

愛する自分を大切に
Yes To Life, No To Drugs.

ダメ。ゼッタイ。



茨城県薬物乱用防止指導員協議会
茨城県/茨城県薬物乱用対策推進本部
(公財)麻薬・覚せい剤乱用防止センター



茨城県

やく ぶつ らん よう

薬物乱用とは？

薬物乱用とは、社会のルールからはずれた方法や目的で、薬物を使うことです。覚醒剤などの違法薬物は、**たとえ一回だけの使用でも乱用**になり、同時に**犯罪**です。また、医薬品でも、病気や傷の治療等の正しい目的以外に使えば乱用です。

乱用される危険のある薬物

Yes to life, No to drugs.



× 覚醒剤

幻覚や妄想が現れて、大量に摂取すると死に至る。また使用を止めても再燃（フラッシュバック）する。



× 大麻

感覚が異常になり、幻覚や妄想が現れ、精神錯乱を引き起こす。



× 危険ドラッグ

吐き気、頭痛、精神への悪影響や意識障害が起きるおそれがある。



× MDMA

強い精神毒性があり、視覚・聴覚を変化させ、様々な障害を引き起こす。



× シンナー

情緒不安定、無気力となり、幻覚や妄想が現れて、大量に摂取すると呼吸困難となり、死に至る。



× コカイン

被害妄想が強烈に現れて、大量に摂取するとけいれんを起こしたり、死に至る。



× あへん・ヘロイン

おう吐やけいれんなどの激しい禁断症状におそれ、大量に摂取すると呼吸困難となり、死に至る。



× LSD

幻覚が現れ、空間が歪んだような感覚におそれ、精神錯乱を引き起こす。

市販薬のオーバードーズ（過剰摂取）

薬局やドラッグストアで購入できる風邪薬などでも、用法や用量を守らずに大量に飲むことは薬物乱用です。健康被害を引き起こしたり、依存症になり、自力ではやめられなくなることがあります。悩みがある方は、一人で抱え込まず相談しましょう。LINE やメールでも相談できます。



(相談窓口)



ストップ大麻！

身体や精神に悪影響があり、不正栽培・所持・提供は犯罪です！

大麻は「他の薬物やたばこより安全」などとして乱用されています。

しかし、大麻を使用すると、めまいやおう吐、錯乱や極度の不安・恐怖、衝動行動をおこしたり、長期に使用すると、集中力・記憶力・認識能力の減退や人格障害、精子異常（男性）、月経異常、胎児への影響（女性）などをおこす恐れがあります。

「他国では認められているから」「他の人に見つからなければ」と、大麻を栽培したり、所持する人がいますが、大麻を不正栽培・所持・譲り受け又は譲り渡す行為は、大麻取締法で禁止されています。



危険ドラッグは、買わない！使わない！ かかわらない！

「合法」と偽って販売されています！

危険ドラッグは多幸感や快感を高めたり、幻覚作用をもたらすものもあります。

しかし、危険ドラッグに含まれている化学物質は、法の規制を逃れるため、次々と新たに合成されたもので、人体にどのような作用をもたらすのか誰にも分からず大変危険です。

かつて、危険ドラッグを使用した人が、意識障害等を起こして救急搬送・死亡する事例や、交通事故等を起こして他人を死傷させる事件・事故が多発するなど、大きな社会問題になりました。

そこで茨城県では、薬物乱用防止対策を一層強化するため、「茨城県薬物の濫用の防止に関する条例」を制定（平成27年6月）し、海外も含め流通している乱用薬物を知事指定薬物に指定して、県独自の規制を行っています。

法律や条例で規制される指定薬物は、製造、輸入、販売、授与、所持、購入、譲り受け、使用することが禁止されており、違反すると処罰されます。

1回でも
乱用
すると...

中枢神経を侵されて 脳や体はもうメチャクチャ!

