有人能長期忍受這種生活方式，而我也知道死期將至。和吸毒的生活比起來，死亡是個較好的結果。」——艾莉森

# 國際統計數字

世界上估計約有1,350萬人使用類鴉片物質，其中有920萬人吸食海洛因。

- 在2007年，世界上有93%的鴉片來自於阿富汗。（鴉片是海洛因的原料。）阿富汗的鴉片總出口額大約是40億美元，其中將近四分之三的金額落入販毒者的口袋中。而約四分之一的金額是由阿富汗種植鴉片的農人獲益。
- 2007年全美毒品使用及衛生調查報告，美國現今約有十五萬三千人在吸食海洛因。其他調查估計則高達九十萬人。
- 根據歐洲藥物及毒品上癮控管中心（European Monitoring Centre on Drugs

and Drug Addiction）在2008年所做的報告指出，歐洲每五個因毒品藥物死亡的人，當中有四人與吸食鴉片製劑（主要是海洛因）有關。

- 在台灣，2008年由於毒品藥物濫用問題而住院的病患當中，佔最多數的是吸食海洛因的患者——超過一萬八千人。



# 毒

品等同於死亡。如果你沒有想法子脫離毒品，最終就是死路一條。一旦對毒品上癮了，就被它囚禁了。一開始，你以為毒品是朋友（它們似乎會幫你從一些煩人的事情或情緒中逃離出來）。但是不久，你發現一早起來滿腦子想的就只有毒品。

你一整天都在尋找或吸食毒品。你整個下午情緒都很亢奮。到了晚上，你讓海洛因伴你入眠。你只為它而活。你被囚禁了。你不停地用頭去撞牆，但你沒有出路。

最後，你的牢籠變成墳墓。」——沙賓娜

**立即的傷害：**海洛因一開始的反應包括一陣快感。通常還伴隨皮膚溫熱感和口乾。有時，初期的反應包括了嘔吐或奇癢無比。

初期藥效消退後，吸毒者會有幾個小時變得遲鈍。身體的基本功能如呼吸和心跳會減緩。

藥效減弱的幾小時內，他的身體開始變得渴求更多毒品。如果他沒有再注射一劑海洛因，他開始會經歷戒斷症狀。戒斷症狀包括極劇烈的生理及心理症狀：焦躁不安、骨頭疼痛、腹瀉、嘔吐和極度不舒服。

而吸毒者追求的快感只持續幾分鐘而已。隨著不斷地吸食，這個人需要吸更多更多的毒，只為了感覺「正常」。

### 短期影響

- 「快感」
- 呼吸減緩
- 心智運作遲緩
- 噁心和嘔吐
- 鎮靜；想睡覺
- 體溫過低
- 昏迷或死亡（由於吸食過量）

# 長期影響

**持**續使用這種毒品的結果對身體造成極具破壞性的影響。時常注射會導致靜脈萎陷，也可能導致血管和心臟瓣膜的感染。由於身體虛弱也有可能引起肺結核\*。關節炎是海洛因長期上癮的另一個結果。

吸毒者的生活方式——海洛因吸毒者經常共用他們的針頭——這導致

海洛因戒斷是一個可怕的經驗。在最後一次注射後數小時內，身體就開始受到折磨。

愛滋病毒和其他傳染病的感染。估計在美國每年有35,000件新的C型肝炎感染，超過70%是使用針頭的吸毒者。

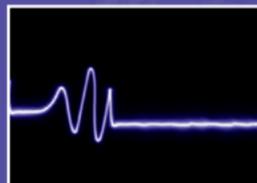
「人們相信海洛因是仙丹，但你會失去一切：工作、雙親、朋友、信心、還有你的家。說謊和偷竊成為習慣。你不再尊敬任何人或任何事。」——彼得

\* 肺結核：一種會侵害肺臟和其他器官的傳染病。

## 長期影響

- 牙齒壞掉
- 牙齦發炎
- 便秘
- 冒冷汗
- 癢
- 免疫系統減弱
- 昏迷
- 呼吸疾病
- 肌肉軟弱、局部癱瘓
- 性功能障礙和男人長期性無能
- 女性月經混亂
- 無能達到性高潮（不論男女）
- 喪失記憶和神智不清
- 內觀
- 沮喪
- 臉上長膿
- 食慾不振
- 不眠症

