

1

Yes to life, No to drugs.

麻薬・覚醒剤・大麻・危険ドラッグ等
薬物の乱用をなくそう



協力:東京都

ダメ。ゼッタイ。
愛する自分を大切に

(公財)麻薬・覚せい剤乱用防止センター
Drug Abuse Prevention Center

1 Yes to life , No to drugs.

Stop the misuse of drugs such as narcotics, stimulants, cannabis, and quasi-legal drugs

In cooperation with the Tokyo Metropolitan Government

Don't use. Ever.

Take good care of yourself

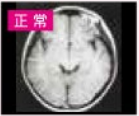
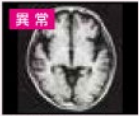
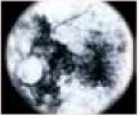








Drug Abuse Prevention Center



2 Drug abuse destroys the mind and body. Therefore, "Don't use. Ever."

3

身体への影響

4	  <p>脳 正常 異常 脳の神経細胞の死滅による脳の萎縮 (意識障害、記憶力低下、幻覚、妄想) 脳が萎縮している</p>
5	 <p>眼 視神経がおかされる、眼底出血がおこる (視力低下、失明) 眼底出血が起こる</p>
6	 <p>歯 歯がぼろぼろになる</p>
7	 <p>気管支・肺 粘膜がおかされる (せきが出る) 粘膜がおかされている。急性気管支炎で死亡することもある</p>
8	 <p>心臓 血圧上昇</p>
9	 <p>肝臓 細胞の一部が死ぬ (食欲不振、黄疸、腹水) 細胞の一部が死んでいる</p>
10	  <p>食道・胃 正常 異常 胃粘膜がおかされ、出血する (胃痛、吐き気、嘔吐) 胃粘膜がおかれ出血している</p>
11	 <p>腎臓 細胞の一部が死ぬ (タンパク尿) 細胞の一部が死んでいる</p>
12	 <p>骨髄 赤血球がつかられなくなる (貧血)</p>
13	<p>生殖器 萎縮 (生理不順、生殖能力の低下)</p>

3 Effects on the body

4 Brain

Normal Abnormal

The brain is shriveling

Shriveling of the brain caused by the death of neurons in the cerebrum (impaired consciousness, memory loss, hallucination, delusion)

5 Eyes

Ocular fundus bleeds

The optic nerve gets damaged, ocular fundus bleeds (impaired vision, blindness)

6 Teeth

Teeth become jagged

7 Bronchial tubes, lungs

The mucous membrane is damaged. Death due to acute bronchitis may occur.

The mucous membrane gets damaged (coughs develop)

8 Heart

Blood pressure rises

9 Liver

Part of the cells have died

Parts of the cells die (loss of appetite, jaundice, ascites)

10 Esophagus, stomach

Normal Abnormal

Gastric mucosa is damaged and is bleeding

Gastric mucosa is damaged and bleeds (stomach pain, nausea, vomiting)

11 Kidneys

Part of the cells have died Parts of the cells die (proteinuria)

12 Bone marrow

Production of red blood cells stops (anemia)

13 Reproductive organs

Shriveling (menstrual irregularities, decline in fertility)

14

覚醒剤

麻黄（まおう）という植物から抽出された成分を科学的に合成した物質です。主に白い粉末や無色透明の結晶の形状で流通しています。乱用すると一時的に疲労や眠気を感じにくくなり精神が高揚するようになりますが、効果が切れると、激しい脱力感や倦怠感、精神錯乱に襲われます。乱用すると、急性中毒や全身けいれんを引き起こし、脳出血や心臓発作により死亡する場合があります。依存性が強く、幻覚、妄想が現れ、精神に異常をきたし、時には錯乱状態になって暴行や殺人を誘発することがあります。「シャブ」「エス」「スピード」「アイス」「氷」などと呼ばれ取引されています。

15

コカイン

コカの葉から作られた強力な中毒性を持つ精神刺激薬です。医療目的のために使うこと以外は法律で規制されています。通常は無色もしくは白い粉、又は結晶性粉末の状態、覚醒剤と同様に神経を興奮させる作用があります。効果の持続期間が短く依存性も非常に強力で何度も乱用するようになり、精神障害や体中を虫が這いまわる感覚を引き起こしたり、呼吸困難により死亡することもあります。「コーク」「スノー」「クラック」などと呼ばれ取引されています。

