

了解...

海洛因 (Heroin)

Learn about...

Heroin

什么是海洛因 (heroin) ?

海洛因是吗啡 (morphine) 经过化学加工后的产物, 而吗啡则是从罂粟属 (*Papaver somiferum*) 植物罂粟 (opium poppy) 衍生而来的一种毒品。这种植物的种植已经有几千年的历史, 始于欧洲和亚洲的古代文明时期。如今, 阿富汗是世界上最大的罂粟生产国。

19世纪晚期, 海洛因作为一种强效止痛药和止咳药被引入西方国家。当医生和其他专业人士意识到海洛因可能会导致依赖性 (dependence, 即上瘾) 时, 它的医疗用途就此终止。

纯度最高的海洛因是一种有苦味的白色细微粉末。在街头巷尾所售卖的海洛因经常被混合或“掺入” (“cut”) 其它致瘾物, 以增加其重量和效果。这些海洛因通常是褐色并且呈块状, 有时候看上去像是暗色、有粘性的胶状物。

同其它镇静剂一样, 海洛因令人的大脑和中枢神经系统的活动减缓, 还产生一种极度欢畅和放松的感觉。

海洛因如何发挥作用?

海洛因可以通过鼻吸 (置于鼻孔中吸入, snorted) 或像吸烟一样使用, 也可以在水中溶解后注射。海洛因进入身体后通过血液流到大脑。

在人的脑部, 海洛因模拟脑内啡的作用 (脑内啡 - endorphin, 又称安多芬或内啡肽, 是一种人体在受伤或震惊时自然分泌的镇痛化学物质)。当海洛因粘合到留给脑内啡的神经细胞受体 (nerve cell receptors) 后, 镇痛效果即被放大。结果产生一种持续数分钟的强烈快感, 紧接着是一种温暖的感受和满足的感觉, 可以持续1个小时或更久。整个快感可能会持续多达5小时。

因为海洛因影响与肌动活动 (motor activity) 有关的神经细胞, 使用者通常感到手脚沉重。



.....
“19世纪晚期, 海洛因作为一种强效止痛药和止咳药被引入西方国家。”

人们为什么使用海洛因？

有些人之所以尝试海洛因，是因为他们说它产生一种强烈的异常快感和安宁。其他人只是想去尝试一种新毒品，而另一些人之所以敢于使用这种比酒精或大麻更危险的毒品，为的是让他们的朋友对其感到钦佩。

有些人在疯狂使用可卡因或另一种致瘾物之后，当清醒过来或“虚脱崩溃”（“crashing”）之后，将海洛因当作一种止痛药来使用。

一个人重复使用海洛因可能透露出这么一个信息：使用者生活中发生了难以应付的

问题。对很多使用者来说，海洛因让他们可以暂时从压力、身体疼痛或情感伤痛中解脱出来。但是，如果一个人出于情感原因而使用海洛因，他反而增加了对这种毒品的依赖性（即染上毒瘾，dependent on the drug）。

有些经常使用海洛因的人可以将依赖性（即上瘾，dependence）保持稳定。而其他人则很难控制自己对这种毒品的心瘾（cravings）。由于海洛因的戒瘾症状发作起来既强烈又难受，所以，很多人即便心里不想再用，也还是难以克制而重蹈覆辙。

使用海洛因有哪些危险？ 对健康有什么影响？

各种使用海洛因的方式都有危险，因为这种毒品未受管制且于街头贩卖。使用者可能无法确定自己实际上买的是些什么。有时候毒贩在这种毒品中掺入其他物质，以延长储存期限。其中一些添加物则可能有毒。

刚开始使用海洛因的人有时感到恶心、呕吐。他们可能还会开始出现肌肉抽动（twitching）。

使用大量海洛因、或者数量少但是浓度较高的海洛因都会让人感到极度昏昏欲睡（extreme drowsiness），还让使用者有陷入昏迷（comatose）或出现呼吸衰竭的危险，因而可能导致咳嗽及排气反射（expulsion reflex）功能停止，令他们因吸入自己的呕吐物而窒息。

长期频繁使用海洛因会导致便秘以及心、肺和肝脏方面的问题。无论男女都会出现性欲降低情况，女性可能会出现月经不调和不育，而食欲下降则导致饮食失去均衡，营养不良。

关于卑诗省海洛因使用情况简介

- 2004 年，据称有不到 2% 的卑诗省居民在一生中曾使用过海洛因。
- 而 18 至 19 岁的年轻人使用违法毒品的比率高于其它任何年龄组。
- 海洛因使用者中，不同教育程度与收入水平的人都有。
- 很多使用海洛因的人都能够控制自己的用量，并维持一个负责任且能让人接受的公共形象。
- 2005 年，有 208 宗死亡案例和 4,817 宗疾病案例起因于使用包括海洛因在内的非法毒品。