大麻

精神障害

肺がん

- 誇大妄想
- 幻覚

染色体異常

覚醒剤

精神障害

- 幻聴●幻視●妄想

瞳孔散大

食欲減退(衰弱)

血圧上昇

静脈炎

コカイン

心臓発作

呼吸不全

精神障害

脳出血

けいれん発作

視力障害

鼻中隔穿孔

向精神薬

精神障害

- 感情不安定
(怒りやすい、判断力低下)

MDMA

精神障害

知覚障害

血圧上昇

危険ドラッグ

精神障害

- 幻覚●幻聴●妄想

呼吸停止

意識消失

- 幻覚・妄想
- 記憶力低下
- 認知障害

▼ 脳



正常



異常

脳がちぢんでいる

- 失明
- 視力低下



眼底出血が起こる



◀ 歯



◀ 気管支・肺

- 気管支炎(せき・たん)
- 粘膜が侵されている
- 急性気管支炎で死亡することもある



◀ 肝臓

- 黄だん
- 食欲不振
- 腹水

細胞の一部が死んでいる



◀ 腎臓

- 蛋白尿

細胞の一部が死んでいる



◀ 骨髄

- 貧血

細胞がこわれている

▲ 心臓

- 血圧上昇

生殖器萎縮

- 生理不順
- 生殖能力の低下

▼ 胃

- 胃痛
- はきけ
- おう吐

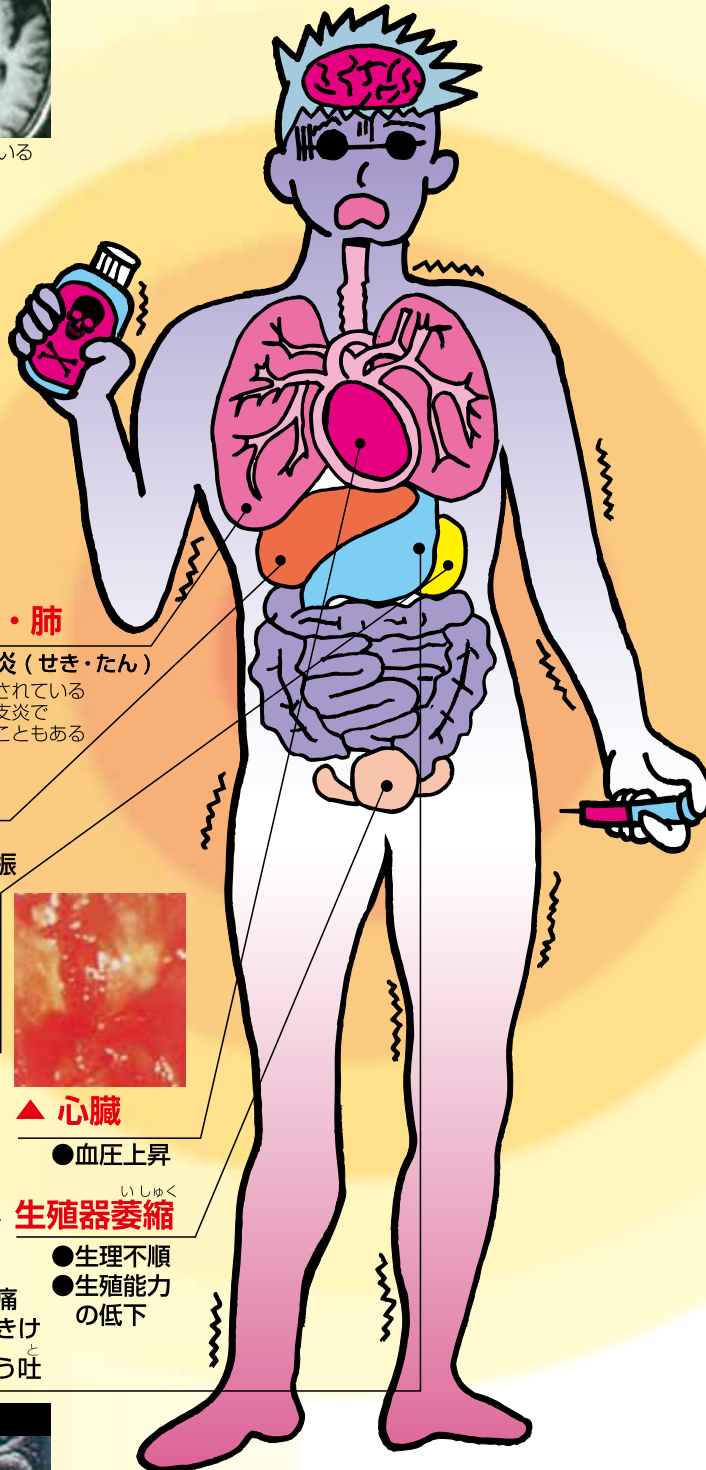


正常



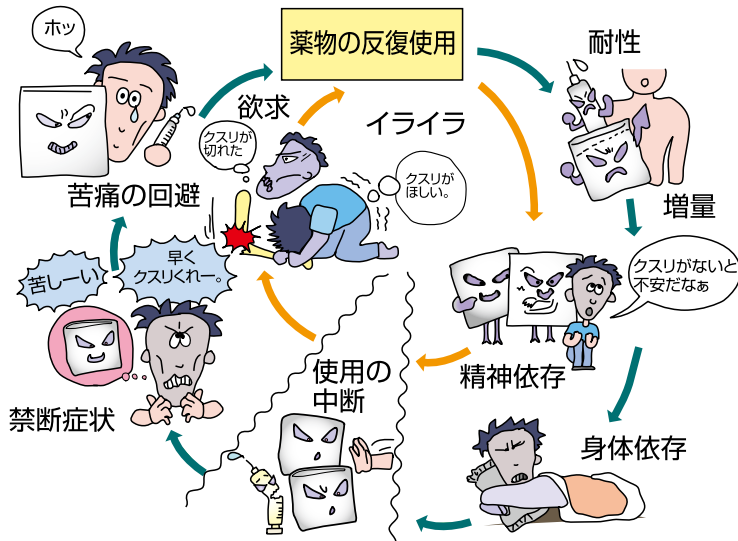
異常

胃粘膜が侵され出血します



薬物依存の2つの悪循環 (精神依存と身体依存)

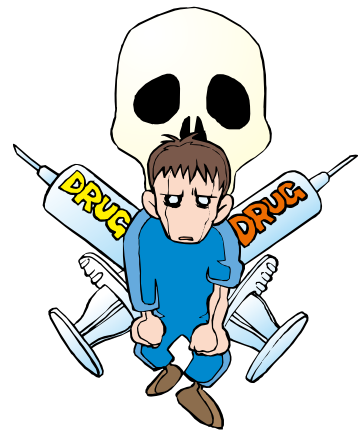
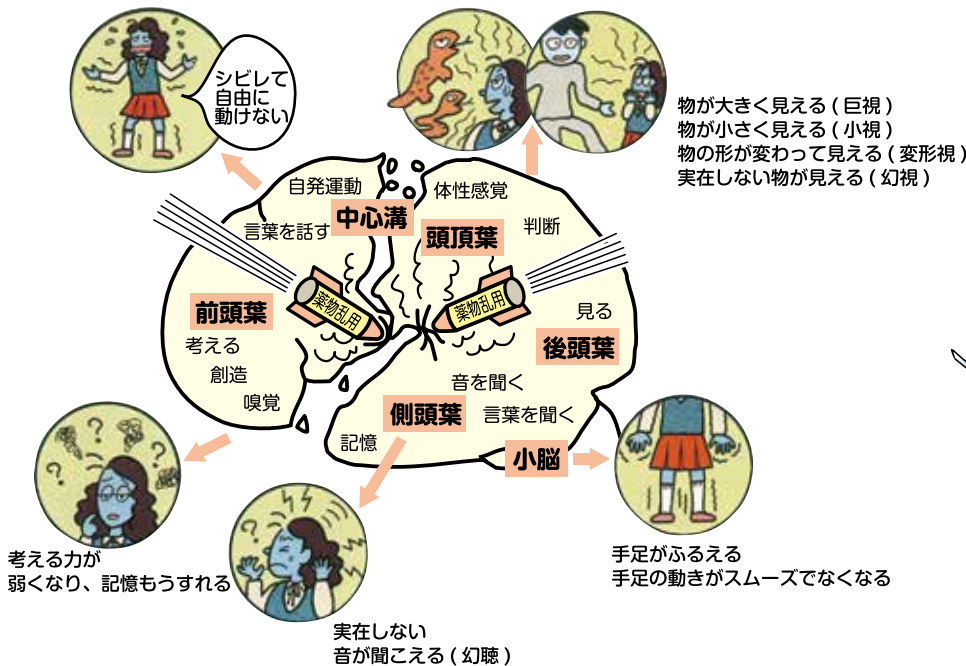
薬物を乱用すると自力ではなかなかやめられず、何度もくりかえすこととなります。