因為皮下注射而引起的膿瘡，這是一個16歲的吸毒者。



濫用海洛因會對生理及心理造成全面破壞。

# 「我只會試一次。」

警告：就算只是一劑海洛因，也會使一個人上癮。

許多嘗試海洛因的人會這麼想：「我只試一兩次，我要停隨時可以停。」但是踏上這條路的人會發現，這是一條不歸路。看看一位15歲的上癮者山姆說的話：「第一次注射時，大多都會嘔吐、覺得排斥，但很快你又會再試一次。它就像著魔的愛人黏著你。注射的快感和強烈的渴望，就好像你被奪走空氣一般。這就是它抓住你的方式。」

嘗試海洛因最壞的結果並不是上癮。21歲的吉姆，通常晚上都與朋友一起喝啤酒。他曾有過吸食海洛因的經驗，所以當朋友邀他一起吸食時，他接受了。15分鐘後，他昏倒了，昏迷了長達兩個月。現在他必須坐輪椅，無法寫字，幾乎不能閱讀。他曾有過的夢想及渴望全化為烏有。



# 海洛因「特色」

**海**洛因曾經使人害怕。最近許多人使吸食海洛因看起來「很時髦」。

過去十年來，「吸食海洛因上癮的樣子」——心不在焉、臉色蠟黃、黑眼圈、凹陷的雙頰、過瘦、油髮、為大眾雜誌及時尚界視為一種「特色」。

就如同1960年代搖滾明星使LSD迷幻藥流行一般，許

多今日的服裝設計師、攝影師、廣告界人士、藉由在雜誌上、音樂片上，把使用海洛因變成時髦甚至令人嚮往，以影響青少年。

大衛 索藍帝（Davide Sorrenti），時尚攝影師，他的作品幾乎是「海洛因特色」的同義詞，非常諷刺地，據報導他20歲時死於吸食海洛因過量。



# 快速下墜的陷阱

有些人

在很小的時候就會吸煙及喝酒。到他們高中畢業時，幾乎有40%的年輕人嘗試過大麻。有些人之後會去吸食更容易上癮的物質。

我們不能假定所有今天吸食大麻的孩子，在明日會成為海洛因成癮者，但的確有危險性。長期研究高中生顯示，只有少數青少年是未經吸食大麻，就直接使用其他毒品的。一旦一個人不能得到他要的快感，他就開始增加毒品的劑量，或轉而吸食更強烈的毒品。

## 讓我們面對現實

有越來越多的兒童接觸違法毒品。

2007年全美毒品使用及衛生調查發現在美國12歲至17歲的年輕人超過9.5%正在吸食非法毒品。

台灣估計約有10萬人是海洛因成癮者。在中國大陸，至少有80萬人也是海洛因成癮者。

根據聯合國毒品及犯罪局（UN Office on Drugs and Crime）在2008年所作的估計，全世界約有1600萬人使用麻醉劑——鴉片、嗎啡、海洛因以及合成麻醉劑。

