
真実を知ってください
リタリン乱用
825 N. HARVARD BLVD.
LOS ANGELES, CA 90029
TAKE 1 TAB
MORNING
RITALIN 10
ROUND WHITE 10
Lblr: MALLINKRT
SMOOKLER
R-ボール
リタ
スマーティーズ
jp.drugfreeworld.org

この小冊子が制作された理由

薬物についてのさまざまな情報が氾濫しています。学校や街中、インターネットやテレビで。その中には正しい情報もありますが、そうでないものもあります。

薬物に関して耳にするほとんどのことが、実は売人からのものなのです。かつての売人たち曰く、「買わせるためならどんなでたらめでも言う。」

薬物についての実態と真実を知ればまともな決断を下すことができます。この小冊子は、そのために制作されたものです。あなたのために。

あなたのご意見、ご感想は貴重です。ですからこの小冊子について感じたことをお知らせください。**jp.DrugFreeWorld.org** にアクセス、または **info@drugfreeworld.org** までＥメールでご連絡ください。



リタリンとは？

リタリンは、いわゆる「勉強薬」の最初期の1つで、塩酸メチルフェニデートの一般名であり、合衆国麻薬取締局で「目録II」の麻酔薬として分類されています。これは、コカイン、モルヒネ、アンフェタミン* と同じ分類です。その刺激作用を求めるティーンエイジャーによって乱用されることがよくあります。

処方された場合でも、リタリンは神経過敏、不眠、食欲不振、脈拍の変化、心臓の問題、体重減少などの深刻な副作用を引き起こす可能性があります。製造業者は、使用者がそれに依存するようになる可能性があると警告しています。

リタリンの乱用が広がるにつれ、アデロール、コンサータ、メタデータ、デキセドリン、フォカリン、ビバンセといった他の多くの「勉強薬」が市場に出回りました。これらの薬もまた、中枢神経刺激剤であり、似たような効果があります。2020年までに、2種類のアンフェタミンを混ぜたアデロールは、リタリンよりも頻繁に乱用されるようになりました。



米国食品医薬品局（FDA）は、リタリンやそれに類似した薬物が、幻覚、自殺衝動、精神病的行動、攻撃性、暴力を引き起こす可能性があるという公衆衛生上の警告を発しました。

* アンフェタミン：強力な中枢神経系（脳と脊髄）刺激薬で、しばしばスピードと呼ばれる



リタリンの通称

- ダイエット・コーク
- キディ・コカイン
- キディ・コーク
- 貧乏人のコカイン
- R-ボール
- リッズ
- スキットルズ
- スマーティーズ
- ビタミンR

貧乏人のコカイン

ある麻薬取締官が、ADHDの薬の影響について議会で証言し、コカインとリタリンを与えられた動物と人間に関する研究を引用しました。被験者は、両者の違いが分かりませんでした。その取締官は、「それらはほとんど同じ影響を及ぼします」と結論付けました。

リタリン、アデロール、そしてそれに似た薬は簡単に手に入り、安価です。錠剤はしばしば誰かの処方から取られたり、盗まれたり、不正に入手されたりして、1錠1ドルから20ドルで売られます。

これらの薬は中枢神経刺激剤であるため、化学的にはコカインに似ています。液体として注射されると、依存者が渇望する強力なラッシュをもたらします。



コカインとリタリンを与えられた被験者は、違いが分かりませんでした。

「勉強薬」に関するいくつかの事実



リタリンは錠剤の形で扱われます。リタリンの5mg錠は淡黄色、10mg錠は淡緑色、20mg錠は白色または淡黄色です。どれも、用量を示す番号が刻印されています。

アデロール、コンサータ、ビバンセには、さまざまな形状と用量があります。

「勉強薬」は、体の神経系を刺激します（活動を高めます）。しかし、製造業者でさえ、これらの薬がどのように作用するのか、実際には誰も分かっていないことを認めています。「人における作用機序は、完全には理解されていません。」

乱用者は錠剤を粉末にして、それを吸引します。

この薬は水溶性で、注射できる液体に変えるのが簡単です。

DEAが指摘しているように、「合法的な流通経路から逸脱した医薬品が、乱用されるメチルフェニデートの唯一の供給源です。」言い換えれば、乱用される薬の錠剤はすべて製造業者から出たものであり、路上で作られたものは1つもありません。

