

保健室だより

平成 30 年 8 月発行
大正大学 保健室

今月は「危険ドラッグ」を特集します。近年、危険ドラッグを吸引した後に自動車を運転して、多数の死傷者を出す事故が頻発しています。このようにドラッグは個人だけではなく、周囲の人や社会全体に害をもたらす魔の薬です。一度でも手を出すと、身も心もむしばまれ、やめたくてもやめられなくなってしまいます。正しい知識を身につけ、そして自分を大切にしましょう。

危険ドラッグとは



液体、粉末、葉片、気体と様々な形状のものがあり、主な入手方法として、インターネット上の販売サイト・掲示板・ツイッターなどで、「お香」「アロマリキッド」「合法ハーブ」「タイヤ充填用（自転車）」などと称して販売されています。その成分は、麻薬や覚醒剤などと同様の成分が含まれており、人体にとって大変有害です。

デザインされたパッケージやカラフルな液体は、危険な薬物に見えないため「きれい、かっこいい」という印象を持ってしまいますが、中身は売っているほうもわからない恐ろしい薬物です。



「お香」の例



「バスソルト」の例



「ハーブ」の例



「アロマ」の例

使ったらどうなるの

危険ドラッグの成分や含有量は商品によってさまざまであり、吐いたり、意識を失ったり、暴れたりなど、様々な健康被害が報告されています。救急搬送されても、成分がわからないため適切な治療ができないこともあります。

<心身への影響>

脳に強く作用します。使用量が増えるほど心身にダメージが残り、様々な影響がでます。

- 実際に無いものが見える・聞こえる（幻覚・幻聴）
- ぐったりする（疲労感・倦怠感）
- 学習能力の低下



薬物乱用の弊害 -依存と耐性の悪循環-

薬物乱用の最も恐ろしい特徴は、薬物の「依存性」と「耐性」です。

いわゆるドラッグの類は、一時的にいい気分になると言われていますが、その作用が切れたときの絶望感や不安感は、耐えられないほど強いので、それから逃れるために、またドラッグに手を出してしまい（依存）、次第に自分の意志では止められなくなってしまいます。また、繰り返し使用していると、一回に使う量がどんどん増えていきます（耐性）。こうなると、薬物なしでは生活できなくなります。

さらに、いったん薬物依存症に陥ると、治療には長い期間が必要となります。その間に家族や友人を失ったり、若い人は将来が閉ざされ、一生を台なしにしてしまいます



ナスの夏野菜パスタ（二人分）♪



材料： スパゲッティ 200g、ミニトマト 10個、ナス半分、マッシュルーム 4個、にんにく 1かけら、オリーブオイル大さじ4、クリームチーズ大さじ2、トマトペースト大さじ2、牛乳 200m、塩適量、小口ネギ少々、パルメザンチーズ適量

- 作り方：**
- ①ナスはいちょう切り、マッシュルームは半分、にんにくはみじん切りにする。
 - ②フライパンにオリーブオイルを熱する。ナスとトマト、マッシュルーム、にんにくを炒める。
 - ③火が通ったらクリームチーズとトマトペーストを加える。塩と牛乳を加えてソースを作る。
 - ④お好みのパスタを茹でる。ゆで汁を途中でお玉 2 杯分、③のソースに加える。
 - ⑤パスタを絡めて小口ネギをトッピングして、パルメザンチーズをかけて完成です。