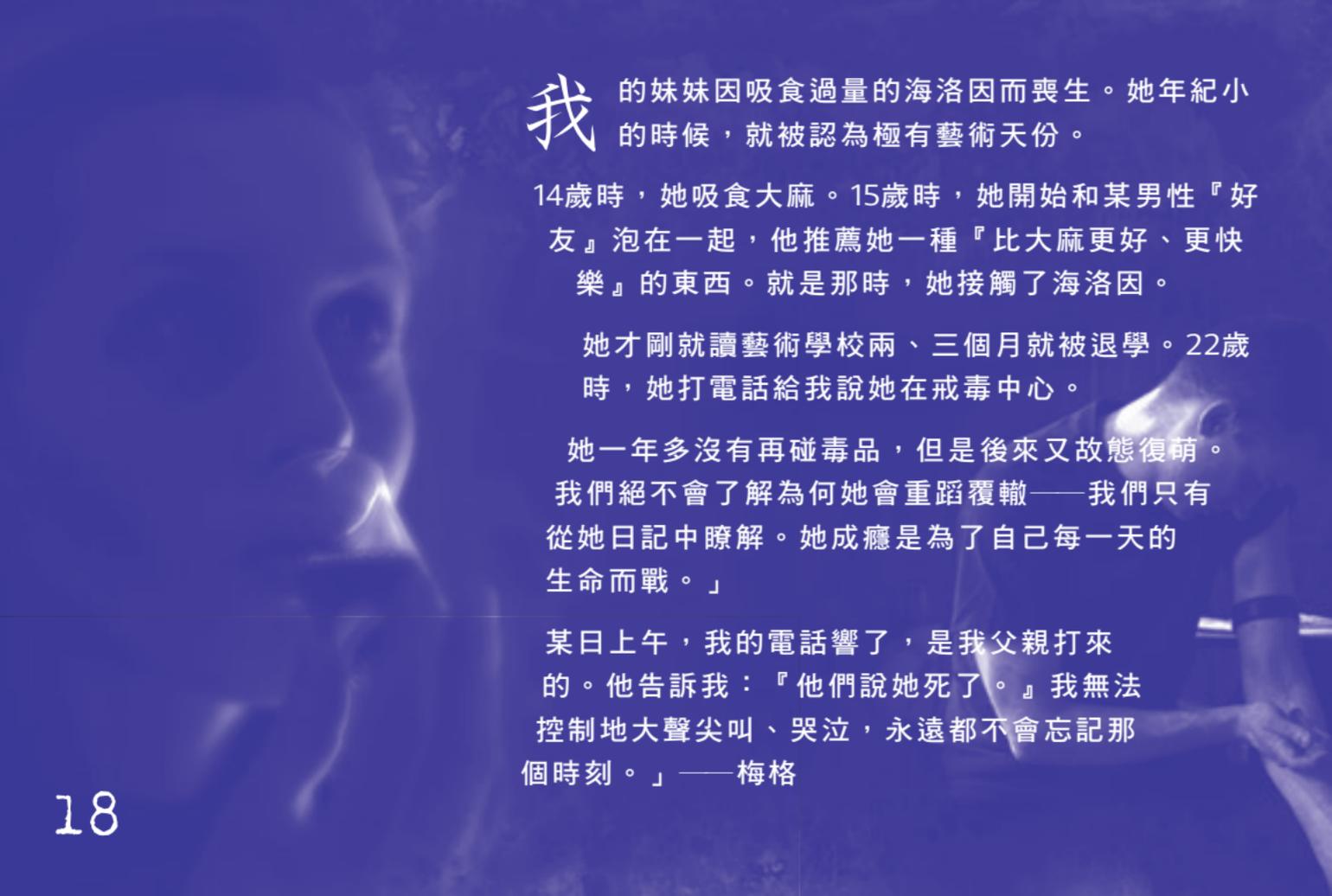
# 海洛因的新面貌

一位無精打采的年輕海洛因上癮者，倒在骯髒的暗巷中的形象已經過時了。今天，這位12歲的年輕毒癮者可以是玩著電動，聽著屬於他年齡層的音樂。他可以看起來很時髦、流行，完全沒有服用過海洛因的樣子，例如，手臂上有注射過的痕跡。

