



# 愛他

## 請陪他遠離毒害

面對事實與良好的親子互動，是協助孩子遠離毒害的最佳策略

當父母發現孩子疑似使用或誤用毒品時，常會產生驚訝、憤怒、指責、懊悔、焦慮、失望、不知所措…等複雜情緒。請正視自己的情緒反應，讓自己穩定情緒、接受現實並和孩子一同面對，是協助孩子遠離毒害的首要動作。

### 如何辨識子女是否接觸了毒品，您可留意其身體或房間異常徵兆：



#### 身體出現異常表徵

- ❗ 作息異常改變、常昏睡、很難叫醒
- ❗ 眼神渙散、精神恍惚、目光呆滯
- ❗ 未感冒但經常流鼻水、吸鼻水
- ❗ 體重異常變輕
- ❗ 不明原因的下腹疼痛



#### 房間出現異常現象

- ❗ 桌上、房間發現異常粉末或不明藥丸
- ❗ 出現電線走火般燒塑膠的氣味
- ❗ 裝有不明粉末的小夾鍊袋、錫箔紙、吸食器（改裝的鋁箔包、玻璃球、橡膠管）



### 孩子若疑似使用或誤用了毒品，父母該怎麼做？

- ♥ 穩定自我情緒，避免過度自責與指責
- ♥ 協助孩子接受專業醫療戒治，規律生活作息
- ♥ 瞭解毒品來源與孩子交友情形
- ♥ 與學校春暉小組老師一起輔導及關懷
- ♥ 尋求專業諮商改善親子互動模式

#### 溫馨小叮嚀

吸毒除了會導致身體疾病，也會影響生活、學習及工作，一旦成癮就極難戒除，整個家庭都會受到影響，若突然停藥或減少藥劑劑量後，可能會產生焦慮、不安、憂鬱、精神不濟等身體不適的戒斷症狀，孩子可能又會想要使用毒品來暫時減緩不適情形，常會讓家人感到無助、絕望與挫折。然而，藥癮是一個身體、心理與環境失衡的疾病，需要家人持續關懷與陪伴，協助孩子渡過難關，建議您可撥打戒成專線 0800770885，尋求協助。

以上內容由臺北市立聯合醫院松德院區  
臨床心理師 李昭慧女士 提供



教育部 關心您



紫錐花運動



廣告