MDMA

気分や知覚に変化をもたらす覚醒剤や幻覚剤に似た化学的性質を持った合成麻薬です。乱用すると高揚感を高める一方、幻覚や妄想、記憶障害を伴った精神障害を引き起こし、腎不全、心不全を誘発して死に至る場合もあります。「エクスタシー」ともよばれ、パーティドラッグとして取引されています。

薬物依存とフラッシュバック

大麻や覚醒剤などの薬物を使用すると、繰り返し使いたい、使っていないと不安や不快になるといった症状が出て、その使用が止まらなくなります。これが**薬物依存**です。

依存状態になるとやめようと思っても自分の意志ではやめられなくなり、日常生活に支障をきたし、薬物を手に入れるため犯罪などに手を出してしまう場合もあります。

薬物依存にはクスリが欲しいという欲求が我慢できなくなる精神的依存、クスリがなくなると体に不快な症状が出る身体的依存があります。

薬物は使い続けると身体が慣れてくるため、その効果が当初に比べて効きにくくなる現象が現れます。これを**薬物耐性**と言います。

以前と同じ効果を感じるために多量の薬物が必要になるため薬物依存症になりやすく、結果薬物中毒になって死亡してしまうこともあります。

薬物の乱用をやめても、「薬物が欲しい」という欲求を持ってしまった脳は、元の状態には戻らないといわれています。乱用をやめて治療によって回復しても、何らかのきっかけで薬物使用時の状態が再燃することがあります、これを**フラッシュバック**といいます。

14 Stimulants

These are compounds that have been extracted from a plant called ephedra and chemically synthesized. They are mainly distributed in the form of a fine white powder or transparent colorless crystals. When misused, a temporary feeling of being less tired or sleepy is experienced and spirits will be uplifted, but when they lose their effect, users will suffer from severe feelings of exhaustion and weariness as well as confusion. Misuse causes acute poisoning and generalized convulsions, which can result in death from a cerebral hemorrhage or heart attack. They are highly addictive, cause hallucinations and delusions, mental abnormalities, and at times a state of confusion, triggering users to carry out assaults or murders. It is dealt under names such as "shabu," "S," "speed," and "ice."

15 Cocaine

This is a highly addictive psychostimulant made from coca leaves. Its use is regulated by the law except for medical purposes. It is usually in the form of a colorless or white powder or crystalline powder, and similar to stimulants, it has a stimulative effect on the nerves. It has a short duration of effect but is highly addictive, leading users to misuse it over and over again. It causes mental disorders and the feeling of insects crawling throughout the body, as well as death resulting from breathing difficulties. It is dealt under names such as "coke," "snow," and "crack."

覚醒剤

麻黄（まおう）という植物から抽出された成分を科学的に合成した物質です。主に白い粉末や無色透明の結晶の形状で流通しています。乱用すると一時的に疲労や眠気を感じにくくなり精神が高揚するようになりますが、効果が切れると、激しい脱力感や倦怠感、精神錯乱に襲われます。乱用すると、急性中毒や全身けいれんを引き起こし、脳出血や心臓発作により死亡する場合があります。依存性が強く、幻覚、妄想が現れ、精神に異常をきたし、時には錯乱状態になって暴行や殺人を誘発することがあります。「シャブ」「エス」「スピード」「アイス」「氷」などと呼ばれ取引されています。

コカイン

コカの葉から作られた強力な中毒性を持つ精神刺激薬です。医療目的のために使うこと以外は法律で規制されています。通常は無色もしくは白い粉、又は結晶性粉末の状態、覚醒剤と同様に神経を興奮させる作用があります。効果の持続期間が短く依存性も非常に強力で何度も乱用するようになり、精神障害や体中を虫が這いまわる感覚を引き起こしたり、呼吸困難により死亡することもあります。「コーク」「スノー」「クラック」などと呼ばれ取引されています。

16

MDMA

気分や知覚に変化をもたらす覚醒剤や幻覚剤に似た化学的性質を持った合成麻薬です。乱用すると高揚感を高める一方、幻覚や妄想、記憶障害を伴った精神障害を引き起こし、腎不全、心不全を誘発して死に至る場合もあります。「エクスタシー」ともよばれ、パーティドラッグとして取引されています。