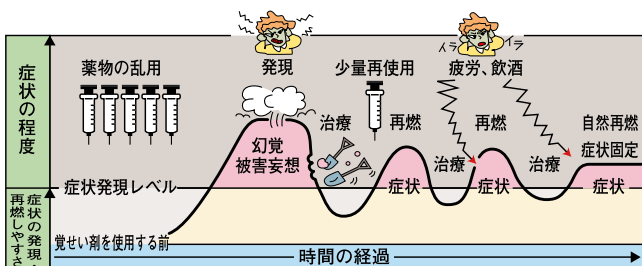
依存性の強い薬物を、一度でも乱用すると元の体に戻らなくなります。薬物の効果がきれるとまた薬物がほしくなって自分の意志がきかなくなります。さらに薬物への欲求は激しくなり、強迫的な使用へとつながっていきます(精神依存)。

薬物によってさらに身体依存が起これると、もっと悪循環となり、深みにはまっていきます。薬物への欲求に負けて、意志のコントロールがきかなくなった状態を薬物依存といいます。

一度こわれた脳は、もとにもどらない (薬物乱用により精神の障害が現れます)



フラッシュバック (自然再燃現象)



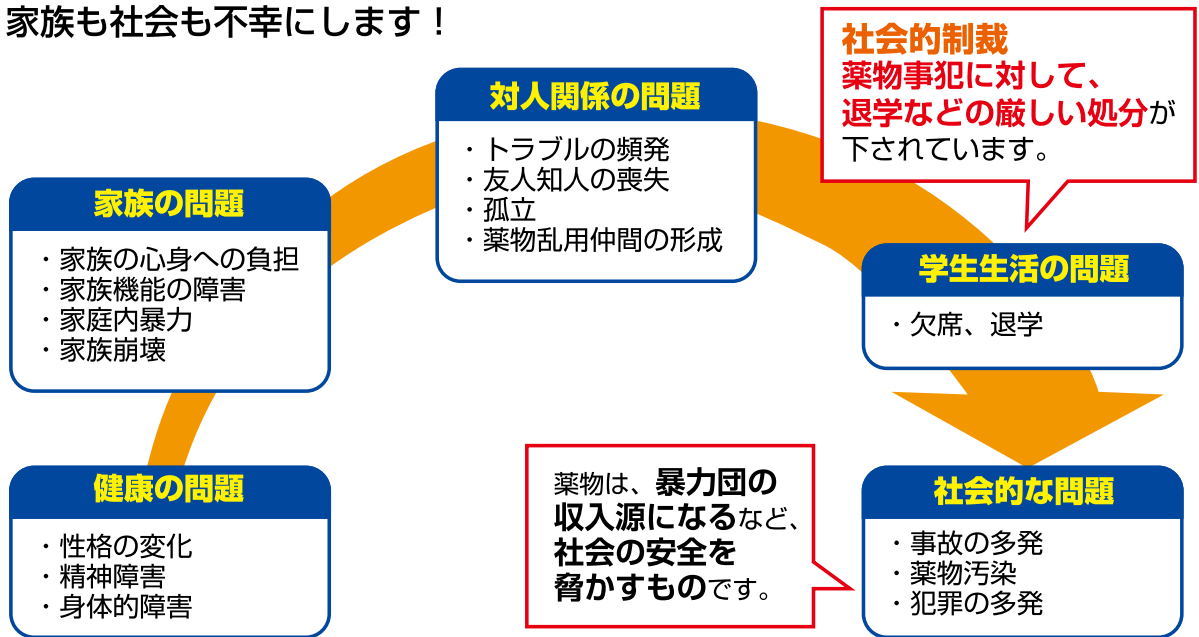
薬物による精神障害の症状の発現・再燃のイメージ

薬物の乱用の害は半永久的に続きます。薬物の乱用でひとたび幻覚・被害妄想などの精神障害が生じると、治療によって表面上は回復しているかにみえても、精神異常が再びおこりやすい下地が残ってしまいます。乱用をやめ、普通の生活に戻ったようでも、何かの刺激によって突然、幻覚、妄想などの精神異常が再燃することがあります。これをフラッシュバック(自然再燃)現象といい、お酒を飲んだり心的なストレスなど、ほんの小さなきっかけでおこってしまうのです。

