

香港教育大學賽馬會小學

預防依賴性及沉溺行為政策

理念

依賴性及沉溺行為於香港對青少年影響日益嚴重，包括吸煙、飲酒及濫藥等行為。

吸煙行為：香煙中有不少有害的成份，長期吸煙能導致心臟病、中風、慢性呼吸道疾病及各類癌症，二手煙又可危害他人的健康。本港現時約有八十萬名煙民，當中有不少在青少年時已開始吸煙；而大部分吸毒的青少年都是由吸煙開始的。因此，學校必須是無煙校園，讓學生自小就認識吸煙及二手煙對我們身體的禍害。

飲酒行為：飲酒的結果是令飲酒者體內酒精中毒。酒精中毒是一種對酒精所產生的身體與心理的依賴，除了會造成慢性疾病外，亦會對人際、家庭和工作關係構成破壞。酒精中毒可引起多種併發症：

1. 慢性肝病
2. 胃炎，胃糜爛併出血
3. 神經炎，震顫，癲癇和頭腦功能減退
4. 胰臟發炎
5. 心臟發炎
6. 如果婦女在懷孕時飲酒，會造成胎兒身心傷害

因此，學校須制定政策反對酗酒，讓學生自小就認識酗酒對我們身體的害處。

濫藥行為：近年來，青少年濫用藥物的問題較以前嚴重，而濫用藥物者的年齡亦有下降的趨勢。他們往往忽略藥物所帶來的負面影響，以致泥足深陷。從新聞上，不時發覺青少年因濫用藥物以致傷害自身或他人。濫用藥物的問題源於多方面，包括心理/生理健康、學業、家庭、朋輩關係等。因此，要預防藥物濫用的發生，以學校為首，向學生推廣預防濫用藥物的訊息是必要的。

目的

此政策旨在持續推行宣傳反吸煙、禁止飲酒及反接觸成癮藥物，致力建立一個全方位無煙、無酒、無濫藥的良好學習環境，讓學校成員知道吸煙是不可接受的，酗酒對身體有害而無利，教導學生如何堅定地抗拒同輩間的引誘，拒絕接觸成癮藥物等。

政策內容

一、無煙校園

a) 建立無煙的學校環境

- 學校根據現行的〈吸煙(公眾衛生)條例〉去履行禁煙工作。
- 無論任何人士，包括教職員、學生、外來訪客及工作者，在任何時間都禁止在學校範圍內吸煙(包括任何類型含有尼古丁的物品)。
- 所有學生不得攜帶任何含有尼古丁的物品回校。
- 在校園張貼禁煙標貼或告示牌。
- 校內禁止任何香煙廣告或廣告物品。
- 學校不會接受煙草商及其附屬和有關機構的任何贊助。

b) 提供預防吸煙教育

- 教導學生有關吸煙、香煙或類似物品的內含成份對身體所引起的傷害。
- 幫助學生建立抵抗對吸煙廣告或週遭吸煙環境所產生的誘惑力。
- 教導學生有智慧地分析吸煙廣告的作用及其對社會的影響。
- 推動家校合作，共同為學生營造無煙的生活環境。

- 適當地運用社區資源以便更有效地實踐校園無煙政策。
 - 校內設置教師的健康教育資源庫，提供禁煙的資訊。
 - 校內設置家長及學生的健康資訊角，藉以推廣禁煙的訊息。
- c) 所有教職員作良好榜樣，於日常生活中實踐無煙生活。
- d) 任何人在學校範圍內發現有吸煙行為或有關物品，需立即通知訓育及輔導組。
- e) 訂立及參照工作指引
1. 校園吸煙處理指引
 2. 無煙工作間簡易實施指引

https://www.taco.gov.hk/t/textonly/tc_chi/downloads/files/workplace_guideline_new.pdf

二、禁止酗酒學習環境

- a) 學校致力為學生及教職員提供一個禁止酗酒的环境，從而讓各學校成員不單擁有禁止飲酒的知識，更能掌握拒絕飲酒的技巧。
- 無論任何人士，包括教職員、學生、外來訪客及工作者，在任何時間都禁止在學校範圍內飲酒。
 - 所有學生不得攜帶任何含有酒精的飲品回校。
 - 學校不會接受酒精的飲品商及其附屬和有關機構的任何贊助。
 - 校方會通知學生、家長、教職員及訪客有關反對酗酒政策，並會把政策詳列教職員手冊及學校網頁內，以使各界人士明白此政策。
- b) 提供反對酗酒教育
- 反對酗酒教育須配合課程，指導學生了解酗酒的害處，其學習目標包括：
- 教導學生有關酒精或類似物品的內含成份對身體所引起的傷害。
 - 幫助學生建立抵抗對酒精的飲品廣告或週遭環境所產生的誘惑力。
 - 教導學生分析酒精的飲品廣告的作用及其對社會的影響。
- c) 所有教職員作良好榜樣，於日常生活中實踐不酗酒的生活。

三、預防濫藥

- a) 提供預防藥物濫用教育活動
- 透過不同類型的活動，如講座，讓學生認識毒品的相關資訊，使其了解濫用藥物及吸毒的代價，讓其建立正確的藥物知識及抗拒濫用藥物的技巧；
 - 透過課程內教育、跨學科教學活動等學習途徑，讓學生認識一般藥物常識；
 - 為教職員及家長提供講座、培訓或支援，讓他們瞭解濫藥的成因、預防濫用藥物的方法及濫用藥物的危害，裝備他們對學生的濫用藥物問題具備預防、辨識及處理能力；
 - 透過生活教育活動計劃，讓學生明白健康生活的好處及濫用藥物的危險；
- b) 幫助學生建立良好的自我形象，推行全人教育，建立學生多方面價值觀，肯定其表現與成就，避免因學業成績遜差而濫用藥品以逃避與解脫；
- c) 提供各類課外活動，使同學的精力、情感能適當宣洩排遣，並陶冶其性情；
- d) 與學生家長及有關人員保持密切聯繫，以便及早發現問題及提供有效資源；
- e) 協助藥物濫用者及其家人提供輔導及諮詢的途徑或服務。

負責組別：訓育及輔導組

檢討及修訂

1. 每年須作檢討一次，以檢討現況及草擬需修定的政策內容，並確保政策內的各項目得到切實的執行及獲得應有的人力和物力的支援。
2. 修訂草擬須由學校健康校園工作小組通過。
3. 修定草擬經學校行政委員會通過方會生效。

參考資料：

1) 衛生署

<http://www.dh.gov.hk>

2) 香港吸煙與健康委員會

<http://www.info.gov.hk/hkcosh/>

3) 衛生署控煙辦公室

<https://www.taco.gov.hk/>

4) 防止青少年吸煙委員會

<https://www.smokefree.hk/>

5) 保安局禁毒處

<http://www.nd.gov.hk/>

6) 全新教材套協助中小學推行禁毒教育(附圖)簡介新聞稿

<http://www.info.gov.hk/gia/general/200707/11/P200707100188.htm>

7) 校園危機支援計劃 濫用藥物

<http://cmss.bgca.org.hk/>