薬物依存とフラッシュバック

17

大麻や覚醒剤などの薬物を使用すると、繰り返し使いたい、使っていないと不安や不快になるといった症状が出て、その使用が止まらなくなります。これが**薬物依存**です。

依存状態になるとやめようと思っても自分の意志ではやめられなくなり、日常生活に支障をきたし、薬物を手に入れるため犯罪などに手を出してしまう場合もあります。

薬物依存にはクスリが欲しいという欲求が我慢できなくなる精神的依存、クスリがなくなると体に不快な症状が出る身体的依存があります。

薬物は使い続けると身体が慣れてくるため、その効果が当初に比べて効きにくくなる現象が現れます。これを**薬物耐性**と言います。

以前と同じ効果を感じるために多量の薬物が必要になるため薬物依存症になりやすく、結果薬物中毒になって死亡してしまうこともあります。

薬物の乱用をやめても、「薬物が欲しい」という欲求を持ってしまった脳は、元の状態には戻らないといわれています。乱用をやめて治療によって回復しても、何らかのきっかけで薬物使用時の状態が再燃することがあります、これを**フラッシュバック**といいます。

16 MDMA

This is a synthetic narcotic with chemical characteristics similar to stimulants and hallucinogens that affects mood and perception. When misused, it triggers an uplifting feeling while causing hallucinations, delusions, and mental disorders accompanied by memory impairment, and can lead to death resulting from kidney or heart failure. Also called "ecstasy," it is dealt as a party drug.

17 Drug dependence and flashbacks

When drugs such as cannabis or stimulants are used, a condition will develop in which repeated use will become necessary because without them, a feeling of anxiety or displeasure will appear, making it difficult to stop. This condition is called drug dependence. Once users become dependent, quitting on their own will become almost impossible, even if they themselves decide to quit. It will hinder daily life, and users may find themselves committing crimes to get a hold of drugs. Drug dependence includes mental dependence, which makes it extremely difficult to endure the craving for drugs, and physical dependence, which causes unbearable symptoms to appear in the body when the effects of the drug wear off.

With continued use of the drug, the body will become used to it and its effect will become weaker than what was felt when it was first used. This is called drug resistance.

To feel the same effect as before, a larger dosage of the drug will become necessary, making the user more prone to drug dependence, which can result in death due to drug poisoning.

It is said that a brain that has developed a "craving for drugs" cannot return to its original state, even after a person stops misusing drugs. Even if a person stops using and receives treatment for recovery, the state the person was in while on drugs can be reawakened by any trigger. This is called flashback.

乱用される大麻は、麻の一種である大麻草の葉、花穂、茎、種子などから精神に作用する物質を抽出したものです。世界で最も乱用されている薬物で、日本でも増加傾向にあり近年検挙者が3500人を上回るなど急増しています。また検挙者の中心は20代から30代の若者になっており、今後さらに低年齢化し未成年への乱用拡大が危惧されています。

大麻を乱用すると、心拍数の増加、目の充血、知覚過敏になり幻覚や妄想に襲われるようになります。記憶障害や意識障害を伴う中毒性精神病の状態になり、何もやる気のない「無動機症候群」に陥ることもあります。以前は乾燥させた葉や樹脂から煙を吸引するのが主流でしたが、最近は蒸気を吸引するため液体状に加工したリキッドタイプやワックスタイプ、ケーキやクッキー、キャンディーといった食品に混ぜ込んだり、お茶のように煮出しするものなど、大麻成分を摂取するための新しい抽出方法が現れてきています。「ハッパ」「クサ」「チョコ」「野菜」などと呼ばれ取引されています。

19 危険ドラッグ

危険ドラッグは、覚醒剤や大麻などの規制薬物に似せて合成された化学物質を含んだ薬物で、実際にどれほどの危険性があるのかわからないものです。色や形状も様々で、粉末・液体・乾燥植物など巧みに偽装され、「お香」「バスソルト」「ハーブ」「アロマ」など、一見すると危険な薬物に見えない名称やパッケージで取引されていますが、売っているほうも中身がわからない恐ろしい薬物です。