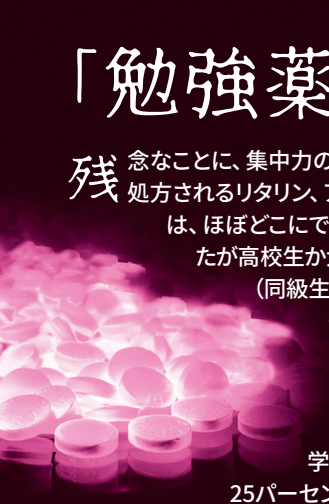




「今では、私はハイになるために20ミリグラムの錠剤を2〜3錠飲むことに耐性ができてしまいました。私は自分の依存を認識しています。私は『クラックアウト』したり、ゾンビのようになっています。」—アレックス

「勉強薬」を見つける

残念なことに、集中力の欠如や多動のために処方されるリタリン、アデロール、その他の薬は、ほぼどこにでもあります。例えばあなたが高校生か大学生なら、麻薬密売人（同級生）はあなたから利益を得るために、気軽に声をかけてきて簡単に入手することができるでしょう。



学校によっては、生徒の25パーセントもが、これらの薬の1つを常用しています。多くの場合、学校の構内には、こうした薬物が近くの薬局よりも多くあることが麻薬取締局の調べによってわかりました。

なぜ、勉強薬の乱用はこんなにも一般的なのでしょうか？それは実に簡単です。ある「友達」が、自分の弟の処方薬を何粒か取ってきて、1粒5ドルで売るのです。

もっと手っ取り早く手に入れたいと思う生徒は、学校の保健士に自分は「学習障害だ」とか「集中できない」と告げます。そのようにして処方薬を入手し、その薬を後で使用するために取っておき、余った分は友人に配るのです。

リタリンのような強力な中枢神経刺激剤＊を無制限に配布することは法律で禁止されていますが、残念なことに、これらの薬物はどこでも自由に入手できます。キディ・コカインと呼ばれるものは、キャンディーのように配られています。

＊中枢神経刺激剤：エネルギーや鋭敏さが一時的に増す薬品。同時に血圧や脈拍、呼吸数も増大する。



「オーバードーズ（過剰摂取）みたいな状態になってしまうんだ。ものすごく過敏になって、気分が激しく動揺する。全く狂ってるよ。」―ジェイク



どのように始まるのか

始まりは、いたって単純です。ある生徒が、勉強で少し遅れをとります。試験が迫っていて、その準備をしなくてはなりません。彼は合格点を取るために、深夜遅くまで起きていなければなりません。コーヒーは彼の気分をいらつかせる一方、ほとんどの友人は、エネルギーを通常以上に高めてくれるこれらの錠剤を使っています。「よし決めた。数ドル、数ドルで1錠を手に入れ、徹夜で勉強し、集中するんだ!」

そんな風に始まりますが、多くの場合、そこで終わることはありません。

吸収を早めるためにリタリンを砕いて粉末にし、コカインのように鼻から吸引する生徒もいます。ある使用者は「何時間も起きていられるよ」と言っています。

まさにコカインやその他の中枢神経刺激剤のように、

愉快な「高揚した気分」は、必ず疲労感、憂うつ感、注意力の低下という虚脱症状を引き起こします。アデロールを服用しているある学生は、「最高に冴えた」感覚が、翌日には虚脱と疲労の状態に変わる、と話しています。別の使用者は「薬が切れた後は、いつも無気力状態に陥る」と言っています。

もちろん、それらの薬物常習者はこの虚脱感が、もう1粒飲むことで「楽」になり、また元の状態に戻るということを知るようになります。そういった具合に進みます。

次にはより大きな快感を得るため、大量の服用、または吸引を始めるかもしれません。そして薬への耐性がますますできるため、さらに多くの量が必要となります。リタリンやアデロール、その他の中枢神経刺激剤を大量に摂取すると、けいれんや頭痛、幻覚を引き起こすことがあります。強力なアンフェタミン系の薬物の摂取は死につながる場合さえあります。この薬物によるダメージが原因で、子供たちが心臓麻痺を起こして死亡するという悲劇的な事例も数多くあります。

