

one простий крок

ПРИПИНИМО ЗЛОВЖИВАННЯ ОПІОЇДАМИ

Ви здатні тримати сім'ю в безпеці!

Усе починається з першого кроку. Одного прояву мужності. Однієї відвертої бесіди.

Якщо мова йде про попередження зловживання опіоїдами, ви можете змінити ситуацію. Поговоріть з близькими та поділіться інформацією з іншими.



Опіоїди наразі є однією з основних причин смертей в результаті травм в штаті Washington (Вашингтон). Від передозування помирає більше людей, ніж в автокатастрофах.¹



У 75 відсотках випадків споживачі починають приймати опіоїдні медикаменти, що були прописані іншим, зазвичай другу або іншому члену родини.²



Діти на 50 відсотків рідше вживають наркотики, коли батьки говорять з ними про ризики.²

ВАШ ВПЛИВ МАЄ ЗНАЧЕННЯ

Закрийте ліки під замок.

Поговоріть з близькими про ризики зловживання опіоїдними препаратами.

Обговоріть з лікарем інші рішення щодо знеболення. Порадьте вашим близьким зробити те саме.

Віднесіть невикористані препарати до пункту за програмою повернення медичних речовин за місцем мешкання. Знайдіть найближчий до вас за адресою [TakeBackYourMeds.org](https://www.TakeBackYourMeds.org).

ОТРИМАЙТЕ ІНФОРМАЦІЮ

Що таке опіоїди?

Опіоїди — це клас спеціальних препаратів, які широко використовуються для зменшення болю.

Незаконний наркотик героїн, як і багато беззаспокійливих засобів, що призначаються лікарями, відноситься до опіоїдів.

Опіоїди можуть негативно впливати на центр задоволення в мозку. Із часом споживачі опіоїдів можуть потребувати все більшої їх кількості, потрапляючи у сильну залежність від таких препаратів.⁴

ІНШІ РІШЕННЯ ЩОДО ЗНЕБОЛЕННЯ



Якщо вам призначили опіоїди, обговоріть інші рішення з лікарем.



Проконсультуйтеся з постачальником послуг з підтримки психічного здоров'я про стратегії, які допоможуть вам керувати стресом.³



Спробуйте фізіотерапію або інші види терапії, наприклад акупунктуру або масаж.³

БІЛЬШЕ ІНФОРМАЦІЇ **GetTheFactsRx.com**

Джерела: ¹Департамент штату Вашингтон з охорони здоров'я, ²Управління служби лікування наркотичної залежності та психічних розладів, ³Центри з контролю й профілактики захворювань ⁴Національний інститут з питань зловживання наркотиками підлітками

Для отримання додаткової інформації
kingcounty.gov/overdose



King County

Washington State
Health Care Authority