



藏在止咳水里的“陷阱”

本报记者 徐新怡 通讯员 郭文

90后女主播小北(化名)是个年轻漂亮的姑娘。此时,她坐在“法姐姐”面前,思维清晰,言谈间带着明媚的笑意,与同龄女孩并无二致。但谁能想到,就在一年前,她还是一名地道的“瘾君子”。如今的她,正在浙江省戒毒康复所接受戒治康复。

更让人没想到的是,令她备受折磨的成瘾性物品,竟是一种十分常见的药物——止咳水。

止咳水也会上瘾吗?它成瘾的原因又是什么?普通人能轻易购买到这样的止咳水吗?一旦与小北有同样的遭遇,该怎么办?带着这一系列问题,“法姐姐”展开了采访。

“泡”在止咳水里的女主播

小北从事的是女装直播行业。这一行看似光鲜,其实竞争压力很大,尤其费嗓子。2024年,小北因为长期做直播,用嗓过度,患上了咽喉炎。嗓子干痛、声音嘶哑、反复咳嗽,成了她的日常。

“一开始就只是想缓解症状,所以就买了某种止咳糖浆,并没有关心它的成分和可能带来的后果。”小北回忆,起初,她按说明书服用,一次大约20毫升,一日两三次,自感止咳润嗓的效果不错。后来她意外发现,喝过止咳糖浆后,似乎精神也好了不少,连续直播几小时也不觉得很累,甚至有些亢奋。于是,她下意识地直播中也会喝上几口。

小北说,现在回想起来,其实那时

候服用的量已经逐渐开始增大,但自己并没有太当回事,总觉得这甜甜凉凉的止咳糖浆能有什么危害呢。

问题暴露在2025年。那一年,小北相恋多年的男友因病去世。她万分悲痛,止咳糖浆成了她的一大“精神解药”。“起初是心里难受才喝,后来不论何时何地,老想着喝一口再喝一口。再后来,只要不喝就浑身难受。”最多的时候,她一天能喝掉四五瓶。“其实他(男友)去世之前,就已经觉察出不对劲了,苦口婆心地劝我不要再喝这个,但是我做不到。”

随着药量不断增加,小北的身心状况也出现了变化——烦躁、腹泻、体重暴涨。最可怕的一次,小北清晨醒来,感觉身体悬空、脚不沾地——“像电影慢镜头,我拼命伸手够床沿,够了好几次才抓住。”

带着惊恐与疑惑,小北终于去了医疗机构。检查结果令她大吃一惊——“可待因”成瘾。

最终,她选择了前往浙江省戒毒康复所接受康复治疗。

不“普通”的止咳水

小北的遭遇,恐怕会让很多人疑虑——止咳水是日常生活中很普通也很常见的药物,怎么会有这么大的“后劲”呢?

原因在于,相当一部分止咳水,其实一点都不“普通”——它们的主要成分之一,就是让小北上瘾的“可待因”。

可待因是什么?据浙江省戒毒康复所医院院长周颖介绍,这是一种阿片类

生物碱,通常可以从罂粟中提取,进入人体后可直接抑制脑部管控咳嗽的中枢,止咳效果迅速而强大。同时,它还具有一定的镇痛作用。可待因口服吸收快,因此常被用于感冒、止咳、镇痛类药物。但问题是,可待因具有成瘾性,长期滥用,易导致生理和心理依赖,迫使使用者不断增加剂量,停止使用后可能出现焦虑、失眠、肌肉疼痛等一系列戒断症状。而一次性大量使用,更可能造成呼吸抑制、昏迷甚至死亡等严重后果。因此,在开具和使用含可待因成分的药物方面,国家有着非常严格的规定。

记者查阅到,早在1998年,此类药物就被列入处方药进行管理。2015年5月1日起,含可待因复方口服液体剂剂被正式列入我国第二类精神药品管理,不具备资质的企业不得经营,医疗机构须使用专用处方,单方处方量不得超过7日常用量。零售环节实行专柜储存、专人管理、专册登记。非法贩卖含可待因成分的止咳水,可按贩卖毒品罪追究刑事责任。同时,用药者也必须严格遵医嘱进行服用,不可擅自加量或延长用药时间。

止咳水好买吗?

管控如此严格的情况下,导致小北成瘾的止咳水,在日常生活中能不能买到?

(下转2版)



法姐姐来了!

