

# STARTS WITH **one**

Washington State  
Health Care Authority

华盛顿州卫生保健管理局发起了一项预防阿片类药物滥用的活动。该活动旨在向华盛顿民众宣传和科普滥用及滥用处方药的危害，推广安全存储和弃置药物的正确做法。

## 可分享的 社交媒体文章

在您自己的社交媒体页面上分享这些文章。

### 一般文章：

- 华盛顿州正在开展一项新的科普教育活动以预防滥用和滥用阿片类药物，推广安全存储和弃置处方药的正确做法。欲了解有关华盛顿州预防阿片类药物滥用活动的更多信息，请浏览：[GetTheFactsRx.com](http://GetTheFactsRx.com)。  
- 链接/标签：[GetTheFactsRx.com](http://GetTheFactsRx.com)

### 适用于年轻读者的文章：

- 阿片类药物会对你的大脑产生什么影响？它为什么会让人上瘾？了解更多事实：国家药物滥用研究所[<https://teens.drugabuse.gov/blog/post/what-opioid>]。欲了解有关华盛顿州预防阿片类药物滥用活动的更多信息，请浏览：[GetTheFactsRx.com](http://GetTheFactsRx.com)。  
- 链接/标签：<https://teens.drugabuse.gov/blog/post/what-opioid>
- 阿片类药物过量的应对措施：分秒必争。<http://stopoverdose.org/section/learn-about-overdose/>。欲了解有关华盛顿州预防阿片类药物滥用活动的更多信息，请浏览：[GetTheFactsRx.com](http://GetTheFactsRx.com)。  
- 链接/标签：<http://stopoverdose.org/section/learn-about-overdose/>
- 在18-25岁的年轻人中，处方药的非医疗使用比例最高。欲了解更多信息，请浏览：<http://bit.ly/2ju3CgA>。欲了解有关华盛顿州预防阿片类药物滥用活动的更多信息，请浏览：[GetTheFactsRx.com](http://GetTheFactsRx.com)。  
- 链接/标签：<http://bit.ly/2ju3CgA>
- 您是否有亲朋好友正在经历阿片类药物滥用障碍？请拨打物质滥用和精神健康服务管理局全国热线：1-800-662-4357。欲了解有关华盛顿州预防阿片类药物滥用活动的更多信息，请浏览：[GetTheFactsRx.com](http://GetTheFactsRx.com)。
- 什么是阿片类药物使用障碍？这是一种可能复发的慢性疾病，可通过药物治疗和支持服务获得有效控制。欲了解更多信息，请浏览：<http://stopoverdose.org/section/medication-assisted-treatment/>。欲了解有关华盛顿州预防阿片类药物滥用活动的更多信息，请浏览：[GetTheFactsRx.com](http://GetTheFactsRx.com)。  
- 链接/标签：<http://stopoverdose.org/section/medication-assisted-treatment>

[GetTheFactsRx.com](http://GetTheFactsRx.com)

