



簡単な ステップ

OPIOIDの 乱用は 止めましょう

ご家族の安全を守ることができるのは、
あなたです。

それは一歩踏み出すことから始まります。ひとつの勇気ある行動。ある心からの会話。

Opioidの乱用を防ぐために、あなたが大きな役目を果たすことができます。大切な方と話し合い、事実を共有してください。



現在ワシントン州では、Opioidは怪我に関係した死亡の主な原因のひとつです。自動車事故より多くの人々が過剰服用で亡くなっています。¹



Opioidの乱用の75%は、友人や家族から入手した、自分のために処方されていない薬の使用から始まります。²



親が子供に、薬物のはらむ危険について話すことで、子供が薬物を乱用する確率を50%削減できる可能性があります。²

あなたの 影響は 重要です

薬物は鍵をかけて保管しましょう。

大切な方々とOpioidの乱用のリスクについて話し合ってください。

痛みを抑える別の方法について、主治医と話し合ってください。大切な方々にも、同じようにすることを勧めてください。

未使用の薬は、最寄りの回収プログラムで処分してください。同プログラムについては、[TakeBackYourMeds.org](https://www.TakeBackYourMeds.org)でお探してください。

事実を確認 しましょう

Opioidとは？

Opioidは疼痛を軽減するために一般に使用される特殊なグループの薬です。

違法薬ヘロインはOpioidです。医師の処方鎮痛剤の多くもOpioidです。

Opioidは、脳の中の報酬中枢に悪影響を及ぼすおそれがあります。時間がたつほど手放せなくなり、これらの薬物の依存性を高めます。⁴

その他の 鎮痛の 選択肢



Opioidを処方されている場合は、その他の選択肢について、主治医と相談してください。



ストレス緩和に役立つ戦略について、行動医療従事者と相談してください。³



理学療法や、鍼治療、マッサージなど、その他の治療法をお試しください。³

詳細はこちら：

GetTheFactsRx.com

出典：¹ワシントン州保健局、²薬物乱用・精神衛生管理庁、³アメリカ疾病管理予防センター

⁴国立ティーンエイジャー薬物乱用研究所

詳細はこちら：
kingcounty.gov/overdose



King County

Washington State
Health Care Authority