

珍爱生命，远离毒品

教学目标：认识常见的毒品，知道其危害，并能自觉预防。了解戒毒难的问题所在，了解毒品对人的影响不仅是生理而且是心理的。

教学重点：识常见毒品，了解危害，了解陷入毒品的心理因素。

教学难点：了解毒品的危害，并能自觉抵制。

教学时间：1 课时

教学过程：

一、毒品的定义

根据《中华人民共和国刑法》第 357 条规定，毒品是指鸦片、海洛因、甲基苯丙胺（冰毒）、吗啡、大麻、可卡因以及国家规定管制的其他能够使人形成瘾癖的麻醉药品和精神药品。《麻醉药品及精神药品品种目录》中列明了 121 种麻醉药品和 130 种精神药品。根据中国禁毒网权威发布，毒品分为传统毒品、合成毒品、新精神活性物质（新型毒品）。其中最常见的主要是麻醉药品类中的大麻类、鸦片类和可卡因类。

二、毒品常见种类

传统种类

1、鸦片又叫阿片，俗称大烟，是罂粟果实中流出的乳液经干燥凝结而成。因产地不同而呈黑色或褐色，味苦。生鸦片经过烧煮和发酵，可制成精制鸦片，吸食时有一种强烈的香甜气味。吸食者初吸时会感到头晕目眩、恶心或头痛，多次吸食就会上瘾。

2、吗啡（Morphine），是从鸦片中分离出来的一种生物碱，在鸦片中含量 10%左右，为无色或白色结晶粉末状，具有镇痛、催眠、止咳、止泻等作用，吸食后会产生欣快感，比鸦片容易成瘾。长期使用会引起精神失常、谵妄和幻想，过量使用会导致呼吸衰竭而死亡。历史上它曾被用做精神药品戒断鸦片，但由于其副作用过大，最终被定为毒品。

3、海洛因（Heroin），化学名称“二乙酰吗啡”，俗称白粉，它是由吗啡和醋酸酐反应而制成的，镇痛作用是吗啡的 4—8 倍，医学上曾广泛用于麻醉镇痛，但成瘾快，极难戒断。长期使用会破坏人的免疫功能，并导致心、肝、肾等主要脏器的损害。注射吸食还能传播艾滋病等疾病。历史上它曾被用做精神药品戒断吗啡，但由于其副作用过大，最终被定为毒品。海洛因被称为世界毒品之王，是我国目前监控、查禁的最重要的毒品之一。

4、大麻（Cannabis），桑科一年生草本植物，分为有毒大麻和无毒大麻。无毒大麻的茎、秆可制成纤维，籽可榨油。有毒大麻主要指矮小、多分枝的印度大麻。大麻类毒品主要包括大麻烟、大麻脂和大麻油，主要活性成分是四氢大麻酚。大麻对中枢神经系统有抑制、麻醉作用，吸食后产生欣快感，有时会出现幻觉和妄想，长期吸食会引起精神障碍、思维迟钝，并破坏人体的免疫系统。

5、杜冷丁，即盐酸哌替啶，是一种临床应用的合成镇痛药，为白色结晶性粉末，味微苦，无臭，其作用和机理与吗啡相似，但镇静、麻醉作用较小，仅相当于吗啡的 1/10—1/8。长期使用会产生依赖性，被列为严格管制的麻醉药品。

6、古柯，古柯是生长在美洲大陆、亚洲东南部及非洲等地的热带灌木，尤为南美洲的传统种植物。古柯树株高 1.5—3 米，生长周期为 30—40 年，每年可采摘古柯叶 3—4 次。古柯叶是提取古柯类毒品的重要物质，曾为古印第安人习惯性咀嚼，并被用于治疗某些慢性病，但很快其毒害作用就得到科学证实。从古柯叶中可分离出一种最主要的生物碱——可卡因。

7、可卡因（Cocaine），可卡因是从古柯叶中提取的一种白色晶状的生物碱，是强效的中枢神经兴奋剂和局部麻醉剂。能阻断人体神经传导，产生局部麻醉作用，并可通过加强人体内化学物质的活性刺激大脑皮层，兴奋中枢神经，表现出情绪高涨、好动、健谈，有时还有攻击倾向，具有很强的成瘾性。

