

藥物濫用防制宣導

■防制藥物濫用·守護健康人生

藥物濫用指的是在非醫療需要下，過量、頻繁或不當使用具有成癮性或精神作用的藥物。

這些藥物可能來自處方藥、非處方藥，或非法取得之物質。

常見被濫用的藥物包括：

- 鎮定劑、安眠藥
- 止痛藥 (如含鴉片類成分)
- 興奮劑 (如安非他命)
- 各類非法毒品 (如 K 他命、大麻、搖頭丸等)

■濫用藥物會造成哪些危害？

- 身心健康嚴重損害 (如：腦部損傷、幻覺、情緒不穩)
- 增加意外事故與暴力風險
- 家庭破裂、人際關係惡化
- 導致學業、工作表現下降甚至中斷
- 可能觸犯法律，留下終身不良紀錄

■如何預防藥物濫用？

1. **培養正確用藥觀念** 藥物需依照醫師指示服用，切勿自行加量或延長使用。
2. **提高辨識力** 謹慎面對來路不明的藥品、飲料、糖果或電子菸，特別是在校園或社交場合中。
3. **建立支持系統** 家庭與學校應共同營造開放溝通環境，協助青少年建立健康價值觀。
4. **學會拒絕誘惑** 面對壓力與誘惑時，勇敢說「不」，尋求正向紓壓管道與協助。

■尋求協助！

若您或親友正面臨藥物濫用困擾，請盡早尋求專業協助：

▶ 全國毒品危害防制諮詢專線：[0800-770-885](tel:0800-770-885) (請請您，幫幫我)

▶ 心理諮詢與社福機構協助：各縣市社會局皆設有防制窗口

資料來源：佛教正德醫院、教育部、衛生福利部國民健康署



菸害防制

菸害防制法修法業經 112 年 2 月 15 日總統令修正公布，並經行政院發布自 112 年 3 月 22 日起施行，七大重點如下：

1. **全面禁止電子煙之類菸品**，包括製造、輸入、販賣、供應、展示、廣告及使用。
2. **嚴格管制符合菸品定義之新型態菸草產品** (如加熱菸)，增訂健康風險評估審查機制，經審查通過，始得製造、輸入。另使用指定菸品時必要之組合元件，須併同送審，若經核定通過，管制事項包括：**禁止以自動販賣、電子購物等無法辨識消費者年齡之方式販賣；禁止特定之促銷或廣告行為；營業場所不得免費供應；任何人不得供應予未滿 20 歲之人。**
3. **禁止吸菸年齡提高至未滿 20 歲。**
4. 菸品容器警示圖文標示面積增加為 50%。
5. 禁止使用經中央主管機關公告禁用之添加物。
6. 擴大禁菸之室內外公共場所。
7. 加重罰責。

有抽菸習慣的民眾，戒菸可就近到全臺 22 縣市，近 3,500 家戒菸合約醫事機構 (醫院、診所及藥局) 提供戒菸服務，為減輕民眾經濟負擔，增加誘因鼓勵吸菸者戒菸，**自 111 年 5 月 15 日起不分對象皆免收戒菸輔助用藥部分負擔。**

戒菸服務機構名單可至衛生福利部國民健康署委託戒菸治療與管理網站查詢：

<https://ttc.hpa.gov.tw/Web/Agency.aspx>，或電話洽詢戒菸治療與管理窗口 (電話：[02-2351-0120](tel:02-2351-0120))。亦可利用免付費戒菸專線 [0800-636363](tel:0800-636363)，或使用 Line 通訊軟體 (ID：[@tsh0800636363](https://tsh0800636363)) 進行戒菸相關諮詢。

