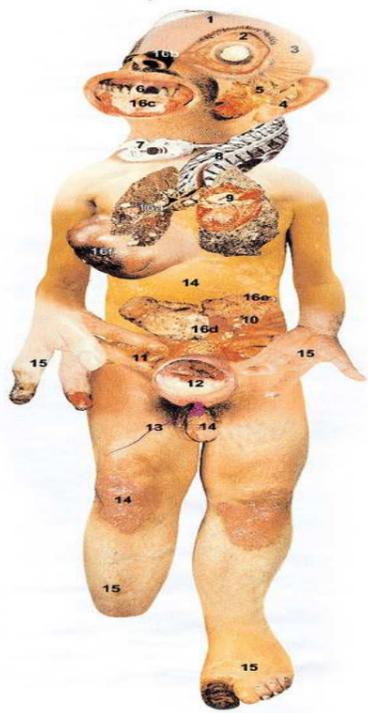


士商春暉

校長：黃贊瑾
指導老師：廖貞惠教官
編輯：士商春暉社

【本社訊】本校暑假生活須知如下，請各位同學務必遵守：

- 一、隨時注意個人言行舉止，注意安全並維護校譽。
- 二、養成良好生活習慣，規劃健康而有意義之暑假生活，注意個人作息，勿深夜外遊蕩並不涉足不正當場所。
- 三、堅毅地拒絕不良誘惑，不吸菸、不賭博、不酗酒、不嚼食檳榔、不接觸毒品、拒絕加入不良幫派及組織，以維護個人健康及學校榮譽。
- 四、暑假期間注意交通安全，不可無照駕駛，有駕照同學務必請遵守交通規則。
- 五、請同學注意交友狀況，維持兩性關係正常交往，注意安全並妥採防護措施。
- 六、臺北市政府教育局成立反霸凌、反毒品投訴專線：0800-780580（棄霸凌、我幫您）免費專線，請同學留意自身或周遭朋友，勇敢檢舉，共創友善校園及快樂學習環境。



你不可不知的菸害防制法（摘擇）

1. 第 12 條及 28 條定未滿 18 歲者，不得吸菸，父母、監護人或其他實際為照顧之人應禁止未滿 18 歲者吸菸；違反者應令其父母或監護人使其到場。無正當理由未依通知接受戒菸教育者，處新臺幣貳仟元以上壹萬元以下罰鍰，並按次連續處罰；行為人未滿 18 歲者且未結婚者，處罰其父母或監護人。
2. 第 15、16、31 條高級中等學校以下學校、圖書館等及其他供兒童及少年教育或活動為主要目的之場所全面禁菸，違反者處新臺幣貳仟元以上伍萬元以下罰鍰，並限期改正；屆期未改正者，得按次連續處罰。
3. 第 20 條各機關學校應積極辦理菸害防制教育及宣導。
4. 菸害防制法將自 98 年 1 月 11 日施行，該新法第 12 條規定「未滿 18 歲者，不得吸菸」，且第 28 條規定「違反者，應令其接受戒菸教育，行為人未滿 18 歲者且未結婚者，並應令其父母或監護人使其到場；無正當理由未依通知接受戒菸教育者，處新臺幣 2000 元以上 1 萬元以下罰鍰，並按次連續處罰；行為人未滿 18 歲且未結婚者，處罰其父母或監護人。」

戒菸後一更好的經濟成效

節省的買菸資產		銀行利率 3%	投資 15%	
一天	十年	十年	十年	
50 (約 1 包)	182,500	209,216	370,543	418,000
100 (約 2 包)	365,000	418,432	741,086	836,000
150 (約 3 包)	547,500	627,647	1,111,629	1,254,000
200 (約 4 包)	730,000	836,863	1,482,171	1,672,000
250 (約 5 包)	912,500	1,046,079	1,852,714	2,090,000

吸菸者，若每天吸菸量為兩包，則吸菸十年約需耗費三十六萬五千元，且該金額並未加計每年因通貨膨脹所導致之菸品價格調漲。若將該金額不論以保守之銀行定存或投資方式理財，其可創造之價值約為四十一萬至七十四萬元之間。若吸菸量更大者，其採購菸品價格更可能為他帶來高達一百八十餘萬元的價值。一來一往之間，吸菸十年，每天抽兩包菸的人，「曾經」是個百萬富翁（損失約八十三萬至一百四十萬元之譜），但是，他選擇了吸菸，而放棄了這個機會。

吃檳榔的不良神經系統後果

吃檳榔過量，會產生中毒症狀：

1. 輕度中毒症狀：包括四肢無力、眼神呆滯、反應遲鈍、無法合理做事等。
2. 中度中毒症狀：包括興奮、全身顫抖、走路不穩、行為不受限制，有時會有凶暴行為。
3. 重度中毒症狀：包括全身癱瘓，在癱瘓時可能會有抽筋，中毒更深時會昏迷，甚至呼吸停止而死亡。
4. 急性中毒精神症(acute toxic psychosis)：這是罕見的中毒後果。中毒者出現聽覺幻想，和自我膨脹或被迫害的狂想。

總結以上結果，吃檳榔的效果，主要作用在大腦和交感神經系統，文獻得知產生這些效果的最重要成分可能是檳榔鹼，而低劑量的檳榔鹼(可能等於一次吃一、二顆檳榔)對於自律神經系統的作用主要在交感神經。



台灣的檳榔樹...

台灣奇蹟很多，其中一大奇蹟是檳榔滿山遍野，民國八十四年統計有五萬四千五百三十四公頃種植檳榔樹，佔台灣土地總面積六十六分之一，相當於二個台北市大，『紅唇族』滿街走，超過三百萬人，與網路族差不多人數，約佔人口百分之十三以上，台灣人每天吃六千五百萬顆檳榔，檳榔西施滿路旁，口腔癌死亡佔十大死亡原因第五位，其原因百分之十八與吃檳榔有關。若不吸菸、不喝酒、不吃檳榔的人罹患口腔癌之危險率為一，則吃檳榔者，危險率為二十八倍，檳榔加上喝酒者危險率為五十四倍，檳榔加菸為八十九倍，檳榔加菸及酒為一百二十三倍。不幸台灣吃檳榔的紅唇族百分之九十是有抽煙的。同時檳榔已取代高山茶、高山蔬菜，成為台灣第二大農作物，每年山坡地因檳榔園流失五至二十公噸的砂土，地下水層下降五至二十公尺，沿海地層下陷、地下水源枯竭，「台灣環保問題及身體的癌」正逐漸擴大，侵蝕我們國土及家園。呼籲為了挽救台灣及生命，我們一起拒嚼及拒種檳榔，我們一同向檳榔宣戰。