

# STARTS WITH **one**

Washington State  
Health Care Authority

Washington State Health Care Authority (Управління охорони здоров'я штату Вашингтон) розпочало кампанію з попередження зловживання опіоїдами. Кампанія має на меті інформування та просвіту жителів штату Washington (Вашингтон) щодо небезпек неправильного вживання й зловживання рецептурними ліками, а також пропагування їх безпечного зберігання та утилізації.

## Спільні публікації в соціальних мережах

Діліться цими публікаціями на власних сторінках в соціальних мережах.

### Повідомлення для широкого загалу:

- Штат Washington (Вашингтон) розробив нову освітню кампанію з попередження неправильного вживання та зловживання опіоїдами, а також із заохочення безпечного зберігання й утилізації рецептурних ліків. Детальніше про кампанію штату Washington (Вашингтон) з попередження зловживання опіоїдами можна дізнатися на сайті [GetTheFactsRx.com](http://GetTheFactsRx.com).  
- Посилання/ter: [GetTheFactsRx.com](http://GetTheFactsRx.com)

### Повідомлення для молодіжної аудиторії:

- Як опіоїди впливають на ваш мозок і чому вони викликають звикання? Уся інформація тут: [The national Institute on Drug Abuse \(Національний інститут зловживання наркотиками\) \[https://teens.drugabuse.gov/blog/post/what-opioid\]](https://teens.drugabuse.gov/blog/post/what-opioid). Детальніше про кампанію штату Washington (Вашингтон) з попередження зловживання опіоїдами можна дізнатися на сайті [GetTheFactsRx.com](http://GetTheFactsRx.com).  
- Посилання/ter: <https://teens.drugabuse.gov/blog/post/what-opioid>
- Що робити в разі передозування опіоїдами: на рахунку кожна хвилина (<http://stopoverdose.org/section/learn-about-overdose/>). Детальніше про кампанію штату Washington (Вашингтон) з попередження зловживання опіоїдами можна дізнатися на сайті [GetTheFactsRx.com](http://GetTheFactsRx.com).  
- Посилання/ter: <http://stopoverdose.org/section/learn-about-overdose/>
- Немедичне вживання рецептурних ліків найбільше зустрічається серед молодих людей віком від 18 до 25 років. Для отримання додаткової інформації перейдіть за посиланням: <http://bit.ly/2ju3CgA>. Детальніше про кампанію штату Washington (Вашингтон) з попередження зловживання опіоїдами можна дізнатися на сайті [GetTheFactsRx.com](http://GetTheFactsRx.com).  
- Посилання/ter: <http://bit.ly/2ju3CgA>
- Ваш друг або член родини страждає розладом від неправильного вживання опіоїдів? Зверніться на гарячу лінію Substance Abuse and Mental Health Services Administration (Управління служби лікування наркотичної залежності та психічних розладів) за телефоном: 1-800-662-4357. Детальніше про кампанію штату Washington (Вашингтон) з попередження зловживання опіоїдами можна дізнатися на сайті [GetTheFactsRx.com](http://GetTheFactsRx.com).
- Що таке розлад від вживання опіоїдів? Це хронічне рецидивуюче захворювання, яке можна дуже ефективно лікувати за допомогою медикаментозної та підтримуючої терапії. Детальніше за посиланням: <http://stopoverdose.org/section/medication-assisted-treatment/>. Детальніше про кампанію штату Washington (Вашингтон) з попередження зловживання опіоїдами можна дізнатися на сайті [GetTheFactsRx.com](http://GetTheFactsRx.com).  
- Посилання/ter: <http://stopoverdose.org/section/medication-assisted-treatment/>

