

如何防止青少年濫用藥物

6A 盧詩珏

根據禁毒處統計資料，今年頭六個月，廿一歲以下青少年濫用藥物人數，便佔整體的一半，由此可見，青少年濫藥情況極為嚴重。究竟如何才能有效遏止這股歪風蔓延呢？

常言道：「預防勝於治療」，家庭是禁絕青少年走上歧路的第一道防線。不少青少年濫藥，是因為現實生活不如意，想藉著藥物求得一時之快。青少年思想稚嫩，遇到問題易生困惑，面對子女情緒低落，父母只要用心聆聽，多加關懷及指導，問題自可迎刃而解。另外，家長亦應以身作則，戒除一切不良嗜好，所謂「上樑不正下樑歪」，如果父母自己也其身不正，又怎能為子女樹立良好榜樣呢？一個溫暖的、健康的家庭，絕對有助青少年遠離藥物的侵害。

另一個關鍵是教育，這方面學校和政府也責無旁貸。青少年抱著好奇心，誤以為一次半次濫藥不足以上癮，結果從此一蹶不振而沉淪藥海的例子比比皆是。透過講座、廣告、展覽之類的宣傳，讓他們知道濫藥所引發的嚴重後果，例如學業成績驟降、人際關係決裂、精神萎靡不振、身體機能衰退……等，自然令他們對藥物望而卻步。其實絕大部分青少年首次用藥都只是出於一時衝動，因此，只要平日多作指引，讓他們在鑄成大錯之前有機會停下來想一想，情況就會截然不同。

在社會方面，青少年普遍重視物質享受，心靈反而空虛失落，有些更因而尋求藥物寄託，實在令人惋惜。青少年活躍跳脫，政府應多為他們提供文娛康樂活動，讓他們把精力投放在有益身心的地方，既可豐盛人生，又可避免胡思亂想。同時，政府亦可考慮修訂法例，透過加強管制藥物銷售，提高對違規商人及濫藥者的罰則，好收阻嚇警惕之效。

然而，最重要的，莫過於青少年自己要潔身自愛，強化自制能力，抵抗誘惑。此外，青少年要懂得自我調解負面情緒，遇上煩惱，有父母在、有師長在、有社工在、有朋友在，何不向他們傾訴，尋求協助，而把自己封閉在幽暗角落，讓歪念有機可乘呢？

最後，我深切盼望濫藥問題早日在我們社會絕跡，使所有青少年都得以在健康愉快的人生中大展所長，盡顯光芒。

教師回饋：文章反映作者的觀察力、分析力、組織力及表達力均佳；諺語、俗語、成語的引用亦見出色。（黃桂秋老師）

賞析與思考：作者認為「青少年普遍重視物質享受，心靈反而空虛失落」，你看法怎樣？