「私は7年生の時に初めてリタリンを試しました。それを処方されました―学校でうまくいかない言い訳をするために、私は軽度のADD（注意欠陥障害）を装っていたので、彼らは私がADDだと思ったのです。自分が依存していることに気付かず、気付いた時には、他の常習的な薬物使用者と何ら変わりありませんでした。

私は1日40mgほど取っていて、それが私を絶好調にしてくれると感じていました。私は何日も寝ずに起きていて、ひどい精神病的な発作を起こすまでになりました。それは恐ろしいものでした！すべてが溶けるようにぼやけて見え、とにかくぞっとするような体験でした。」―アンドレア

処方された中枢神経刺激剤が引き起こす悪影響

これらのアンフェタミン系の薬品は、他の覚せい剤と同様、食欲の減退、不眠症、心拍数の上昇を引き起こしています。特に注射や吸引によって、これらの薬物を大量に乱用すると、体にさらに大きな負担をかけます。心臓へのストレスは、命に関わることもあります。

リタリンを長期間使用していた10代の若者が、ある日スケートボードをしている最中に倒れました。心臓発作で亡くなったのです。

リタリンを注射すると、体にさらに破壊的な影響を及ぼします。化学化合物であるメチルフェニデートは水に完全に溶けますが、その錠剤には不溶性の微粒子も混合されています。これらの固体物質は、血流に注入されることにより毛細血管を塞ぎ、肺や目に深刻な損傷をもたらしています。

身体への影響に加えて、この薬物は短期的な使用でさえ深刻な感情の問題を引き起こします。幻覚症状や、精神に異常をきたしたような行動もしばしば見られます。

テキサス州のある研究者は、リタリンで「治療」された12人の子ども全員に、がんの危険性を示す遺伝子の異常が見られたことを発見しました。

短期的な影響

- 食欲減退
- 心拍数、血圧、体温の上昇
- 瞳孔の拡大
- 睡眠障害
- 吐き気
- 奇怪でとっぴな、時に暴力的な行動
- 幻覚症状、過度の興奮、過敏性
- パニック、精神異常
- 過剰摂取によるけいれん、脳卒中、突然死

長期的な影響

- 心臓および脳血管の永久的な損傷
- 心臓発作、卒中、死につながる高血圧
- 肝臓、腎臓、肺の損傷
- 鼻から吸引した場合、鼻の中の細胞破壊による鼻血
- 喫煙した場合、呼吸器の障害
- 注射の場合、伝染病やはれもの
- 栄養失調、体重の減少
- 周囲を正しく認識できなくなる、無気力、混乱から来る極度の疲労
- 強い心理的依存
- 精神異常
- 抑うつ
- 脳卒中やてんかんを含む脳の損傷



「勉強薬」は他の薬物につながる



リタリンやその他の中枢神経刺激剤を使用すると耐性ができ、同じハイを得るためにより強い薬物を摂取することにつながる可能性があります。

これらの薬物自体が、その人を他の薬物に導くわけではありません。人々は、望ましくない状況や感情を取り除くために薬物を摂取します。薬物は問題を一時的に隠します（使用者

カートの物語：ロック界の伝説、カート・コバーンは、7歳の時にリタリンを服用し始めました。コバーンの未亡人であるコートニー・ラブは、この薬品がその後の強力な薬物の乱用につながったと見ています。彼は1994年に自殺しました。ラブもまた、子供の頃にリタリンを処方されました。彼女はその経験を次のように語っています。「子供の頃にこの薬を服用して、多幸感を感じるようになったら、大人になった時にどこに向かうことになるでしょう？」

がハイになっている間)。その「ハイ」な状態が失せると、問題や望ましくない状況が、以前にも増して強烈になって戻ってきます。その後、使用者は「もう効かない」ので、より強い薬物に手を出すかもしれません。

国立衛生研究所の研究によると、中枢神経刺激剤を医療目的以外で使用する人は、他の薬物を乱用したり、物質使用障害を抱えたりする可能性が高いことが分かりました。疾病予防管理センターは、若者が処方薬を誤用すると、精神的健康問題や自殺のリスクが高まり、暴力的になりやすいと指摘しています。

よくある正当化

(その罠に陥らないでください)

これらの強力な薬物を使用するための正当化はたくさんあります。それらをありのままに認識してください—嘘です!

