**預防毒品近身的****六個方法:**   
**1.摒拒不良嗜好**　  在許多毒品犯罪的吸毒經驗中，大多數是從吸煙、喝酒、施用安非他命到海洛英的漸進方式發展，這些人為了追求更大的感官刺激，而走上吸毒的不歸路！ 拒毒的最基本方法就是要自始摒拒不良嗜好，而經常熬夜、日夜顛倒等不規則的生活作息，也會間接造成不良嗜好，年輕朋友更應該謹慎。    
**2.善用好奇心，不要以身試毒**　  毒品所造成的心理依賴非常可怕，吸毒犯在監獄服刑三、五年，其生理上的身癮早已戒除，但「心癮」難除，往往一出獄後又情不自禁，千方百計再度找毒，這也就是吸毒者終生進出監獄的悲慘寫照。因此千萬不要出自於好奇心，或自認「意志過人」、「絕對不會上癮」而以身試毒。    
**3.尊重自我、堅決拒毒**　  毒品所傷害的是自己的健康、生命與尊嚴。尊重自我是對自己的生命負責，千萬不要礙於情面或講求朋友義氣而接受朋友的引誘與慫恿。    
**4.建立正當的情緒抒解方法**  
　  人生不如意時常八九，難免有情緒低落、苦悶沮喪的情形，當然需要尋求舒解、宣洩，但是應該尋求正當健康的舒解方法（如聽音樂、看電影、運動、找朋友傾訴等等），如一時的空虛、鬱卒就靠毒品來舒解，反會沉淪於毒品之中而不能自拔。     
**5.認識正確用藥觀念**　  健康的身體、飽滿的精神，必須靠適當的營養、運動與休息，想用毒品藥物來提振精神或治療病痛，只不過是預支精力，透支生命的愚行罷了！    
**6.遠離是非場所**　  根據統計，電動玩具店、KTV、MTV及地下酒家、舞廳等場所，是吸毒者和犯毒者最長出沒的地方， 販毒者往往不擇手段地在這些場所設下陷阱，引誘或威脅青少年吸食、施打毒品。 提高警覺性、不隨便接受陌生人的飲料、香菸：毒害不會從天而降，通常都是經由毒販設陷阱傳送，.時下即發現有將毒品摻入香煙供人吸食的案例，所　以應該隨時提高警覺，在不熟悉的場所中，不要隨意接受他人送的飲料或香煙等，以確保自身安全。