此外，传统毒品还有可待因、那可汀、盐酸二氢埃托啡等。 [3]

新型种类

1、冰毒（methamphetamine）即“甲基苯丙胺”，外观为纯白结晶体，故被称为“冰”（Ice）。对人体中枢神经系统具有极强的刺激作用，且毒性强烈。冰毒的精神依赖性很强，吸食后会产生强烈的生理兴奋，大量消耗人的体力和降低免疫功能，严重损害心脏、大脑组织甚至导致死亡。还会造成精神障碍，表现出妄想、好斗、错觉，从而引发暴力行为。

2、摇头丸（MDMA）是冰毒的衍生物，以 MDMA 等苯丙胺类兴奋剂为主要成分，具有兴奋和致幻双重作用，滥用后可出现长时间随音乐剧烈摆动头部的现象，故称为摇头丸。外观多呈片剂，五颜六色。服用后会产生中枢神经强烈兴奋，出现摇头和妄动，在幻觉作用下常常引发集体淫乱、自残与攻击行为，并可诱发精神分裂症及急性心脑血管疾病，精神依赖性强。

3、K 粉（ketamine）即“氯胺酮”，静脉全麻药，有时也可用作兽用麻醉药。白色结晶粉末，无臭，易溶于水，通常在娱乐场所滥用。服用后遇快节奏音乐便会强烈扭动，会导致神经中毒反应、精神分裂症状，出现幻听、幻觉、幻视等，对记忆和思维能力造成严重的损害。此外，易让人产生性冲动，所以又称为“迷奸粉”或“强奸粉”。

4、咖啡因是化学合成或从茶叶、咖啡果中提炼出来的一种生物碱。大剂量长期使用会对人体造成损害，引起惊厥、心律失常，并可加重或诱发消化性肠道溃疡，甚至导致吸食者下一代智能低下、肢体畸形，同时具有成瘾性，停用会出现戒断症状。

5、三唑仑又名海乐神、酣乐欣、淡蓝色片，是一种强烈的麻醉药品，口服后可以迅速使人昏迷晕倒，故俗称迷药、蒙汗药、迷魂药。可以伴随酒精类共同服用，也可溶于水及各种饮料中。见效迅速，药效比普通安定强 45—100 倍。

6、-羟基丁酸，2005 年中国就将其列入二类精神药物予以管制，并于 2007 年变更为一类。滥用“-羟基丁酸”会造成暂时性记忆丧失、恶心、呕吐、头痛、

反射作用丧失，甚至很快失去意识、昏迷及死亡，与酒精并用更会加剧其危险性。

此外，新型毒品还有安纳咖、氟硝安定、麦角乙二胺（LSD）、安眠酮、丁丙诺啡、地西洋及有机溶剂和鼻吸剂等。

想一想：毒品有哪些危害？

三、毒品的危害

1、危害身心

（1）身体依赖性，由于反复用药所造成的一种强烈的依赖性。

毒品作用于人体，使人体体能产生适应性改变，形成在药物作用下的新的平衡状态。一旦停掉药物，生理功能就会发生紊乱，出现一系列严重反应，称为戒断反应，使人感到非常痛苦。用药者为了避免戒断反应，就必须定时用药，并且不断加大剂量，使吸毒者终日离不开毒品。

（2）精神依赖性

毒品进入人体后作用于人的神经系统，使吸毒者出现一种渴求用药的强烈欲望，驱使吸毒者不顾一切地寻求和使用毒品。一旦出现精神依赖后，即使经过脱毒治疗，在急性期戒断反应基本控制后，要完全康复原有生理机能往往需要数月甚至数年的时间。更严重的是，对毒品的依赖性难以消除。这是许多吸毒者在一而在、再而三复吸毒的原因，也是世界医、药学界尚待解决的课题。