- **みんなが使っている。**
- **勉強の時に使うだけ。**
- **兄は学習障害のために使っている。そんなに悪いはずはない。**
- **依存性はない。**
- **コントロールできる。使いたくなければ、もう使わなくていい。**

友達も含め、人から言われるこのような正当化に引っかからないでください。

リタリンによる死

リタリンを多量に服用すると、他の中枢神経刺激剤の乱用と同様の症状を引き起こします。震えや筋肉のけいれん、偏執症*、そして皮膚の下を虫やミミズが這っているような感覚です。

ある17歳の少年は、リタリンの錠剤を砕いたものを鼻から吸引し、何日も寝ないで過ごした末に精神異常を起こし、手斧で両親を殺害し、兄弟や姉妹に重傷を負わせました。



マシューの話:

マシューは、7年間リタリンを服用していた10代の少年でした。彼は2000年3月に突然亡くなりました。心臓に問題があったという病歴はありませんでしたが、検死解剖で小血管の損傷がはっきりと見つかりました。彼の両親は、検死官の1人から、健康な成人男性の心臓の重さは約350グラムだと告げられました。マシューの心臓は402グラムありました。彼の死亡診断書には「メチルフェニデート（リタリン）の長期使用による死亡」と記されています。

* 偏執症：証拠や正当な理由もなく、他人に対する極度で不合理な不信感や恐れ

テネシー州の21歳の大学生は、アデロールを乱用し始め、ますます偏執症となりました。彼の転落は、旅客列車の前に飛び出して命を絶ったことで終わりました。

アデロールに対する食品医薬品局の警告ラベルでさえ、乱用は「過剰摂取や死を招く可能性がある」と述べています。

それを乱用するのは犯罪です

米国では、処方された中枢神経刺激剤を不適切に使用すると、厳しい刑事罰の対象になります。初めての密売の罪（友人に1錠か2錠を分け与えただけでも有罪になります）に対する罰則には、最高20年の懲役刑と最高100万ドルの罰金が含まれます。

密売が死や重傷をもたらした場合は、20年から終身刑です。



「私のスピードへの興味と、それに依存するようになったのは、リタリンを処方された時から始まったのだと気付きました。最初は毎週末でした。それから毎日になりました。

私は、頭上を飛ぶ鳥の幻覚を見たり、1人でいる時に同じ部屋に人がいるように感じたり、偏執症の初期症状を感じ始めました。私は、友人のデキセドリンの処方薬を1週間で全部使い果たしました。それから、リタリンに戻り、そこから続けました。

12年生のことはあまり覚えていません。ただ、どうにもならないほど気分が落ち込んでいたこと、理解力が極端に低下していたこと、そのせいで学校の成績が最悪だったことだけは覚えています。私はかろうじて卒業し、大学に行く計画は全く立てませんでした。

締め切り間際に手続きして、何とか地元の大学に入学しました。スピードを欲する気持ちが全てに打ち勝つまで、私は約17日間クリーンでいることができました。私は1週間授業に出ただけで、完全に挫折しました。」—サム

リタリン乱用の範囲

リタリンやアデロールのような処方薬の乱用が増加しています。

ある学校では、過去1年間にこれらの薬のいずれかを違法に乱用した生徒が4人に1人もいます。つまり、処方箋なしで、または医学的な理由なしで使用したということです。

乱用の一因となっているのは、リタリンやその他の中枢神経刺激剤の処方箋の数が急増していることです。

米国では、中枢神経刺激剤の処方箋の数が1991年の約500万件から2007年には3,500万件近くに急増しました。それは2022年には7,900万件にまで増え続けました。



これらの薬の1つを使用したことによって救急治療室を訪れる人の数は、10年前に救急治療室に行った人の数のほぼ6倍でした。

8年間で、米国では処方薬のアンフェタミンが関与した死亡が8,240件、メチルフェニデートが関与した死亡が295件ありました。

2018年の中枢神経刺激剤使用者の救急外来受診数は、2008年のほぼ6倍。



「結局、もっと強いアンフェタミンをたくさんやるようになって、すぐに落ちぶれてしまいました。もしリタリンを使い始めていなかったら、アンフェタミンに興味を持つことはなかったかもしれません。」
—アンディー

