

# 打破药品谬见

**谬见：**吸电子烟无害。

**事实：**部分电子烟，例如 Juul，包含与一包香烟同等数量的尼古丁。吸真烟和吸电子烟均会接触到致癌化学物质和重金属。

**谬见：**大麻食品很安全，只要不是吸入就好。

**事实：**服用大麻食品会导致疾病、焦虑和疼痛。有时候无法获悉大麻食品中含有多少有效成分，同时它需要数小时才能发挥作用，因此很容易过量摄入。

**谬见：**服用 OxyContin（亦称为 Oxys）和 Xanax 等药物没什么问题，因为都是医生开立的处方。

**事实：**服用不属于自己或超过处方药量的药物均属非法行为，并且可能导致成瘾问题和药物过量。街头或网络销售的海洛因、可卡因和莫莉等药丸和药物可能含有芬太尼。芬太尼是看不到、闻不到或尝不出的危险阿片类药物。

## 建议：

如果您或您认识之人存在服用药物、吸电子烟或酗酒的问题，请与可以提供帮助的人员进行交谈，例如学校辅导员、家庭成员或值得信赖的朋友。

饮酒、吸电子烟和服用药物会限制您执行重要事情的能力。最好等到年龄较大的时候，再决定是否服用药物和饮酒。

请访问 [nyc.gov/health](http://nyc.gov/health) 并搜索“Alcohol”（酒精）、“Drugs”（药物）和“Smoking”（吸烟），了解事实情况。