向精神薬

向精神薬とは睡眠薬や鎮静剤など脳の中枢神経に影響をおよぼす薬物の総称です。もともとは不眠やイライラなどをなくすため医療用に作られた治療薬ですが、これらも使用目的を間違えれば薬物乱用になります。服用すると飲酒時に似た酩酊状態や気分が高揚するものもあり、危険です。医師や薬剤師から処方されますが、症状を過大申告して多めに入手し、不正に転売する手口が蔓延しています。他の違法薬物に比べ入手しやすいこともあり、ゲートウェイドラッグとして薬物依存につながるため注意が必要です。



薬物依存症を解消する特効薬はありません。強い決意をもって乱用をやめても、ちょっとしたきっかけで薬物への強い欲求につき動かされ、また薬物を使ってしまう人もいます。薬物乱用からの回復には長い時間と本人の自覚、適切な指導と周囲の協力が不可欠です。

18 Cannabis

Misused cannabis is prepared by extracting the substance that affects the mind from the leaves, spikes, stems, and seeds of the cannabis plant, which is a type of hemp. It is the most misused drug in the world, and there is also a rapidly increasing trend in its use in Japan, with over 3500 related arrests in recent years. Furthermore, arrests are centered on young people in their 20s and 30s, and there are fears that this age will further decrease and misuse will expand to minors.

Misuse of cannabis results in an increase in heart rate, bloodshot eyes, hypersensitivity, and suffering from hallucinations and delusions. It can also lead to a state of toxic psychosis accompanied by memory impairment and impaired consciousness, and the user may become unmotivated and develop "amotivational syndrome." In the past, inhaling the smoke released from dried leaves and resin was mainstream, but recently, many new ways of extracting the cannabis compound are being developed, bringing various types of different concentrates into existence. There are types such as those that have been processed into a liquid or wax for vapor inhalation, those that can be mixed into foods like cakes, cookies, and candies, and those that can be brewed like tea. It is dealt under names such as "leaf," "grass," "chocolate," and "vegetable."

19 Quasi-legal drugs

Quasi-legal drugs are drugs containing synthesized chemical substances that mimic regulated drugs such as stimulants and cannabis. It is not known how dangerous these really are. They come in various colors and shapes, cleverly disguised as powder, liquid, dried plants, etc., and sold under names and packaging such as "incense," "bath salts," "herbs," "essential oils," etc., that at first sight do not seem like dangerous drugs. However, they are terrifying drugs whose compounds are not even understood by those who sell them.

大麻

乱用される大麻は、麻の一種である大麻草の葉、花穂、茎、種子などから精神に作用する物質を抽出したものです。世界で最も乱用されている薬物で、日本でも増加傾向にあり近年検挙者が3500人を上回るなど急増しています。また検挙者の中心は20代から30代の若者になっており、今後さらに低年齢化し未成年への乱用拡大が危惧されています。

大麻を乱用すると、心拍数の増加、目の充血、知覚過敏になり幻覚や妄想に襲われるようになります。記憶障害や意識障害を伴う中毒性精神病の状態になり、何もやる気のない「無動機症候群」に陥ることもあります。以前は乾燥させた葉や樹脂から煙を吸引するのが主流でしたが、最近は蒸気を吸引するため液体状に加工したりキッドタイプやワックスタイプ、ケーキやクッキー、キャンディーといった食品に混ぜ込んだり、お茶のように煮出しするものなど、大麻成分を摂取するための新しい抽出方法が現れてきています。「ハッパ」「クサ」「チョコ」「野菜」などと呼ばれ取引されています。

危険ドラッグ

危険ドラッグは、覚醒剤や大麻などの規制薬物に似せて合成された化学物質を含んだ薬物で、実際にどれほどの危険性があるのかわからないものです。色や形状も様々で、粉末・液体・乾燥植物など巧妙に偽装され、「お香」「バスソルト」「ハーブ」「アロマ」など、一見すると危険な薬物に見えない名称やパッケージで取引されていますが、売っているほうも中身がわからない恐ろしい薬物です。

20

向精神薬

向精神薬とは睡眠薬や鎮静剤など脳の中樞神経に影響をおよぼす薬物の総称です。もともとは不眠やイライラなどをなくすため医療用に作られた治療薬ですが、これらも使用目的を間違えれば薬物乱用になります。服用すると飲酒時に似た酩酊状態や気分が高揚するものもあり、危険です。医師や薬剤師から処方されますが、症状を過大申告して多めに入手し、不正に転売する手口が蔓延しています。他の違法薬物に比べ入手しやすいこともあり、ゲートウェイドラッグとして薬物依存につながるため注意が必要です。

