

台北縣立新莊國民中學

春 暉 專 刊 NO.7

學務處生教組製

中華民國 91 年 9 月 4 日創刊

中華民國 91 年 11 月 27 日出刊

戒絕酗酒

三年七班林政諄

許多人因為生活上的不順遂，常藉著酒精來麻痺自己，忘記痛苦。但往往忽略了長期酗酒對於身體的影響。反而連累了家人，造成了別人的負擔。

酗酒所帶來的危害是非常廣泛的，不但會降低大腦的抑制能力和判斷力，也會成為各種疾病的溫床，並且將造成社會上許多問題，例如：喝酒後開車，會使反應變慢，較容易發生事故。因為酒精會使情緒激動，亂發脾氣，對外界刺激敏感，容易造成家庭暴力的發生。若親人因此而疏離他，反而將會惡性循環，酒越喝越多，自暴自棄，更成為社會上的負擔。

酗酒對於健康，最直接的傷害就是「神經系統」，使得神經病變。接下來就是胃潰瘍、心肌病變、肝臟傷害...等，種種的病痛都開始侵蝕你的身體，並且容易引起血管阻塞，造成中風。

事實上，各種病痛都不是一天所造成的，而是長時間累積的，使得我們的器官負荷過量。所以，平常我們就應該好好珍惜，保護自己的身體，不要以酒精來麻醉自己，要勇敢的面對問題，尋求解決的方法。



地獄來的使者—酒 三年三十六班吳郁珮

「酒後開車肇事」，「父母酗酒發生家庭暴力」...，這些酒後鬧事的新聞層出不窮。不但履見不鮮，更成為現在社會嚴重的問題。

「藉酒消愁」這是一句大家常聽到的話語。但你是否想過「酒真的能消愁嗎？」曾經聽人說過，喝了酒之後，所有的凡煩惱、壓力都能暫時拋到九霄雲外。的確，酒能將人的煩悶拋棄，但那只是暫時的。等到酒醒之後，日子還是一樣要過，一樣要接受生活的挑戰。一時的快樂也只不過是酒精作祟，造成思考遲鈍，降低大腦記憶、分析能力罷了。

或許這樣敘述，你還無法了解酗酒的嚴重性。酒精將隨著血液進入大腦，對心臟血管系統造成損害，也容易引起消化道及智力的衰退，亦會喪失理智以及對言行舉止的控制能力。因此，人們很容易在酒精的催化之下，不知不覺的露出醜態，甚或引發高血壓、心肌梗塞、肝癌等疾病，嚴重將導致死亡呢！

我常常在想：「為什麼人總是要受了傷才開始後悔？」許多意外往往都是能避免的，別以為「酒後肇事」這種倒楣事不會發生在自己身上。沒有人能保證幸運之神會永遠眷顧自己。「戒絕飲酒」最重要的還是懂得自制，如此才能阻止意外，消除後悔。

朋友們，從今天起，不要再接觸到「地獄來的使者—酒」，掌握充滿希望的明天吧！

假酒風暴 一個月死十一人

「弟弟突然倒下，說頭痛、胸悶，接著冒冷汗、抽筋、眼睛看不清楚，然後就失去意識...」，宜蘭縣大同鄉四季村民蔡源泉悲傷地以泰雅族語述說弟弟疑似喝了假酒死亡的經過，但這只是才九百村民的原住民部落四季村，一個月來十一例疑因假酒致死的案例之一，且宜蘭南澳鄉碧候村也已發生二例類似案例。

假酒風暴愈演愈烈，宜蘭縣多位泰雅族原住民昨天前往立法院陳情，哭訴親人、村民誤飲假酒致死。朝野立委紛紛提案修改菸酒管理法，除提高相關罰則外，並要求政府設置菸酒專責警察，全力防堵私酒及私菸。江明順與方浩次氣憤地指出，四季村這一個月內已因喝酒死了十一個人，檢察官一到現場翻一翻死者發現是原住民，馬上就斷定是死於酗酒，但短時間一下死這麼多，其中六人更非常確定一致出現頭痛、抽筋與失明等典型假酒中毒症狀。

【記者陳志平】

周靜怡老師編輯