因為今天海洛因有各種不同形式，比之前更容易取得，也更負擔得

起，所以海洛因更加誘惑人。在1995年到2002年之間，在美國12到17歲吸食海洛因最少一次的青少年已增加了300個百分比。

一位年輕人在把針頭打入他的手臂前可能會再三考慮，他可能會選擇抽或吸的方式。這錯誤地使人安心，誤以為這樣危險性較少。真相是所有形式的海洛因都很危險而且會上癮。



我的妹妹因吸食過量的海洛因而喪生。她年紀小的時候，就被認為極有藝術天份。

14歲時，她吸食大麻。15歲時，她開始和某男性『好友』泡在一起，他推薦她一種『比大麻更好、更快樂』的東西。就是那時，她接觸了海洛因。

她才剛就讀藝術學校兩、三個月就被退學。22歲時，她打電話給我說她在戒毒中心。

她一年多沒有再碰毒品，但是後來又故態復萌。我們絕不會了解為何她會重蹈覆轍——我們只有從她日記中瞭解。她成癮是為了自己每一天的生命而戰。」

某日上午，我的電話響了，是我父親打來的。他告訴我：『他們說她死了。』我無法控制地大聲尖叫、哭泣，永遠都不會忘記那個時刻。」——梅格

# 販毒者會告訴你的事

**為**了找出青少年一開始服用毒品的原因，我們對他們做了問卷調查，結果有55%的青少年回答說是因為同儕壓力。他們想要變酷和受到歡迎。販毒者知道這點。

販毒者會以朋友的身份接近你，並表示要用「某種可以使你引人注意的東西」來「幫助你」。這種毒品會「幫你融入團體」或是「讓你變酷」。

販毒者受到利益所誘，會說任何話來讓你買他們的毒品。他們會告訴你：「海洛因是一條保暖的毛毯」或「海洛因將會給你最棒的快感」。

他們只要有錢可賺，根本不在乎這些毒品是不是會毀了你的生命。他們關心的只有錢。過去曾販毒的人坦承他們只是把買毒品的人看作是「西洋棋中的小兵」。

獲得毒品的真相。你自己做決定吧。

# 毒品的真相

**藥** 物毒品其實本身就是毒。服用的量決定了它的影響。

少量的藥物毒品產生刺激性（使得活動增強）。大量的藥物毒品會產生鎮定的效果（使得活動量降低）。更高的劑量會像毒藥一樣毒死人。

這就是所有藥物毒品的真相，差別只是在於，量不同帶來的效果也不同罷了。

但是許多藥物毒品還有其他的不利影響，也就是它們會對心靈直接產生影響。藥物毒品會扭曲吸食者對週遭發生事物的感知。結果是這個人的行為會變

得古怪和不理性。甚至會變得暴力。

藥物毒品阻礙了所有的感知，不論是你想要的或不想要的。所以儘管短時間一個人的疼痛減輕了，但同時能力及警覺心也減低了，思考也亂掉了。

藥物的作用是要加速或減緩或改變你身體運作的方式，使它運作得更好。有時這是必要的。但是藥物仍然是毒品：它們的作用跟興奮劑或鎮定劑一樣，量太多時會致死。所以如果你沒有按正當的方式劑量服用，藥物的危險程度就和毒品一樣。

**真正的解決方案是一開始  
就不要碰毒品，而是去得  
到真相。**

## 為什麼人們會吸毒？

有人會使用毒品是因為他們想要改變生活的某方面。

以下是年輕人說他們之所以吸毒的原因：

- 融入同輩
- 想要逃避或放鬆
- 打發無聊
- 想看起來成熟
- 想要反抗
- 好奇想試看看

他們認為毒品是一個解決方案。但是最後，毒品卻成了問題。

雖然面對自己的問題很困難，但是當一個人試著以使用毒品來解決問題，其結果總是比問題本身還糟。真正的解決方案是一開始就不要碰毒品，而是去得到真相。



## 參考資料

United Nations Office on Drugs and Crime World Drug Report 2008

White House Office of National Drug Control Policy

National Institutes of Health (U.S.)

Drug Enforcement Administration (U.S.)

“Research Report Series—Heroin Abuse and Addiction,” National Institute on Drug Abuse (U.S.)

Department of Health and Human Services (U.S.)

Center for Substance Abuse Research (U.S.)

“Treatment Episode Data Set (TEDS) Highlights—2006,” Substance Abuse and Mental Health Services Administration

“Results from the 2007 National Survey on Drug Use and Health: National Findings,” Substance Abuse and Mental Health Administration (U.S.)

National Library of Medicine (U.S.)

American Council for Drug Education’s Annals of Internal Medicine (April 1999)

The Lancet (UK)

Laboratory of the Municipal Police Amsterdam

Columbia University Medical Center

World Health Organization

European Monitoring Centre on Drugs and Drug Addiction

Statistical Distribution Table of Indiscriminate Use, from the Reporting System in Taiwan Psychiatric Hospitals Pharmaceutical Bulletin

感謝照片提供：

Page 5, 12: [istock.com/Peeter Viisimaa](https://www.istock.com/PeeterViisimaa);

Page 6: [istock.com/Stephanie Horrocks](https://www.istock.com/StephanieHorrocks);

Page 13: [Stockxpert](https://www.istock.com/Stockxpert);

Page 13: U.S. Treasury Department, Bureau of Narcotics/heroin addict;

Page 15: Courtesy of Francesca Sorrenti

數百萬份像這樣的小手冊已經翻譯成二十二種語言，發放給全世界的人們。由於新型毒品不斷推陳出新，而且也有更多資料是關於這些毒品造成的後果，因此我們更新現有的手冊，製作新的版本。

出版這些小手冊的是無毒世界基金會，是一個非營利的公益組織，總部位於美國加州洛杉磯。

這個基金會提供教材、意見給它的國際防毒網絡，並且協助組織的協調。年輕人、家長、教育人士、志工團體及政府部門——任何有興趣幫助人們過著遠離毒品濫用生活的個人或團體，就會與基金會一同合作。

# 你需要知道的事實

這是毒品系列小手冊中的一本，這個系列揭開大麻、酒精、搖頭丸、古柯鹼、快克古柯鹼、結晶安非他命與甲基安非他命、吸入劑、海洛因、LSD和處方藥物濫用的真相。有了這份資訊，讀者可以自己決定過著遠離毒品的生活。

欲取得更多手冊，  
或本系列的其他手冊，請洽：



Foundation for a Drug-Free World  
1626 N. Wilcox Avenue, #1297  
Los Angeles, CA 90028 USA

drugfreeworld.org  
info@drugfreeworld.org  
+1-818-952-5260

社團法人台灣無毒世界協會

地址：高雄市前鎮區光華二路48號2樓

電話：(07) 722-6222

傳真：(07) 722-0022

電子信箱：info@drugfreeworld.org.tw

notodrugs.org.tw

Facebook:drugfree.tw

社團法人台灣無毒世界協會 - 臉書專頁

