

追求健身效果， 怎么就毒品成瘾了？

2024 年巴黎奥运会前不久落幕了，在赛场上，各国运动员奋力拼搏争夺着金牌和荣誉。奥运会不仅是体育竞技的舞台，更是一场跨越国界、文化和语言的精神盛宴。现今社会越来越多的人开始重视身体健康，并积极参与日常体育锻炼。坚持运动健身是好事，但要讲究循序渐进，不能像下面几个事例中的人物，为了健身健美急于求成不惜使用违禁药物。

吃“兴奋剂”可增肌？

近期，上海市精神卫生中心分享了这样一个案例。一个在国外读书的大学生，迷上了健身、增肌，结果在陌生人的引诱下使用利他林和苯丙胺，并且随着使用时间的延长，剂量也逐渐增加，且脾气、性格都发生了明显的变化，动辄发脾气。

利他林和苯丙胺，都属于中枢神经系统的兴奋剂。使用后可以在

短时间内集中注意力、保持精力充沛、缓解疲乏。

作为成瘾物质，在长期使用后，会出现耐受性增加，戒断症状等典型的成瘾特征，患者会表现为使用剂量或频率增加，停止使用后出现情绪低落、渴求感。此外，中枢神经系统兴奋剂在长期使用后还会导致认知功能障碍，也就是记忆力、注意力、执行功能的下降，严重的患者会出现幻觉、妄想等敏感猜疑等精神病性症状，甚至在这些症状的影响下出现冲动伤人或自伤行为。

健美还要“上科技”？

去年，一位国际健美联合会职业选手意外去世。两张网络聊天记录截图将其死因指向静脉注射，一说注射药物是 epo（促红细胞生成素），另一说注射药物为麻黄碱。

对于健美圈内有人使用药物的情况，业内人士称之为“上科技”，相关药物会起到壮大肌肉和维持线条的效果，但也有较大的副作用。

中国科普作协会员、副主任药师李津提示，不论是麻黄碱还是 epo，二者均为明确适应症的处方药，虽然从药理作用上来说，在运动和健身过程中，这类药物具有提升运动表现及耐力等方面的作用，

但若使用不当，特别是超量使用，便有可能造成较大风险。

其中，麻黄碱是冰毒的原材料，是一类对中枢神经系统有强烈兴奋作用的药物，可提高神经系统的兴奋性，增加新陈代谢，促进糖和脂肪代谢，加快能量消耗，使人体力充沛、不觉疲劳，但过度使用可能会导致心率加快、血压升高、产生幻觉等，运动过程中可能引发猝死。

使用类固醇提升效果？

2022 年，江苏泰州民警曾破获一起居家注射类固醇类药品案。当事人小李称，他是一名新入圈的健身爱好者，在一次网络直播中认识了一位“健身达人”，对方称使用类固醇类药品能提升健身效果，此后便添加对方微信，多次向其购买类固醇类药品。使用药物后，小李锻炼效果确实增强，但他能明显感觉到心脏有异样，会经常无故疼痛。

合成代谢类固醇是模拟激素，即主要是睾酮的生物活性物质，可加速肌肉纤维的增长。类固醇是处方药，非医疗目的严禁用于人体，滥用不仅对身体有害，还有成瘾性。

健身最终是为了获得强而有力的身体，不是打肿脸充胖子给别人看。有所为有所不为，热爱健身的朋友，切勿忘记健身的初衷。

（整理自“上海禁毒”、新京报等）

以案说法

坐网约车来沪贩毒 毒品是假坐牢是真

□ 记者 夏天 通讯员 傅杰

“当时我还特意从上家拿了一个样品，自己吸过以后感觉头重脚轻，和以前吸食过的依托咪酯并无区别……”宋某怎么也没想到，自己花大价钱购买，又花费 700 多元乘坐网约车贩卖的毒品，竟然是假的。然而，“没有检测出毒品属于意志以外的原因，其犯罪形态是未遂。”日前，经奉贤区人民检察院提起公诉，宋某因犯贩卖毒品罪被奉贤区法院依法判处有期徒刑一年，并处罚金。

2024 年 3 月，宋某在某短视频平台与一自称可以提供含依托咪酯成分电子烟弹的卖家取得联系，双方约定地址线下交易。在交易过程中，宋某特意先向卖家买了一个样品当场吸食验货，确认无误后，他又买了 19 个疑似含有依托咪酯成分电子烟弹。

