



une simple
étape

STOPPONS L'ABUS D'OPIOÏDES

C'est vous qui pouvez contribuer à assurer la sécurité de votre famille.

Il ne suffit que d'un pas vers l'avant. Un acte de courage. Une conversation honnête.

En ce qui concerne la prévention de l'abus d'opioïdes, vous êtes la personne qui peut faire toute la différence. Discutez avec vos proches et partagez les faits.



Les opioïdes sont maintenant l'une des principales causes de blessures mortelles dans l'État de Washington. Plus de personnes décèdent d'une overdose que d'un accident de voiture.¹



75 pour cent des cas d'abus d'opioïdes commencent par des personnes qui prennent des médicaments qui ne leur ont pas été prescrits – habituellement pris à un ami ou membre de la famille.²



Les enfants sont 50 pour cent moins susceptibles de consommer des drogues lorsque leurs parents leur parlent des risques qui y sont associés.²

L'INFLUENCE QUE VOUS AVEZ SUR AUTRUI EST IMPORTANTE

Confinez vos médicaments dans un endroit fermé à clé.

Parlez à vos proches des risques associés à l'abus d'opioïdes.

Demandez à votre médecin s'il n'existe pas d'autres façons de gérer la douleur. Encouragez vos proches à en faire de même.

Éliminez en toute sécurité les médicaments inutilisés dans une boîte de dépôt près de chez vous. Trouvez-en une sur le site [TakeBackYourMeds.org](https://www.TakeBackYourMeds.org).

CONNAISSEZ LES FAITS.

Qu'est-ce qu'un opioïde ?

Les opioïdes désignent une catégorie spécifique de médicaments généralement utilisés pour atténuer la douleur.

L'héroïne, drogue illégale, est un opioïde, tout comme de nombreux analgésiques prescrits par des médecins.

Les opioïdes peuvent affecter négativement le circuit de la récompense du cerveau. Ces drogues créent une très forte dépendance et au fil du temps, les consommateurs finissent par ressentir un besoin accru d'en consommer davantage.⁴

AUTRES OPTIONS D'ANAL- GÉSQUES



Si un médecin vous prescrit un opioïde, discutez avec lui des autres options qui s'offrent à vous.



Discutez avec un professionnel de la santé comportementale des stratégies qui peuvent vous aider à gérer votre stress.³



Essayez la physiothérapie ou d'autres thérapies telles que l'acupuncture ou le massage.³

POUR EN SAVOIR DAVANTAGE, CONSULTEZ LE SITE

GetTheFactsRx.com

Sources : ¹Ministère de la Santé de l'État de Washington, ²Substance Abuse and Mental Health Services Administration, ³Center for Disease Control and Prevention

⁴National Institute on Drug Abuse for Teens des États-Unis

Pour plus de renseignements
kingcounty.gov/overdose



King County

Washington State
Health Care Authority