**GetTheFactsRx.com**

**Повідомлення для людей похилого віку:**

- Що знаходиться у вашій аптечці? Молоді люди, які зловживають рецептурними знеболюючими, найчастіше беруть їх у друга або члена родини. Захистіть своїх близьких і заблокуйте доступ до аптечки. Дізнайтеся, як це зробити на сайті: [www.lockyourmeds.org](http://www.lockyourmeds.org). Детальніше про кампанію штату Washington (Вашингтон) з попередження зловживання опіоїдами можна дізнатися на сайті [GetTheFactsRx.com](http://GetTheFactsRx.com).  
- Посилання/ter: [www.lockyourmeds.org](http://www.lockyourmeds.org)
- Чи знали ви, що деякі органи місцевого самоврядування, такі як місто Тасома (Такома) та Kitsap County (округ Кітсен), забороняють викидати побутові ліки разом зі сміттям, оскільки вони становлять небезпеку для навколишнього середовища? Замість того, щоб викидати застарілі ліки в смітник, скористайтеся безпечною програмою повернення лікувальних препаратів. Детальніше на сайті: [www.takebackyourmeds.org](http://www.takebackyourmeds.org). Детальніше про кампанію штату Washington (Вашингтон) з попередження зловживання опіоїдами можна дізнатися на сайті [GetTheFactsRx.com](http://GetTheFactsRx.com).  
- Посилання/ter: [www.takebackyourmeds.org](http://www.takebackyourmeds.org)
- Чи знаєте ви, що люди похилого віку більш схильні до передозування ліками, ніж населення в цілому? Це пов'язано з такими факторами, як частіше відчуття болю, порушення сну й стурбованість. Детальніше за посиланням: <http://bit.ly/2w6LcVu>. Детальніше про кампанію штату Washington (Вашингтон) з попередження зловживання опіоїдами можна дізнатися на сайті [GetTheFactsRx.com](http://GetTheFactsRx.com).  
- Посилання/ter: <http://bit.ly/2w6LcVu>
- Не впевнені, чи відносяться рецептурні ліки у вашій аптечці до опіоїдів? Перевірте їх за посиланням: <http://bit.ly/2fbxKMF>. Детальніше про кампанію штату Washington (Вашингтон) з попередження зловживання опіоїдами можна дізнатися на сайті [GetTheFactsRx.com](http://GetTheFactsRx.com).  
- Посилання/ter: <http://bit.ly/2fbxKMF>
- Вживаєте опіоїди для полегшення хронічного або гострого болю? Скористайтеся інструментом Opioid Overdose Risk Check (Перевірка ризику передозування опіоїдами), щоб визначити ризику та отримати інформацію про те, як знизити ймовірність передозування: <http://stopoverdose.org/section/am-i-at-risk/>. Детальніше про кампанію штату Washington (Вашингтон) з попередження зловживання опіоїдами можна дізнатися на сайті [GetTheFactsRx.com](http://GetTheFactsRx.com).  
- Посилання/ter: <http://stopoverdose.org/section/am-i-at-risk/>

**Повідомлення для батьків:**

- Вашій дитині видалили зуби мудрості? У такому випадку їй можуть виписати опіоїди для зняття болю. Але існують альтернативні знеболювальні засоби, які не викликають звикання. Запитайте про них свого щелепно-лицьового хірурга або стоматолога. Детальніше за посиланням: <https://www.cdc.gov/drugoverdose/prescribing/patients.html>. Детальніше про кампанію штату Washington (Вашингтон) з попередження зловживання опіоїдами можна дізнатися на сайті [GetTheFactsRx.com](http://GetTheFactsRx.com).  
- Посилання/ter: <https://www.cdc.gov/drugoverdose/prescribing/patients.html>
- Ви говорили зі своїми дітьми про небезпеку вживання рецептурних знеболювальних засобів? Діти, які дізнаються про це від своїх батьків, на 50% рідше вживають такі засоби. Поради щодо того, із чого почати розмову: <http://health.usnews.com/wellness/family/articles/2017-04-17/7-tips-for-talking-to-your-kids-about-the-lethal-dangers-of-opioids>. Детальніше про кампанію штату Washington (Вашингтон) з попередження зловживання опіоїдами можна дізнатися на сайті [GetTheFactsRx.com](http://GetTheFactsRx.com).  
- Посилання/ter: <http://health.usnews.com/wellness/family/articles/2017-04-17/7-tips-for-talking-to-your-kids-about-the-lethal-dangers-of-opioids>
- Якщо ваша близька людина страждає від вживання опіоїдів, скористайтеся корисними джерелами для вас та інших членів родини за посиланням: <http://stopoverdose.org/section/for-families/>. Детальніше про кампанію штату Washington (Вашингтон) з попередження зловживання опіоїдами можна дізнатися на сайті [GetTheFactsRx.com](http://GetTheFactsRx.com).  
- Посилання/ter: <http://stopoverdose.org/section/for-families/>

## Спільні публікації в соціальних мережах

- Стурбовані тим, що ваша дитина може приймати рецептурні ліки не за призначенням? Натисніть тут, щоб отримати кілька порад щодо попередження зловживання опіоїдами: <https://drugfree.org/article/talk-with-your-kids/>. Детальніше про кампанію штату Washington (Вашингтон) з попередження зловживання опіоїдами можна дізнатися на сайті [GetTheFactsRx.com](http://GetTheFactsRx.com).  
- Посилання/тер: <https://drugfree.org/article/talk-with-your-kids/>
  - Не знаєте, де зберігати рецептурні препарати? Перейдіть за посиланням <http://www.providence.org/blog/2017/04/safely-storing-and-disposing-of-expired-medicine>, щоб дізнатися правила безпечного зберігання медикаментів. Детальніше про кампанію штату Washington (Вашингтон) з попередження зловживання опіоїдами можна дізнатися на сайті [GetTheFactsRx.com](http://GetTheFactsRx.com).  
- Посилання/тер: <http://www.providence.org/blog/2017/04/safely-storing-and-disposing-of-expired-medicine>
-