薬物乱用から自分自身を守る！

薬物は社会をこわす！

薬物乱用は、あなただけの問題ではありません！
家族も社会も不幸にします！



薬物の誘惑に「NO!」といえる自分を。

●抑えきれない好奇心には、まず正しい情報を集めよう

学校の先生に話を聞いたり、保健所に行って教えてもらおう。うわさに惑わされないようにしましょう。

●自分自身を大切にす気持ち

自分のからだ、考え方、将来、すべてが君自身のものなんだ。

●友人から誘われてもきっぱり断る勇気を

本当の友人だったら、あなたを危険な状態にさらすようなことはしないよね。

●何でも話せる友人をつくらう

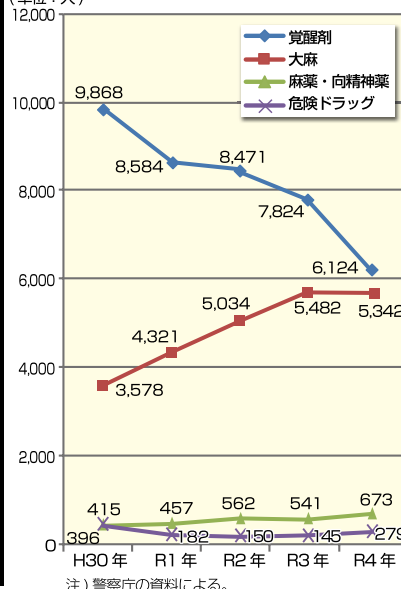
人は、ひとりでは生きていけません。グチをいいあったり、はげましあえば心の重荷も軽くなるものだよ。

甘い誘いに
ダマされないで！

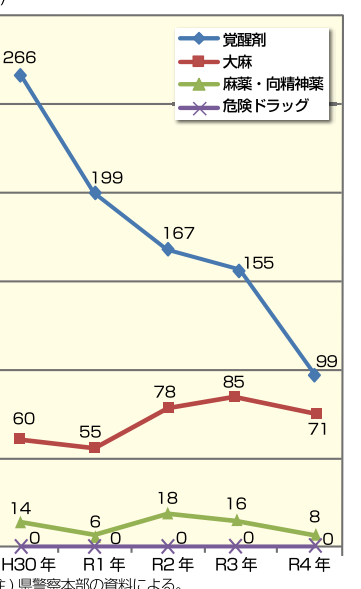
最近では、ケータイやスマホを利用して外国人から覚醒剤などの薬物を買ったり、インターネットで薬物が売買されています。ファッション感覚（他の人がやっていないという優越感。本当の恐ろしさを知らないで手を出してしまう）で安易に薬物を使用し、取り返しのつかないことになる前に、「薬物はNO!」と強い気持ちを持ちましょう！

注射ではなく、煙を吸う「アプリ」やMDMA等の錠剤型麻薬は、薬物に対する抵抗感・犯罪意識を低下させています。これらの薬物は、使わなくても、持ってるだけで犯罪です。

全国の薬物乱用検挙者数 (単位:人)



茨城県の薬物乱用検挙者数 (単位:人)



薬物

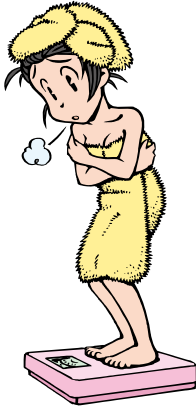
Q&A

薬物に対する正しい知識を身につけ
自分自身を守りましょう！

Q ダイエットに効くって本当？

A 体にたいへん危険です！！

薬物は、脳に作用して、一時的に体をだまして食欲をなくさせます。その結果、病的にやせたように見えますが、栄養失調や拒食症になりかねません。スポーツなどで健康な体を作りましょう。



Q 疲れがとれるって聞くけど？

A 薬物にだまされているだけ！

一時的にそう感じるのは、体が薬物にだまされている状態です。薬物の効果が無くなった後に、すごく疲れて苦しい思いをすることになります。「勉強するのにいいよ」なんて誘われたら気を付けましょう。部活動や勉強で疲れたときは、十分に睡眠をとりましょう。