（3）毒品危害人体的机理

中国流行最广、危害最严重的毒品是海洛因，海洛因属于阿片类药物。在正常人的脑内和体内一些器官，存在着内源性阿片肽和阿片受体。在正常情况下，内源性阿片肽作用于阿片受体，调节着人的情绪和行为。人在吸食海洛因后，抑制了内源性阿片肽的生成，逐渐形成在海洛因作用下的平衡状态，一旦停用就会出现不安、焦虑、忽冷忽热、起鸡皮疙瘩、流泪、流涕、出汗、恶心、呕吐、腹痛、腹泻等。这种戒断反应的痛苦，反过来又促使吸毒者为避免这种痛苦而千方百计地维持吸毒状态。冰毒和摇头丸在药理作用上属中枢兴奋药，毁坏人的神经中枢。

（4）影响寿命

据国外有关部门统计，吸毒者多数短命，一般寿命不超过四十岁。

（5）助长传染病

吸毒不仅损害本人健康，还会造成乙型肝炎、丙型肝炎、性病的传播等公共卫生问题，其中最严重的是艾滋病的感染和传播。原因是静脉注射毒品者共用不洁注射器造成艾滋病感染率极高，特别是吸毒妇女，更是传播和感染艾滋病的高危人群，这是由于吸毒者本身可以造成艾滋病病毒的感染，此外，吸毒妇女为了获得购买毒品的金钱，不得不沦为卖淫女，而成为各种性病和感染传播的高危人群和重要感染源。

2、危害家庭

吸毒导致大量的家庭悲剧，一旦家庭中出现一个吸毒者，就意味着贫困和矛盾围绕着这个家庭，最后的结局往往是倾家荡产，妻离子散，家破人亡。首先，吸毒耗费大量钱财，到了一定程度必然要靠变卖家中财产换取毒品，致使家徒四壁。一些丧尽天良者甚至卖儿卖女，逼妻卖淫；其次，吸毒会导致婚姻死亡，家庭破裂。因为一个人一旦染上毒瘾，就会失去义务或责任观念，做丈夫的不能尽丈夫的职责，做妻子的不能尽妻子的义务，最终必然导致离婚。再次，吸毒危及下一代。怀孕妇女吸毒将严重影响胎儿的正常发育，有的致使新生儿先天畸形或染上毒瘾。

3、危害社会

(1) 对家庭的危害：家庭中一旦出现了吸毒者，家便不成其为家了。吸毒者在自我毁灭的同时，也破害自己的家庭，使家庭陷入经济破产、亲属离散、甚至家破人亡的困难境地。

(2) 对社会生产力的巨大破坏：吸毒首先导致身体疾病，影响生产，其次是造成社会财富的巨大损失和浪费，同时毒品活动还造成环境恶化，缩小了人类的生存空间。

(3) 毒品活动扰乱社会治安：毒品活动加剧诱发了各种违法犯罪活动，扰乱了社会治安，给社会安定带来巨大威胁。无论用什么方式吸毒，对人体的身体都会造成极大的损害。

由于毒品走私和贩卖有着惊人的利润，黑市海洛因毒品的价格比同重量的黄金价还要高得多。一个吸毒者每天要消耗 0.5 克毒品，这样每月的费用最低要在 12000 元以上，这是普通人所不能承受的。为了维持毒品的消费，出路就只有去贩毒或者通过从事盗窃、抢劫、卖淫等手段来获得购买毒品的费用。其次，吸毒之后，吸毒者的正常人性的束缚和对法律规范的敬畏消失了，他们觉得精力充沛，热血沸腾，或是在一块鬼混，或是出现精神失常，会去打架、抢劫。再有，由于毒品的贩卖都是成帮结伙的，吸毒者也只有加入他们圈中才能源源不断地获得毒品。这就导致犯罪团伙、黑社会的形成。这种由毒品粘合在一起的黑社会必然是刑事犯罪集团。美国、意大利的黑手党，无不参与贩毒。由于贩毒、吸毒人数的增加，这种黑社会也随之扩大，这是对社会威胁最大的一种刑事犯罪。

四、吸毒上瘾的原因

1、生理因素

人脑中本来就有一种类吗啡肽物质、维持着人体的正常生理活动。吸毒者吸了海洛因、外来的类吗啡肽物质进入人体后，减少并抑制了自身吗啡肽的分泌，最后达到靠外界的类吗啡肽物质来维持人体的生理活动，自身的类吗啡肽物质完全停止分泌。那么，一旦外界也停止了供应吗啡肽物质，则人的生理活动就出现了紊乱，出现医学上说的“反跳”或“戒断症状”，此时，只有再供给吗啡物质，才可能解除这些戒断症状，这就是所谓的“上瘾”。