21

薬物依存症を解消する特効薬はありません。強い決意をもって乱用をやめても、ちょっとしたきっかけで薬物への強い欲求につき動かされ、また薬物を使ってしまう人もいます。薬物乱用からの回復には長い時間と本人の自覚、適切な指導と周囲の協力が不可欠です。



20 Psychoactive drugs

Psychoactive drugs is the generic name for drugs that affect the central nerves of the brain, and include sleeping pills and sedatives. Originally, these drugs were created for medical purposes to treat conditions such as insomnia or irritation, but if these are used for the wrong purpose, it is also a misuse of drugs. Taking them is dangerous, as some will cause conditions similar to being intoxicated when drinking alcohol or uplift one's mood. Although they are prescribed by doctors and pharmacists, reselling them illegally has become widespread by exaggerating symptoms to obtain more drugs than necessary. Care must be taken as these are more accessible than other illegal drugs and they act as a gateway drug to drug dependence.

21

There is no wonder drug that will free people from drug addiction.

Even if a person is strongly determined to stop misusing drugs, the smallest of triggers can reactivate the person's intense craving for drugs, and there are those who go back to misusing drugs again.

Recovering from drug misuse takes a long time. A sense of awareness by the individual as well as proper guidance from professionals and support from friends and acquaintances are indispensable.

薬物乱用とは?



薬物乱用とは、医薬品を本来の目的から逸脱した用法や用量あるいは目的のもとに使用すること、医療目的でない薬品を不正に使用することをいいます。もともと医療目的の薬物は、治療や検査のために使われるものです。それを遊びや快感を求めるために使用した場合は、たとえ1回使用しただけでも乱用にあたります。

興奮作用



23

幻覚作用



26

大麻

24

抑制作用



25

危険ドラッグ (全ての作用が起こり得る)



27

22 What is misuse of drugs?

Drug abuse refers to the use of drugs that deviate from their intended purpose, including the dosage and directions for use, as well as the dishonest use of drugs that is not for medical purposes. The intended use of medical drugs is for medical treatment and examinations. If these are used for fun or to feel pleasure, it is misuse, even if it is only used once.

23 Stimulative effect

Stimulants Cocaine MDMA

24 Hallucinogenic effect

LSD (paper-like) Organic solvent (paint thinner, toluene, adhesive, etc.)

Magic mushroom (psilocybin mushroom)

25 Inhibitory effect

Psychoactive drugs (sleeping pills, antianxiety agent, etc.)

Opium-based drugs (heroin, etc.)

Note: Excludes medication used properly after a medical examination by a doctor.

26 Cannabis

Cannabis plant

Cannabis resin Dried cannabis

Liquid cannabis Cannabis wax

Examples of illegal cultivation

27 Quasi-legal drugs (All effects can occur)

Liquids Powders Herbs Incense



※2019年国連麻薬委員会では、これまでの10年間の取組みを振り返り、その実施の加速化を確認するとともに、2029年に薬物政策のすべてのコミットメントをレビューすることを採択しました。

公益財団法人
麻薬・覚せい剤乱用防止センター

〒107-0052 東京都港区赤坂2-4-1 白亜ビル9階
TEL. 03(5544)8436 FAX. 03(5544)8473
<http://www.dapc.or.jp>

Stop the misuse of narcotics, stimulants, cannabis, quasi-legal drugs, etc.

Stop the misuse of narcotics, stimulants, cannabis, quasi-legal drugs

Don't use. Ever.

United Nations New Declaration on Drug Demand Reduction (2019–2029)

Council for Promoting Measures to Prevent Drug Abuse / Ministry of Health, Labour and Welfare / National Police Agency / Prefectural Governments / Drug Abuse Prevention Center

※In 2019, the United Nations Commission on Narcotic Drugs reviewed its endeavors over the past decade, confirmed their accelerated implementation, and adopted to review all of its drug policy commitments in 2029.

Drug Abuse Prevention Center

Hakua Building 9F, 2-4-1 Akasaka, Minato-ku, Tokyo 107-0052