“6·26”国际禁毒日来临之际,“法姐姐”公益服务队走进浙江省余杭强制隔离戒毒所(浙江省戒毒康复所),采访了四个正在或曾经在这里接受戒治康复的年轻人。

他们中,有年入百万的电商老板,有19岁的辍学少女,有光鲜亮丽的女主播,也有来自东北的高二男生。不同的起点,却走向了相似的深渊——“笑气”、替来他明、“白梦”、含可待因的止咳糖浆……这些或未被列管、或看似“无害”的物质,吞噬着年轻人的身体和未来。

值得庆幸的是,他们最终选择了求助。而浙江省戒毒康复所,为他们打开了一扇重返正常生活的大门。

我们将通过这组报道,记录这些真实的故事,也记录浙江戒毒“做难而正确的事”的探索与实践。

深耕旅游警务 法润千年名湖

访杭州西湖风景名胜区党工委委员,公安分局党委书记、局长黄涛

本报记者 陈毅人 通讯员 黄伯琳

记者:杭州西湖景区是典型的开放型景区,客流高位运行,要素高度聚集。特别是灵隐景区实行“双免”政策以来,大人流管控、旅游秩序维护、网络舆情应对等多重压力交织叠加。面对这张难度系数拉满的“考卷”,景区公安如何破题?

黄涛:我们始终坚持把法治思维、法治方式贯穿风险防控全过程,全力打造开放式旅游景区风险防控体系的“杭州样板”,守好西湖景区风险防范“第一关口”。一是以法治思维建立风险谱系,实现“提前预警、主动防控”。我们守正创新,依托名胜区“大安全”防控体系建设,围绕社会稳定、治安防控、公共安全、生态保护等9大领域,按照“人、事、物、地、网”五个维度,全量梳理安全隐患,制定风险谱系,确保每类风险都有“法”可依、有章可循。二是以法治方式创新防范手段,实现“防控升级、战力提升”。我们搭建了风险防控平台这一“智慧中枢”,打通部门壁垒、深化数据融合,让风险数据“一网统聚”、态势监测“一网感知”。同时,我们创新构建人机协同、集群作战的“AI西

子警队”与地面警力实时联动。近期分局“机器人集群与协同平台及示范场景”获得2026数字中国创新大赛智能科技赛道一等奖。三是以法治实践完善巡防模式,确保“防控严密、处置高效”。我们以“情指行”一体化总机制为统领,构建“地面步巡+空中无人机+水上船只+监控视频”的立体巡防模式。“双免”政策实施以来,分局持续完善了预约入园、圈层管控、流线优化等措施,大人流管控做到“忙而不乱、井然有序”。

记者:当前,各类涉生态、涉旅游乱象潜在多发,景区治理涉及公安、行政执法、市场监管、旅游法庭等多个部门,但各部门容易陷入“单打独斗”,西湖景区公安在“强治理”方面,如何跨前一步、打破壁垒,画出最大“同心圆”?

黄涛:法治是最好的治理方式,而协同是最优的治理路径。我们以“共建共治共享”理念为引领,构建起全方位、立体化的景区治理新格局。一是机制创新先行,构建治理体系。我们牵头联合法院、文旅等部门,推动设立全省首家旅游法庭,打造“司法+旅游”深度融合的治理新模式。今年以全区“春雷行动”为抓手,拘留“黄鱼

车”“黑车”司机14人,处罚“野导”“黄牛”“炸街”等违法人员103人次;查处假冒著作、“收费包入园”、强索香火钱等新型违法行为,采取强制措施6人、行政拘留5人。二是生态治理联动,筑牢绿色屏障。我们牵头成立“名胜区生态共治中心”,通过“联合整治+科技赋能”模式,联合执法32次,查处生态类案件19起,行政拘留5人。三是矛盾快调快处,提升治理效能。我们创新“1+N”联调模式,联合旅游法庭、市场监管等多部门力量,建立“现场联调+云端调解”双通道;依托“智慧景区治理平台”,在夜经济商圈设置“矛盾快处工作站”,确保即刻响应。

记者:法治浙江建设最终落脚点是“法治为民”。西湖景区公安如何让游客在畅游山水的同时,感受到法治护航的“力度”“温度”和“精度”?

黄涛:法治为民,既要守住安全底线,也要护航经济发展,更要传递服务温度。一是以贴心服务传递法治温度,让游客体验获得感。创新打造“服务+管理”双引擎。我们牵头制定杭州义警地方标准,整合163支队伍共1.3万余

名群防力量,依托“西子寻助”“西子应ing”服务,构建“一呼百应”快响圈,年均帮助游客超10万人次;同步以科技赋能安全守护,自主研发“水保”“AI水上救援”“山警”等智能系统,年均救助遇险游客140余人。二是以法治护航激活经济动能,让治理彰显精准度。我们围绕旅游新业态,出台20条护航举措,年均保障花展、市集、赛事等活动100余场,助力文旅消费持续升温;同时,聚焦西湖龙井、宋韵文化等“金名片”,连续7年开展知识产权保护专项行动,挽回经济损失3000余万元。三是以规范执法塑造代言形象,让警队成为“法治名片”。我们制定《旅游警务执法指引》,升级“景安巡逻队”,创新推出“AI西子警队”、数字警察“警小西”、IP形象“警平安”,让“西子警队”成为与西湖美景交相辉映的风景线。

走深走实作典范
——政法领导干部谈体会