2、社会因素

包括社会环境能否获得毒品，社会动荡不安对人的影响，社会文化背景决定哪些人易成为毒品的俘虏，社会法律对毒品的态度等等。

3、心理因素

研究结果倾向于认为在不同性格的人当中易冲动，对社会常规模式具有反抗性，以及对挫折忍受差者这三类人，有着相对较高的危险度，即具有较高的滥用药物成瘾的易感性。海洛因毒品具有舒适和欣快感的药理学特征。吸食海洛因毒品初始有一种强烈的欣快感，实践表明，多数成瘾者第一次吸毒后就有浑身困乏、非常难受的感觉，而渴望第二次吸毒，从而导致成瘾。因人已适应了药物，从而产生了生理和心理的依赖。因此说吸三次海洛因就会上瘾是有大量例证的，那些认为偶尔吸一下海洛因无所谓 的看法是非常错误的，也是非常危险的。

总之，毒品成瘾问题，往往是心理因素与社会因素、生物因素与环境因素相互作用的结果。

五、毒品现状

日趋严重的毒品问题已成为全球性的灾难。毒品的泛滥直接危害人民的身心健康，并给经济发展和社会进步带来巨大的威胁。据联合国的统计表明，全世界每年毒品交易额达 5000 亿美元以上，毒品蔓延的范围已扩展到五大洲的 200 多个国家和地区，而且全世界吸食各种毒品的人数已高达 2 亿多，其中 17~35 周岁的青壮年占 78%。

六、中职学生如何防止吸毒

(1) 接受毒品基本知识和禁毒法律法规教育，了解毒品的危害，懂得“吸毒一口，掉入虎口”的道理；

(2) 树立正确的人生观，不盲目追求享受，寻求刺激，赶时髦；

(3) 不听信毒品能治病，毒品能解脱烦恼和痛苦，毒品能给人带来快乐等各种花言巧语；

(4) 不结交有吸毒、贩毒行为的人。如发现亲朋好友中有吸、贩毒行为的人，一定要劝阻，二要远离，三要报告公安机关；

(5) 不进歌舞厅，决不吸食摇头丸、K 粉等兴奋剂；

(6) 即使自己在不知情的情况下，被引诱、欺骗吸毒一次，也要珍惜自己的生命，不再吸第二次，更不要吸第三次。

七、关于毒品的宣传语

1. 珍惜生命、远离毒品；
2. 吸毒害人害己害社会；
3. 一日吸毒、一生戒毒、终生想毒；
4. 敲开了毒品的门，挖好了自己的坟；
5. 吸毒一口，掉入虎口。

八、关于中职学生可以开展的活动

1、参观一次禁毒展览

全校师生利用课余时间在学校参观禁毒图片展。

2、观看关于禁毒的电影

学校利用晚自习组织观看《致青春》、《与死神共舞》、《毒战》等宣传教育警示片。

3、上好一堂毒品预防教育课

开发并上好具有本地特色的禁毒音乐、禁毒新媒体平台展示、模拟法庭等课程。邀请禁毒办领导到校上毒品预防教育课。

4、举行一次禁毒主题班会

每班每学期至少召开一次禁毒宣传教育主题班会

5、撰写一篇禁毒心得

学生积极撰写参观禁毒展、观看禁毒影片的心得体会。

课后小结

毒品带给人类的只会是毁灭。旧中国，我们曾受鸦片的泛滥，而被称为“东亚病夫”，使民穷财尽、国势险危。吸毒于国、于民、于己有百害而无一利！毒品摧毁的不但是人的肉体，也是人的意志。我希望人们要积极宣传毒品的危害，自觉地与吸毒、贩毒等不法行为作斗争，珍爱生命，终身远离毒品、拒绝毒品！

“远离毒品，关爱未来”，对每一个人而言，这决不仅仅是一句简单的口号。无论是出于主观还是客观，有些路，永远不能走；有的错，永远都不能犯

黄石市体育运动学校

郭易琅

2951880781@qq.com