**适用于年长读者的文章：**

- 您的药箱里有什么？滥用处方止痛药的年轻人通常会从朋友或家人那里取得药物。锁好您的药物，保护您的家人。了解更多信息：[www.lockyourmeds.org](http://www.lockyourmeds.org)。欲了解有关华盛顿州预防阿片类药物滥用活动的更多信息，请浏览：[GetTheFactsRx.com](http://GetTheFactsRx.com)。  
- 链接/标签：[www.lockyourmeds.org](http://www.lockyourmeds.org)
- 您知道吗？一些地方政府，例如塔可玛市（City of Tacoma）和奇萨璞郡（Kitsap County），明令禁止将家庭使用药物直接弃置在垃圾桶中，因为它们具有环境危害性。请充分利用安全药物回收计划，而不是将药物直接弃置在垃圾桶中。欲了解更多信息，请浏览：[www.takebackyourmeds.org](http://www.takebackyourmeds.org)。欲了解有关华盛顿州预防阿片类药物滥用活动的更多信息，请浏览：[GetTheFactsRx.com](http://GetTheFactsRx.com)。  
- 链接/标签：[www.takebackyourmeds.org](http://www.takebackyourmeds.org)
- 您知道吗？年长人士滥用药物的风险高于一般人群。这与他们疼痛、睡眠障碍和焦虑的发病率较高有关。欲了解更多信息，请浏览：<http://bit.ly/2w6LcVu>。欲了解有关华盛顿州预防阿片类药物滥用活动的更多信息，请浏览：[GetTheFactsRx.com](http://GetTheFactsRx.com)。  
- 链接/标签：<http://bit.ly/2w6LcVu>
- 不确定您药橱里的处方药是否属于阿片类药物？请查阅：<http://bit.ly/2fbxKMF>。欲了解有关华盛顿州预防阿片类药物滥用活动的更多信息，请浏览：[GetTheFactsRx.com](http://GetTheFactsRx.com)。  
- 链接/标签：<http://bit.ly/2fbxKMF>
- 您是否服用阿片类药物用以管理慢性或急性疼痛？请通过“阿片类药物过量风险检查”来了解用药过量风险，以及如何降低用药过量的风险：<http://stopoverdose.org/section/am-i-at-risk/>。欲了解有关华盛顿州预防阿片类药物滥用活动的更多信息，请浏览：[GetTheFactsRx.com](http://GetTheFactsRx.com)。  
- 链接/标签：<http://stopoverdose.org/section/am-i-at-risk/>

---

**适用于父母读者的文章：**

- 您的孩子是否拔了智齿？如果拔了智齿，医生可能会给他们开阿片类止痛药。您可以使用其他非成瘾性止痛药作为替代。请咨询您的口腔医生或牙医。了解更多信息：<https://www.cdc.gov/drugoverdose/prescribing/patients.html>。欲了解有关华盛顿州预防阿片类药物滥用活动的更多信息，请浏览：[GetTheFactsRx.com](http://GetTheFactsRx.com)。  
- 链接/标签：<https://www.cdc.gov/drugoverdose/prescribing/patients.html>
- 您是否与孩子谈论过处方止痛药的危险？从父母处学习这一知识的孩子用药的可能性会降低50%。开启话题的小提示：<http://health.usnews.com/wellness/family/articles/2017-04-17/7-tips-for-talking-to-your-kids-about-the-lethal-dangers-of-opioids>。欲了解有关华盛顿州预防阿片类药物滥用活动的更多信息，请浏览：[GetTheFactsRx.com](http://GetTheFactsRx.com)。  
- 链接/标签：<http://health.usnews.com/wellness/family/articles/2017-04-17/7-tips-for-talking-to-your-kids-about-the-lethal-dangers-of-opioids>
- 如果您的亲朋好友正在与阿片类药物上瘾抗争，请浏览：<http://stopoverdose.org/section/for-families/>，为您自己和其他家庭成员获取实用资源。欲了解有关华盛顿州预防阿片类药物滥用活动的更多信息，请浏览：[GetTheFactsRx.com](http://GetTheFactsRx.com)。  
- 链接/标签：<http://stopoverdose.org/section/for-families/>

- 您是否担心您的孩子会以非处方手段获取并服用处方药物？点击此处了解如何预防误用和滥用阿片类药物的小提示：<https://drugfree.org/article/talk-with-your-kids/>。欲了解有关华盛顿州预防阿片类药物滥用活动的更多信息，请浏览：[GetTheFactsRx.com](http://GetTheFactsRx.com)。  
- 链接/标签：<https://drugfree.org/article/talk-with-your-kids/>
  - 您是否不知道应将处方药放在哪里？请浏览：<http://www.providence.org/blog/2017/04/safely-storing-and-disposing-of-expired-medicine>，了解如何安全存储您的药物。欲了解有关华盛顿州预防阿片类药物滥用活动的更多信息，请浏览：[GetTheFactsRx.com](http://GetTheFactsRx.com)。  
- 链接/标签：<http://www.providence.org/blog/2017/04/safely-storing-and-disposing-of-expired-medicine>
-