

又到考试季 小心“聪明药”骗局

最近又到了“期末考试季”，课文背熟了吗？公式会用了吗？句型掌握了吗？看着孩子思想不集中、精力不够用、学习效率不高的样子，不少家长开始焦虑，想带孩子去看“学习困难门诊”，想求“特效药”。而这样的焦虑心理，可能会给不法分子可乘之机，比如有些人会打着“可以提高成绩”的幌子贩卖所谓的“聪明药”。

能帮助提高记忆力、让人通往捷径的神奇“聪明药”真的存在吗？答案是：没有！

什么是“聪明药”？

一些人误认为“聪明药”能够提升智力、记忆力和注意力，从而能在学业或职场中取得更好的成绩。但实际上，药物并不能带来这些效果。

“聪明药”其实是个统称，主要包括利他林、阿德拉和莫达非尼这三类精神药品。

利他林，是一种中枢神经兴奋剂，被广泛应用于注意力缺陷多动障碍和嗜睡症的治疗。其主要成分哌醋甲酯与可卡因在结构和药理上有相似之处，只是哌醋甲酯的效力低于后者，药效长于后者，容易使服用者忽略其潜在的危害性。最常见的不良反应就是失眠、焦虑、头痛、头晕、焦躁不安、神经质、厌食、心情低落、感觉异常、多汗、心动过速、高血压等。久服可出现

依赖性，断药后会出现注意力涣散、精神萎靡、暴躁抓狂等症状。

阿德拉，是一种用于治疗注意力缺陷与多动障碍症以及发作性嗜睡症的处方药。其主要成分右苯丙胺对中枢神经系统具有显著兴奋作用，会对大脑产生不可逆转的损伤。滥用该类药物有很大的心理成瘾性，短期服用即有明显的副作用，表现为严重的抑郁倾向，而且会产生严重的药物依赖。

莫达非尼，是一种觉醒促进剂，主要通过刺激多巴胺能神经产生觉醒作用，属于中枢神经兴奋药物。被用于有发作性睡病、阻塞性睡眠呼吸暂停综合征（低通气综合征）和轮班工作睡眠疾病的成人患者。剂量依赖性的不良反应是头痛、皮疹、抑郁、口干、失眠和恶心。莫达非尼具有潜在的成瘾性与依赖性，滥用可导致情绪不稳、抑郁、狂躁、焦虑等精神症状。

滥用“聪明药”等同于吸毒

在我国精神药品品种目录中，这些所谓的“聪明药”，全部属于国家严管的精神药品，具有成瘾性大、耐受性和副作用强的特性，其中哌醋甲酯、右苯丙胺按照第一类精神药品管理，莫达非尼自2023年10月1日起，由第一类精神药品调整为第二类精神药品。这些药只能在医生的诊断与指导下开具和使用，不能私自购买和滥用，滥用等同于吸毒。私自购买和使用可能触犯法

律，并带来严重的法律后果。

对于健康人群来说，服用“聪明药”短期内可能会有一定的精神振奋作用，但过后可能引起头痛、呕吐、过度兴奋、失眠、记忆力下降、注意力不集中等多种副作用，长期服用则可能导致更严重的后果。此外，这类药物还具有依赖性和成瘾性，可能导致药物滥用和成瘾，同时会抑制或损坏少年儿童的大脑神经发育。

大脑血管发育。

有儿童发育行为科医生表示，学习成绩不理想与学习困难并不能画等号，当预期结果无法实现时，家长要防止因过度焦虑而给孩子带来挫败感。说到底，在孩子学习问题上要秉持科学和理性态度，切勿轻信他人花言巧语。世上没有“聪明药”，不要聪明反被“聪明”误。

（综合整理自广州禁毒、中国禁毒等）

禁毒动态

宜川路街道：禁毒知识“速递”到“点”

本报讯 近日，普陀区宜川路街道平安办组织禁毒社工与禁毒志愿者深入辖区内的申通、韵达、圆通、菜鸟驿站等多个快递网点开展禁毒宣传活动，以进一步强化毒品预防宣传教育工作，提高快递从业人员识毒防毒拒毒意识，将禁毒知识精准送达快递末端，构建全方位、多层次的禁毒网络。

“图片中像糖果一样的东西其实是新型毒品，披上了糖果的‘外衣’，很容易使人上当”“现在很多贩毒分子都会通过快递运输毒品，你们在收快递时，一定要提高警惕、仔细核查，发现可疑物品要及时报警。”活动现场，禁毒社工通过发放禁毒宣传手册、仿真实物

模型讲解、真实案例生动分享等方式向快递物流点的管理人员、快递从业人员、来取快递的社区居民普及毒品的特征种类、禁毒法律法规等知识，增强大家识毒防毒的意识和能力，从源头上阻断毒品通过快递渠道进行流通的可能性，助力构建平安无毒的社区环境。

