

濫用藥物——物質濫用的陷阱

◎辛同邁

或許，在你的生活圈子裏，有這樣的一位“好好先生”，他善待家人朋友，他敬業樂業，即使週末在家也經常埋首工作。在認識他的人眼中，他是一個好同事和好朋友，孰不知他其實是一個物質濫用者 (substance abuser)，正逐步被巨大的癮頭吞噬。

誰會因物質引發疾患？

物質引發疾患 (substance-induced disorders) 相當普遍。大部分物質濫用者都是不為人知的，例如女性傾向暗地裏喝酒，不會在公共場合失態，故此統計數據中男性的比重較高。物質引發疾患對社會上各階層都有影響。女性濫用處方藥物的情況通常比較嚴重，18至29歲青年濫用酒精的個案較其他年齡組別為多，長者濫用物質的個案似乎最少。與一般人的想法不同，典型的物質濫用者通常與常人無異，因為他們也工作、養家，甚至上教會，表面上過着正常的生活。

疾患種類

有兩種情況可歸類為物質引發疾患：一種是濫用，另一種是成癮。**物質濫用** (substance abuse) 是指使用某種物質作為應付壓力的機制，卻因為過度使用而出現問題。濫用可能導致成癮，卻不一定成癮。**物質成癮** (substance addiction) 是指必須依賴該種物質才能正常活動，以致影響到個人生活、家庭、朋友的關係。成癮問題有極強的心理

和生理元素，成癮過程包括四個階段：(1) 試用；(2) 在社交或娛樂的時候大量使用；(3) 學會使用該物質達到改變情緒的效果；(4) 明顯的成癮階段，在生理及心理上依賴有關物質，到達不顧後果的地步。在這個最後階段，成癮者通常需要深切的介入才能回復節制。

疾患成因

歸根究底，物質引發疾患的人最初只是希望逃避或減輕苦痛。藥物或酒精讓人渾然忘我，給人不真實的“興奮狀態”，故能減輕苦痛，但這只是暫時的。患者因為適應力欠佳、逃避責任、壓力及各種情緒病而持續酗酒、濫藥。成癮物質是物質成癮者崇拜的偶像，是他為之而活、賴以為生的神。物質濫用者面對成癮問題，一般都會徘徊於否定、憤怒、罪疚、沮喪及恐懼之間。他們遭受質疑或批評通常會表現得不耐煩或憤怒，有些則嘗試減少用量，自行解決成癮問題。無論如何，這些行為均反映成癮者不願尋求他們真正需要的幫助。

康復資源

物質引發的疾患很多都牽涉家庭問題，因此治療必須涵蓋個人和家庭。患者必須學會瞭解自己的需要，以健康的方式向家人表達感受。即使物質濫用者拒絕求助，家人也應該求助，從而學會怎樣與他們相處並協助他們處理成癮問題。聖經處理苦痛和生活難題有不同的方法。聖經鼓勵人忍耐和堅持，好讓上帝在他們的生命裏工作：“你們落在百般試煉中，都要以為大喜樂；因為知道你們的信心經過試驗，就生忍耐。”能忍受試煉的人，必得着生命的冠冕。上帝答應幫助我們處理任何問題；我們若只着眼於迴避痛苦，便會把焦點集中在自己身上，學不懂上帝要我們學的功課。從物質濫用得康復是一個自我更新的過程，我們要做出抉擇，就是到底要利用物質來逃避痛苦，還是要支取心靈的資源，心意更新，踏上康復之路？



瞭解多些些……

八個讓人掉入濫藥陷阱的謊言

- 人生苦短，一試無妨
- 我能夠控制藥物，藥物不能控制我
- 這種藥物最能醫治我身體的隱疾
- 朋友吃完沒事，我也可以一試
- 不那樣做會失去朋友、受人排擠
- 我要暫時脫離現實，藥物可帶我到另一個境界
- 我可藉此吸引別人注意自己
- 別的東西不能給我那種快感和官能上的滿足，我不再覺得低落和焦慮

下週主題預告：
死亡，可以充滿盼望？



《聖經·生命成長版》

《心理@心靈》專欄錄自《聖經·生命成長版》，這本書是心理輔導與聖經的有效結合，它將你我都對的116個普遍而關鍵的人生課題從聖經中勾畫出來，由資深心理輔導專家、心理醫生及牧師闡述渡過難關的方法，幫助讀者在困境中尋得出路和希望。

出版社：漢語聖經協會 各大基督教書室均有售



漢語聖經協會
CHINESE BIBLE INTERNATIONAL LTD

《聖經·生命成長版》

凡於3月14日至3月30日期間向本會選購《聖經·生命成長版》，均可享有優惠及免費速遞送貨*！詳情請致電市場部3123-6995或瀏覽本會網站

* 免費速遞送貨只限於部分地區



感謝熱心朋友支持本版刊登經費，若您也認同這項工作，歡迎您支持我們的編輯、排版及設計經費。

下載奉獻表格 www.chinesebible.org.hk 查詢電話 3123-6906

電郵 info@chinesebible.org.hk 網頁 www.chinesebible.org.hk Facebook www.facebook.com/chinesebible