随后，宋某又在该短视频平台找到了买家。4 月 18 日，他花费 700 多元乘坐网约车从江西来到上

海奉贤，以 10000 元的价格将其中 10 个贩卖给孙某，被民警当场查获。

经鉴定，从宋某所贩卖及持有的 19 个电子烟弹未检出毒品成分，反而是宋某尿液检出依托咪酯和依托咪酯酸成分。也就是说，只有宋某验货时吸食的那一支电子烟弹含有依托咪酯，他买的其他 19 支全都是假货。

“虽然宋某所贩卖及其持有的电子烟弹中未检出毒品成分，但在其主观认知中自己贩卖的就是依托咪酯。”检察官指出。

检察官在审查中发现，在宋某被扣押手机里，有他曾在 2024 年 3 月搜索过“上头电子烟是毒不是烟！”“千万别沾！向未成年人贩卖含依托咪酯的……”等内容的记录，在购买“电子烟弹”时为了验货他还亲自吸食，在与下家达成交易意向后，他花费 700 多元从江西乘坐网约车来到上海奉贤，与下家交易过程中也同意下家验货。种种迹象表明，宋某的行为构成贩卖毒品罪，没有检测出毒品属于意志以

外的原因，其犯罪形态是未遂。

日前，经奉贤区检察院提起公诉，宋某因犯贩卖毒品罪被奉贤区法院依法判处有期徒刑一年，并处罚金。

检察官提醒>>>

依托咪酯已被列入第二类精神药品目录，非法吸食、走私、贩卖、运输、制造依托咪酯涉嫌违法犯罪。同时，大家一定要警惕那些号称能“上头”的电子烟，其中很有可能被不法分子掺入依托咪酯等毒品成分，吸食这种电子烟，就等于吸毒。

《中华人民共和国刑法》第三百四十七条第一款规定，走私、贩卖、运输、制造毒品，无论数量多少，都应当追究刑事责任，予以刑事处罚。

最高人民法院《关于适用〈全国人民代表大会常务委员会关于禁毒的决定〉若干问题的解释》第十七条规定，明知是假毒品而冒充毒品贩卖的，以诈骗罪定罪处罚。不知道是假毒品而当作毒品走私、贩卖、运输、窝藏的，应当以走私、贩卖、运输、窝藏毒品犯罪（未遂）定罪处罚。

禁毒动态

上海市禁毒志愿者协会 召开第四届第八次理事会

□ 记者 徐荔 通讯员 徐鸣

本报讯 日前，市禁毒志愿者协会第四届第八次理事会顺利召开。会上汇报了“2024 年上半年工作情况及下半年工作要点”，通报第五届理事会换届领导小组名单，并宣读了“最佳禁毒志愿者组织”“最美禁毒志愿者”等表彰决定。

受邀出席会议市民政局社团管理处副处长姜琦肯定了市禁毒志协在全市禁毒志愿服务工作中取得的成效，对第四届第八次理事会的召开表示了祝贺，希望市禁毒志协进一步优化队伍结构，扩大禁毒志愿者的队伍规模；建立禁毒志愿服务组织间的联动机制，以促进信息共享与协作；加强对禁毒志愿服务组织的培育与扶持，为其提供更加坚实的支撑。

理事长单耀晓则在讲话中呼吁所有参与禁毒志愿服务工作的组织和个人，始终以完善毒品治理体系和提高毒品治理能力为己任，着力防范化解毒品问题反弹风险，清醒把握形势，以更强烈的决心、更扎实的作风、更有力的举措，推动全市禁毒志愿服务工作不断取得新成效。

会上还为 20 个获得“最佳禁毒志愿者组织”称号的组织代表、23 位获得“最美禁毒志愿者”称号的个人颁奖。

加强麻精药品监管 虹口区卫健委开展专项督查



近日，为加强麻醉药品和精神药品的规范使用管理，在虹口区卫健委的领导下，区疾病预防控制中心（区卫监所）联合区药事质控专家对辖区 16 家医疗机构开展麻醉药品和精神药品的专项督查工作。

督查工作组深入医疗机构，主要检查内容包括麻精药品出入库登记、核对采购、库存管理单据、处方和医嘱单保存情况、归档留存是否合规、相关医生及药师资质、麻精药品存放情况等。检查中，督查工作组督促医疗机构进一步细化和完善麻精药品管理，提高医疗机构依法执业和安全用药管理的意识，保障麻醉药品和精神药品使用安全。对于检查中发现的个别医院药品储存和签名章使用不规范的情况，已当场进行指导。

区疾病预防控制中心（区卫监所）将继续跟进整改落实，做好回头看工作，确保整改落实到位。同时，区疾病预防控制中心（区卫监所）将继续加大对麻醉药品和精神药品的监管力度，确保用药安全，保障辖区人民的健康。

（虹口禁毒办供稿）