据了解，宜川路街道将继续深化与快递网点的合作，探索建立常态化的禁毒宣传机制，并计划依托快递公司内部网络平台，推送禁毒微电影、短视频等多媒体内容，让快递员在闲暇之余也能随时接受禁毒教育。通过线上线下相结合的方式，拓宽禁毒宣传的覆盖面。

（宜川路街道平安办供稿）

一线社工

在倾听与陪伴中“拨云见日”

□ 讲述：自强青浦工作站社工 许滢
整理：记者 徐荔

“我明天下午3点可以到你办公室，你在吗？”这是服务对象阿宏发来的消息。我知道，她一定有话想要和我聊聊。

每位服务对象因其个性不同、情况不一，我们与他们开展互动的方式也因人而异。和阿宏的交流就一直如细水长流，在“悄无声息”中逐渐了解她，默默陪伴她，耐心倾听她，这也是一种理解与支持，也能带去温暖与力量。

聚会中，一脚踏进深渊

阿宏没有很复杂的吸毒史，在一次交谈中，她曾说起过自己染上毒品的经历。20年前，二十多岁的阿宏还充满活力和梦想，经营着一家杂货店，一次同学聚会却改变了她的人生。

在那次聚会中，久未谋面的同窗重新聚首，岁月流转，童年的纯真面庞已悄然蜕变，多了几分陌生与成熟。聚会尾声，意犹未尽，一

位同学建议大家去卡拉OK延续这份欢聚的余温，阿宏也去了。

夜色渐深，同学陆续离开，包厢内仅余寥寥数人时，一幕令阿宏始料未及的场景出现了：提议去卡拉OK的同学竟开始吸毒。那份隐秘而危险的诱惑，在昏黄的灯光下显得格外刺眼。“会让人放松、让人开心”，同学的描述让阿宏产生了好奇。那一刻，阿宏未能抵挡住诱惑，一脚踏进深渊。

这种对“新奇”事物的尝试让阿宏体会到了痛苦和麻烦，也让她的生活发生了巨大的变化，改变了她平静的人生。“想逃离毒品的漩涡，但始终难以自拔。”阿宏曾这样向社工倾诉。

后来，阿宏还因为犯罪而服刑，我就是在她服刑期间通过书信提前与她架起了沟通的桥梁。而之后，想要有全新开始的阿宏和家人搬了家，我和她的联系却没有断。

倾听中，给予陪伴和力量

2024年7月，阿宏如约来到了我的办公室，她比上一次见面时

更加消瘦了。在交谈的时候，阿宏的眼神有些飘忽不定，似有心事。在零碎的叙述中，我拼凑了她遇到的困境，她正在打抚养权官司，希望凭自己的努力给孩子更好的就学、生活环境。

“我们这种人，组织个家庭也不容易，有什么事情我都能忍。”

“我们这种人出去谈个生意，跟别人吃顿饭，也是小心翼翼，怕被别人看不起。”

“我们这种人，吃点苦就吃点苦，谁让我们做错事。”

“我们这种人”是阿宏在交流的时候说得最多的。她说起自己在外打拼的不易，无论是应酬还是日常交往，都谨小慎微，怕自己的过去一旦暴露，就会遭受异样眼光，也因此砸了自己的饭碗。

我能感觉到阿宏内心强烈的自卑和无奈，但我没有打断她的话，我知道此时认真倾听的重要性。

阿宏搬家后，又开了一家店，为了生意，她经常需要出差，过得很辛苦。但她的认真态度让朋友觉得可靠，生意也慢慢稳当起来了。再后来，她有了自己的小家，有了孩子。

随着孩子的成长，阿宏愈发觉得要和过去的“圈子”断干净，于是很少回老家。但她始终关心着在老家的母亲，阿宏的母亲身体欠佳，阿宏便把她接到身边生活。周围邻里都夸阿宏孝顺，但是只有阿宏自己知道，母亲就是因为自己走的错路才落下了病根子。

那天见面，阿宏说了很多，我一直耐心认真地倾听，并适时地给予回应。从一开始的心绪不定，到谈话结束前的接受现实、逐渐乐观，我能感觉阿宏的情绪变化，有种拨云见日的敞亮。

不久后，我收到一条来自阿宏的短信，点开一看，简短的几行字：“社工老师，谢谢您的陪伴与理解。再次感谢，愿一切安好。”读完短信，我的嘴角不自觉地上扬，心中涌动着一股暖流。这条简短的信息，不仅仅是对我工作的认可，更是阿宏内心转变与成长的见证。

我想，作为社工，我们的工作之一就是为服务对象提供情绪价值，为他们创造倾诉空间，通过耐心的倾听让他们感受理解和支持，这种非物质的关怀有时也意义非凡。