由于在街头非法购买海洛因的费用很高，很多长期大量使用海洛因的人都负债累累。有些人为了买毒品的钱铤而走险；为了买毒品的钱欺骗和利用家人；为了买毒品的钱而去卖淫；为了买毒品的钱或从事犯罪活动。他们往往很难保住工作，也很难去维持一种健康平衡的生活。不过，那些能够安全地定期购买海洛因的人在营养、工作和人际关系等方面的问题则相对较少。

什么情况下使用海洛因会有问题？

当一个人因为使用海洛因而给自己或他人的生活带来负面影响时，他们对这种毒品的使用就成问题了。

如果发生以下情况，使用海洛因也非常危险：

- **与致瘾物混合：**使用海洛因时饮酒或使用其它镇静剂会导致服用过量（overdose）。将海洛因与可卡因或其它兴奋剂混合使用还可能会致命。
- **使用针管：**注射海洛因会增加使用者感染和过量使用的风险，与人合用针管也增加使用者患上诸如丙型肝炎（hepatitis C）或艾滋病（HIV）等血源性传播疾病（blood-borne disease）的风险。
- **怀孕和母乳喂养：**海洛因会导致妊娠期并发症（complications），这是因为对海洛因和其它鸦片类毒品（opioids）上瘾的女性往往缺乏适当的营养、休息和产科护理。使用海洛因会增加流产、分娩出死胎和早产的风险。如果孕妇对海洛因上瘾，婴儿出生时的体重很可能会较轻，还可能会有其他健康问题。婴儿出

生时可能亦会对海洛因上瘾（heroin dependence），并可能出现戒瘾症（withdrawal）。海洛因还会通过母乳进入婴儿的身体系统。

经常地连续使用海洛因会导致生理和心理上的倚赖性（即上瘾，dependence）。对海洛因有生理依赖性的人一旦停止使用此毒品，数小时后就会出现戒瘾症状，包括：

- 出热汗、冒冷汗
- 胃痉挛（stomach cramp）
- 肌肉痉挛（muscular spasm）
- 腹泻（diarrhea）
- 脾气暴躁
- 焦虑

所谓服用过量（overdose），可能是因为不经常使用海洛因的人一次的使用量过多。长期使用者也可能会因一次意外的强剂量而服用过量。如果一个人停了几天不用之后又开始使用这种毒品，有时候也会发生这种情况。如果一个对这种毒品有很强耐受性（high tolerance）的瘾君子停止使用海洛因，会丧失这种耐受性。如果此人试图重新使用停用之前的同样剂量，就可能会出现过量的情况，因为他们的身体已无法适应。

海洛因合法吗？

在加拿大，购买、出售和使用海洛因都属非法行为。

如果你或你认识的人正在被海洛因问题所困扰，应该怎么办？

想要了解卑诗省内有关治疗方法和相关资源方面的信息，请拨打省内免费长途电话：1-800-663-1441，向**酒精和致瘾物信息及转介服务中心 (Alcohol and Drug Information and Referral Service)** 查询，大温哥华地区则请致电：604-660-9382。

想要了解如何帮助自己解决致瘾物使用问题的方法等信息，请浏览“为你解困——精神健康信息网”（Here to Help 网站：www.heretohelp.bc.ca）上的“提示 (Tips)” 栏目。该网站还详细介绍了有关致瘾物和精神健康病症方面的信息。

你还可以在卑诗省瘾癖研究中心 (Centre for Addictions Research of BC) 的网站 (www.carbc.ca) 上找到关于各种有关致瘾物使用问题的信息。



**BC Partners for
Mental Health and
Addictions Information**

“卑诗省合作伙伴” (BC Partners) 是由多家非营利机构组成的一个团体，这些非营利机构互相合作，通过提供高质量的资料，帮助个人和家庭处理精神健康和致瘾物带来的问题。该团体的成员包括卑诗省焦虑症协会 (Anxiety Disorders Association of BC)、卑诗省精神分裂症协会 (BC Schizophrenia Society)、加拿大心理卫生协会卑诗省分会 (Canadian Mental Health Association's BC Division)、卑诗省瘾癖研究中心 (Centre for Addictions Research of BC)、霍斯儿童精神健康协会 (F.O.R.C.E. Society for Kids' Mental Health)、耶西希望协会 (Jessie's Hope Society)，和卑诗省情绪病协会 (Mood Disorders Association of BC)。“卑诗省合作伙伴” (BC Partners) 由卑诗省卫生服务局 (Provincial Health Services Authority) 下属的卑诗省精神健康及瘾癖服务 (BC Mental Health and Addictions Services) 提供资助。

卑诗省瘾癖研究中心 (Centre for Addictions Research of BC) 编制