



蘆葦營九月 快訊

Reeds Recovery *Express* September

花蓮縣卓溪鄉卓清村卓樂 17 鄰 65-1 號 電話:03-8887324
No.65-1, Zhuole, Zhuoxi Township, Hualien County 98246, Taiwan
網址: <http://reedsrecovery.org> email: reeds@reedsrecovery.org

壓傷的蘆葦、祂不折斷，將殘的燈火、祂不吹滅。……以賽亞書 42:3

A bruised reed He will not break, and a smoldering wick He will not snuff out... Isaiah 42:3

促使成癮者及家屬從物質及成癮疾患走向康復，獲得生命的清醒
To facilitate recovery and sobriety among addicts and their families.

營地最新消息

1. 財團法人紅絲帶基金會 8 月初邀請我們為志工提供俱樂部藥物濫用暨毒品防治教育訓練。看到一群充滿活力的年輕人，為了更能幫助有毒癮的個案，積極學習，提升自己的專業知識，令人獲得很大的鼓勵。
2. 中華科技大學邀請我們在十月初為在校學生提供毒害防治教育訓練計畫。希望此次的演講能幫助學生體會『毒 High 與毒害、毒引與毒癮』的真實，進而知道如何實際和正確的面對毒品的問題。
3. 受東區精神醫療網邀請，在 10 月底為花東地區心理衛生領域之專業助人工作者提供酒癮戒治訓練。在花東地區的酒癮問題確實嚴峻，資源微薄，希望此次活動不只是知識的傳達，也能成為力量的聯結。

教育與訓練

見習心得--廖方芳社工師

在醫院社工室工作期間，服務過幾位酒癮者，大都是因為長期喝酒，導致腸胃道疾病到醫院急診或住院治療。或者是因無力繳納醫療費用，或者是住院期間未能配合治療--繼續喝酒，請社工協助處理。除了幫助聯絡家屬、繳納醫療費用，就只能勸他們少喝!「勸」是無效果的!依舊一次又一次的因身體不適來到醫院，其中也有曾經嘗試戒酒的，總是沒能成功!眼神中的無奈、無助、絕望感，傳達他們被困住了!深深地被困住了!而我，除了經濟補助、聯絡家屬，面對反覆就醫的這群人，我能夠做什麼?無能為力!



廖社工師(左)
在密集的戒治課程觀摩，盡管疲累，也不能錯過花蓮鄉間田野的涼風與美景喔!

想要知道如何協助酒癮者，到蘆葦營身心靈恢復中心觀摩戒酒實際運作情形，二周的戒酒歷程，令我印象深刻，從課程內容及戒酒成員分享個人一戒再戒的生命歷程，我才明白，酒癮既稱之為「癮」，它就不是喝多喝少的問題，而是不能喝，必須滴酒不沾!酒癮，它是一種疾病，就如同心臟病、高血壓、糖尿病這些慢性疾病需要透過各種方式終生持續維護身體健康，而酒癮者也需要終生、持續地去維護身體、心理、靈性的健康，酒癮者是有機會可以恢復健康的。

後續也到數個 AA 團體(戒酒無名會)觀摩，想了解一個酒癮者平日如何維護「不喝酒」、如何保持「清醒」，AA 成員的分享，深深感動我，讓我明白，酒癮者離開了戒癮中心之後，是有可能繼續維持清醒的生活，讓自己的生命更深刻的

存在!尤其從幾位成員清醒後的生活中，他們對生命認真的態度，自我靈性生命的提昇，對他人憐憫、接納的深度，令我深深敬佩!也替我找到答案，面對酒癮者我可以做些什麼!

☆☆☆更多成癮戒治訊息、英文版快訊，歡迎上網、email 或來電索取 ☆☆☆

K他命成癮的真實性—案例分享

前陣子有來一位 K 他命的成癮患者，真是令人不禁的感嘆，他所以好奇之下使用 K 他命，竟是因為他認為 K 他命「只是」俱樂部藥物，玩一玩，不會成癮。

曹先生今年 25 歲，就讀高三開趴時娛樂性的抽 K 菸，但大學快畢業時，已直接向藥頭取藥，單獨在家裡透過鼻子吸食，每日已達 3-5 公克的用量，卻得不到當初使用時的感覺和效果。畢業後談戀愛，以愛情的力量停止使用 K 他命，撐了一年，但訂婚後又再度吸食，為了不被發現，很節制的使用，然而婚後毒癮大暴發，大量使用至今，已成癮 3 年之久。

在戒治的剛開始，曹先生仍懷疑自己的 K 他命使用真的已失控，真的有那麼嚴重，因為他有些使用 K 他命的的朋友中，似乎沒有人成癮。他也覺得自己使用或不使用 K 他命也沒什麼影響，何況 K 他命是第三級毒品，認為應該不致於會成癮。

在病識的建立下，曹先生看到他自己逐漸的失控。剛開始需要自己花錢買 K 他命時，他會在意 K 他命的昂貴，貨比三家，但最後只怕買不到毒品。隨著曹先生對 K 他命的容忍度增加，他只能維持一小時的藥效，就開始呈現焦慮，例如不知所措、對任何事情無法專心、盜汗、沒有安全感等，心理只想要取得 K 他命，不顧一切的再次使用。盡管家人的勸說、報警、打罵、控制他所有的金錢、限制他的行動和自由，他仍然能逮到機會吸食 K 他命，例如托朋友把 K 他命送到家附近，趁太太洗澡時去使用。K 他命已成為曹先生的生活重心，但他為了同時使用，又同時維持家庭生活和工作，想盡了辦法節制的吸食，例如每次只買一小包的 K 他命，用完為止，不讓家人發現，可是紙包不住火，最後總是失控的大量使用，舊戲不斷的重演，全家陷入混亂、恐慌、痛苦和絕望。曹先生也發現，他曾經有 5 次的腹部劇烈疼痛，原來是所謂的「K 地獄」，是 K 他命使用所導致的膽管發炎或阻塞，也往往是 K 他命成癮者泌尿系統出現問題的前兆。

經過一週的衛教與成癮輔導，曹先生不僅看到自己對 K 他命的失控，也開始產生廣泛性的病識，看到他後遺症的失控。他開始意識到吸食 K 他命後，他對工作和生活變得很懶散、負面思考。例如在做房地產的他，服務態度在 2 年內，從積極的客製化，變成消極的標準化、簡略化，到最後的不回話；生理和精神的後遺症也延伸生活、人際和心理的後遺症，例如經濟危機、家庭失能、信用破產、自卑、內疚、自責、怨恨等，後遺症如雪球般的擴大，惡性循環，最後似乎不得不屈服於 K 他命所能帶來的滿足和舒解，來應付當下的壓力。

曹先生呈現了 DSM-V 的成癮指標，即在失控面向上對 K 他命的的使用有強烈的衝動與失控；在社會功能面向上，盡管造成了社會和人際問題，仍然以 K 他命為生活的中心；在冒險行為面向上，盡管承受了 K 他命所造成的膽管系統的傷害，仍然使用 K 他命；在藥物生理病變的面向上，對 K 命的容忍度增加；在生理的戒斷症候，呈現缺乏動力、焦慮，說明了 K 他命成癮的真實性。但經過成癮衛教與輔導，曹先生對自己的成癮及各面向的後遺症破除了否認，也就是進入了康復的第一步。

以上案例的分享，是希望能對各位專業幫助者有所鼓勵和幫助

蘆葦營身心靈恢復中心 敬上