Q 1回だけなら、大丈夫でしょう？

A 絶対にそんなことはない！！

乱用者のほとんどは、「1回だけなら」「いつでもやめられるから」と軽い気持ちから薬物に手を出し、薬物をやめられずに後悔しています。

人間は、誘惑に弱く、自分の意志だけでは、薬物の前では、無力です。

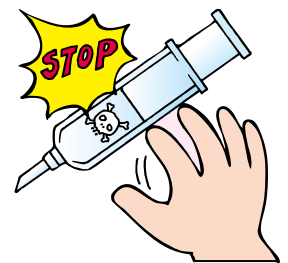


Q 覚醒剤はダメだけど、エスなら大丈夫？

A エスと覚醒剤は同じもの

エスは覚醒剤のことです。覚醒剤は他にスピード、アイスなどと呼ばれています。乱用される薬物はいろいろな名前を持っています。

名前にだまされないよう気を付け、あやしいものには手を出さないようにしましょう。



Q 「大麻」なら使ってもいいの？

A ダメ。ゼッタイ。

「大麻は大丈夫。」と言う人がいますが、そんなことはありません。大麻の所持や栽培は、大麻取締法による処罰の対象で、乱用すると、精神錯乱や記憶障害などを引き起こし、大変危険です。



Q 外国なら薬物を使ってもいいの？

A 世界中の国でも薬物は犯罪です。

世界中の国で、「薬物の使用は犯罪」です。また、多くの国で、薬物の犯罪は死刑や無期懲役です。

薬物とは知らずに密輸をさせられ、その国の法律で死刑になる例もあります。海外でも、薬物は「ダメ。ゼッタイ。」です。



持っているだけでもダメ？

危険ドラッグから検出される指定薬物、覚醒剤、麻薬、大麻は、実際に使わなくても、持っているだけで犯罪になります。

「タダであげる」と言われても、

絶対に受け取ってははいけません。

また、海外旅行に行ったときに、知らない人から「これを日本に持って行ってくれるだけでいい。高い報酬をだすよ。」

と、中身のわからない荷物を頼まれ、実は薬物だったことから逮捕されたこともあります。気をつけてください。

大麻等の薬物に係る規制の見直しが行われています。

	対象物	違反形態	罰則
覚醒剤取締法	覚醒剤	ゆすり渡し、ゆすり受け、所持、使用	10年以下の懲役
麻薬及び向精神薬取締法	ヘロイン	ゆすり渡し、ゆすり受け、所持、使用	10年以下の懲役
	ヘロイン以外の麻薬（コカイン、MDMA等）	ゆすり渡し、ゆすり受け、所持、使用	7年以下の懲役
大麻取締法	大麻	ゆすり渡し、ゆすり受け、所持	5年以下の懲役
毒物及び劇物取締法	シンナー（有機溶剤）	摂取、吸入、摂取、吸入目的所持	1年以下の懲役
医薬品、医療機器等の品質、有効性及び安全性の確保等に関する法律	指定薬物	ゆすり受け、所持、購入、使用	3年以下の懲役、300万円以下の罰金
茨城県薬物の濫用の防止に関する条例	知事指定薬物	ゆすり受け、所持、購入、使用	2年以下の懲役、100万円以下の罰金

ご家族の方へ

薬物乱用をなくすためには、多くの人々が、正しい知識を身につけて、薬物乱用を許さない地域社会環境をつくるのが、重要です。

薬物乱用防止の輪を

身近な職場、学校や家庭から広げていきましょう。

薬物乱用は「ダメ。ゼッタイ。」



相談先

県では、薬物乱用防止教育ビデオ、パネル等を用意しております。

また、県内の薬物乱用防止指導員や専門家から、話を聞いてみたいときは、最寄りの保健所へご相談ください。

中央保健所 029-243-9437

ひたちなか保健所 029-265-5645

日立保健所 0294-22-4190

潮来保健所 0299-66-2116

竜ヶ崎保健所 0297-62-2163

土浦保健所 029-821-5364

つくば保健所 029-851-9295

筑西保健所 0296-24-3913

古河保健所 0280-32-3023

茨城県精神保健福祉センター 029-243-2870

茨城県立こころの医療センター 0296-77-1151

茨城県保健医療部医療局薬務課 029-301-3388