真実を知ってください：薬物

薬物は基本的に毒です。その作用は、摂取する量によって決まります。

少し摂取すると、活動をより活発にする中枢神経刺激剤として作用します。多めに摂取すると、活動を抑制する鎮静剤として作用します。さらに多量に摂取すると毒となり命を奪います。

これはどの薬物にも当てはまります。こうした作用を引き起こすのに必要な量が違うだけです。

それだけではなく、多くの薬物には人のマインドにも影響を及ぼす弊害があります。薬物を取っている人が自分の周囲で起こっていることを知覚しても、それは歪んだものになってしまう可能性があります。その結果、その人の行動は奇妙だったり、不合理であったりするかもしれません。暴力的になることもあるでしょう。

薬物は、全ての感覚を遮断します。望ましい感覚も望ましくない感覚もです。そのため、短期的には痛みを和らげるために役に立ちますが、同時に人の能力や機敏さを消し去り、思考を不明瞭にします。

医薬品は、身体の働きを良くしようとして、何かを速めたり、遅くしたり、身体の働きを変えることを意図した薬物です。時には必要ですが、薬物であることに変わりはありません。中枢神経刺激剤や鎮静剤といった薬物を取り過ぎれば命を落とすこともあります。したがって、医薬品は規定通りに使用されない場合、違法薬物と同様に危険なものになり得ます。


本当の解決策は、
事実を認識し、最初から
薬物など使用しないことです。

なぜ人は薬物を取るのでしょう？

人が薬物を取る理由は、自分の人生を変えたいと思うからです。

若い世代の人たちが薬物を取る理由には、以下のものがあります。

- 周りとうまくやっていきたい。
- 問題から逃避、またはリラックスするため。
- 退屈を紛らわすため。
- 大人になったような気がするから。
- 反抗するため。
- どんなものか試してみたい。

こういった若者は、薬物が問題を解決してくれると思っているのです。しかし、結局のところ薬物は問題にしかなりません。

自分の問題に直面することが困難なこともあるでしょう。しかし、薬物によって解決しようとしている問題よりも、薬物を使用した方が常に悪い結果を招きます。本当の解決策は、事実を認識し、最初から薬物など使用しないことです。



この小冊子を含む薬物防止教育小冊子のシリーズは、これまでに20以上の言語で出版され、世界中で何百万部も配布されてきました。



新しい薬物が次々と世の中に出回っており、その影響に関する新たな情報が知られるようになっています。本シリーズはそうした新しい情報を盛り込んだ最新版です。

これらの小冊子シリーズは、カリフォルニア州ロサンゼルスを拠点とする非営利の公益法人「薬物のない世界のための財団」によって出版されています。

財団は、その国際防止ネットワークを通して各種教育資料や助言を提供したり、調整を行ったりしています。また、青少年や保護者、教育者やボランティア団体、政府機関ばかりではなく、薬物乱用のない人生を送ることに関心のある人なら誰とでも協力しています。

参照文献：

この小冊子をまとめるのに使われた参照文献：jp.DrugFreeWorld.org/refs

写真：5ページ：ITAR-Tass；8、9ページ：istockphoto.com、Matty Symons

知っておくべき真実

この小冊子を含む薬物防止教育小冊子のシリーズには、マリファナ、アルコール乱用、フェンタニル、危険ドラッグ、エクスタシー、コカイン、クラック・コカイン、覚せい剤、有機溶剤 / 吸入ガス、ヘロイン、LSD、処方薬乱用についての正確な情報がまとめられており、読者が自分の意志で薬物のない人生を送ることができるように役立つ内容になっています。

無料オンライン・コースを行う、または地域の薬物のない世界支部とつながるには、jp.DrugFreeWorld.org にアクセスしてください

薬物のない世界のための財団

jp.DrugFreeWorld.org • info@drugfreeworld.org

1 (888) 668-6378 • 1 (818) 952-5260

この小冊子をダウンロードするには ここをスキャン

© 2025年 Foundation for a Drug-Free World. 不許複製。Truth About Drugs および薬物のない世界のための財団のロゴは Foundation for a Drug-Free World が所有しており、使用にあたってはその許可が必要です。#S001562 - Japanese