

有得到真正的害處，他們就會認為他們的父母不知道自己在說什麼。最好是盡量冷靜地 (使用上述的事實) 向他們解釋，告訴他們大麻煙不是無害的。有些人認為告訴青少年有關毒品的事實會鼓勵他們吸毒，這種說法是不對的——事實上，現在青少年很容易可以買得到大麻，而且他們可能決定嘗試吸大麻。因此，他們需要有關這種毒品的正確資料，以免他們受害。

你可以看得出青少年們是否正在吸大麻？

雖然逃學、學業成績越來越差和情緒變化無常可能是吸大麻的跡象，但它們也是典型的青少年的問題，因此不要馬上下結論。如果你懷疑某年輕人正在吸大麻或找到他吸毒的證據，你可能想恫嚇他或懲罰他。但最好是保持冷靜和盡量查出他們吸毒的原因。青少年需要知道他們的父母愛他們和想幫助他們。他們之所以吸毒可能意味他們感到煩惱——但也可能意味他們只嘗試過吸毒一次和可能以後不再吸毒。如果你因為某年輕人吸毒而感到擔憂，不要猶豫，馬上向別人求助吧。由於這是很多父母所面對的問題，不應該因此而感到羞恥——而且及早獲得幫助可能會防止更嚴重的問題發生。欲知更多的資料，請與戒毒及戒酒多元文化教育中心 (Drug and Alcohol Multicultural Education Centre) 聯絡，電話：(02) 9699 3552，或與你當地的社區保健中心 (community health centre) 聯絡。

在這篇文章出版時，上述的電話號碼是對的，
但沒有不斷地更新。你可能需要查看電話簿上的電話號碼。

NSW Multicultural Health Communication Service
Website: <http://www.mhcs.health.nsw.gov.au>
Email: mhcs@sesiahs.health.nsw.gov.au
Tel: (02) 9816 0347

大麻的害處有多大？

How harmful is cannabis?

大麻的害處有多大？

How harmful is cannabis?

在十八歲以下的人中，雖然有大約半數試過吸大麻 (cannabis)，這並不一定意味所有青少年都會嘗試吸大麻——也不一定意味所有吸大麻的青少年都會有大麻所導致的問題。在青春期的的人喜歡嘗試新的事物，即使某年輕人嘗試服用任何使人上癮的物品 (包括煙酒)，也不一定意味他/ 她會繼續這樣做。嘗試吸大麻的年輕人有來自各種家庭和各種文化背景的——有些人認為有問題的青少年或來自某類家庭的青少年才會吸大麻，其實這種說法並不對。現在很多青少年視吸大麻為“正常”的事。在澳洲，大約三分之一的成人試過吸大麻。

為什麼青少年吸大麻？

很多成人是為了一原因而服用他們所喜歡的使人上癮的物品，酒——他們認為這樣做會帶給他們樂趣、給他們好的感覺和使他們鬆弛。作為父母和祖父母，我們有我們自己所憂慮的事，我們有時忘記了青春期可以是困難的時期。如果青少年有時感覺憤怒、感受壓力或抑鬱，這是正常的現象。因此，怪不得有些青少年服用一種容易得到的毒品，而且這種毒品至少使他們暫時感覺好一點。

大麻看來像什麼？

大麻煙 (marijuana 是乾的大麻植物) 看來像深綠色的乾花。通常是用細小的、能自動密封的塑膠袋出售。大麻麻醉劑 (hashish，是用該植物的乾花頭提製成的樹脂) 看來像細小黏性的棕色或黑色的球或塊。年輕人往往把大麻煙與煙草混合起來，把它們裝入一個細小的銅圓錐筒內和用一根水煙筒來吸。製作這些水煙筒的方法往往是在塑膠汽水瓶上開一個洞，並且把一

截花園的膠水管子穿插在其上。也有人把大麻煙與煙草混合起來，捲成香煙來抽。

大麻的害處有多大？

與很多其他使人上癮的物品 (包括煙酒) 相比，雖然大麻所導致的健康上的問題較少，大麻並不是無害的。現時人們所抽的大部份大麻比二十年前人們所抽的大麻濃烈得多。有些人認為吸大麻比抽煙草較為安全，其實雖然它沒有煙草那麼易使人上癮，很多人卻染上吸大麻的毒癮，並且發覺難以戒除。長期吸大量的大麻也會增加那人患肺部疾病的可能性。另一件使人擔心的事是每天吸大麻或者每週吸大麻數次可以影響那人的學習能力和他的記憶力。雖然這種影響可能是不甚明顯的，但可能會影響學業。然而，當那人停止吸大麻一段時期後，這種問題應該消失。大麻會導致精神病嗎？大多數專家相信不會——但如果那人有易患精神病的傾向，則大麻可能會引發問題。對於某些人，經常吸大麻也會使他們焦慮和困惑。有些年輕人除了吸大麻外，也吸另一種名為迷幻藥 (LSD) 或“trips”的非法毒品——這樣做是危險的，並且可能會導致某些人患精神病。

父母們應該告訴青少年有關大麻的什麼資料？

在未與青少年討論任何使人上癮的物品之前，父母們應該首先取得正確的資料。很多年輕人對非法毒品的認識比父母們為多——如果他們知道你所給他們的資料是不正確的，他們可能不會相信你告訴他們的其他事情。為了恫嚇青少年，使他們不吸毒，父母們往往會誇大吸毒的危險性和毒品帶給社會的問題，但這通常是無效的。如果青少年看到他們的朋友們吸大麻和沒