

# one ទង្វើ ក្លាហាន

## បញ្ឈប់ ការបំពាន អាគៀន

ជួយមិត្ត។ ចែករំលែកព័ត៌មានពិត។

វាផ្ដើមចេញពីមួយជំហាន។ ទង្វើ ក្លាហានមួយ។ ការសន្ទនាដ៏ ស្មោះត្រង់មួយ។

នៅពេលនិយាយអំពីការការពារទប់ ស្អាតការប្រើប្រាស់អាគៀនឧសគោល ដៅ អ្នកអាចធ្វើឱ្យមានការផ្លាស់ប្តូរ។



អាគៀនឥឡូវនេះគឺជាបុព្វហេតុចម្បង មួយនៃបុព្វហេតុនៃការស្លាប់ទាក់ទងនឹង ការងារប្តូរនៅក្នុងរដ្ឋវ៉ាស៊ីនតោន។ មនុស្សស្លាប់ដោយសារការប្រើថ្នាំនេះលើស កម្រិតច្រើនជាងគ្រោះថ្នាក់រថយន្តទៅ ទៀត។<sup>1</sup>



ក្នុងមួយថ្ងៃមានមនុស្សជាង 1,000 នាក់ ត្រូវបានព្យាបាលនៅក្នុងមន្ទីរសង្គ្រោះបន្ទាន់ដោយសារមិនបានប្រើប្រាស់ភៀនតាម វេជ្ជបញ្ជា។<sup>2</sup>



នៅឆ្នាំ 2015 តែមួយគត់ មនុស្ស 718 នាក់នៅ រដ្ឋវ៉ាស៊ីនតោន បានស្លាប់ ដោយសារការប្រើថ្នាំហួសកម្រិត ដែលពាក់ព័ន្ធនឹងអាគៀន។<sup>1</sup>

## ជម្រើស របស់

## អ្នកមាន សារសំខាន់

មិនត្រូវចែករំលែកវេជ្ជបញ្ជាអាគៀន ជាមួយអ្នកដទៃឡើយ។

ការព្យាបាលមានប្រសិទ្ធភាព។ បើ អ្នកត្រូវការជំនួយ សូមទូរសព្ទមក បណ្តាញជំនួយផ្តាច់គ្រឿងញៀនរដ្ឋវ៉ាស៊ីន តោនតាមលេខ 1 (866) 789-1511។

បោះចោលដោយសុវត្ថិភាពនូវថ្នាំ ដែលមិនបានប្រើនៅកម្មវិធីយកវិញ ក្សែរអ្នក។ ស្វែងរកមួយនៅលើគេហទំព័រ [TakeBackYourMeds.org](http://TakeBackYourMeds.org)។

# ដឹងព័ត៌មានពិត

## តើអាគៀនគឺជាអ្វី?

អាគៀនគឺ ជាប្រភេទថ្នាំជាក់លាក់ ដែលត្រូវបានប្រើជាទូទៅ ដើម្បីកាត់បន្ថយការឈឺចាប់។

ជាតិហេរ៉ូអ៊ីននៃគ្រឿងញៀនខុសច្បាប់ គឺជាអាគៀន ដូចជាថ្នាំបំបាត់ការឈឺចាប់ជាច្រើនដែលចេញផ្សព្វផ្សាយដោយគ្រូពេទ្យដែរ។

អាគៀនអាចប៉ះពាល់អវិជ្ជមានទៅលើមជ្ឈមណ្ឌលរដ្ឋានក្នុងខួរក្បាល។ ទៅតាមពេលវេលា អ្នកប្រើប្រហែលជាត្រូវការកាន់តែច្រើនឡើងទៅៗ ដែលធ្វើឱ្យញៀនថ្នាំញៀនទាំងនេះខ្លាំង។<sup>១</sup>

# ជម្រើសបំបាត់ការឈឺចាប់ផ្សេងទៀត



ប្រសិនបើអ្នកត្រូវបានចេញផ្សព្វផ្សាយឱ្យប្រើអាគៀន សូមពិគ្រោះជាមួយគ្រូពេទ្យរបស់អ្នកអំពីជម្រើសផ្សេងទៀត។



សូមពិគ្រោះជាមួយអ្នកផ្តល់សេវាសុខភាពអាកប្បកិរិយាអំពីយុទ្ធសាស្ត្រនានាដែលអាចជួយគ្រប់គ្រងភាពតានតឹង។<sup>២</sup>



សូមសាកល្បងការព្យាបាលដោយចលនា ឬវិធីព្យាបាលផ្សេងទៀតដូចជាការចាក់ម្សៅវិទ្យាសាស្ត្រ ឬម៉ាស្សា។<sup>២</sup>

ស្វែងយល់បន្ថែមនៅគេហទំព័រ  
**GetTheFactsRx.com**

ប្រករៈ ក្រសួងសុខាភិបាលរដ្ឋវ៉ាស៊ីនតោន  
រដ្ឋមណ្ឌលគ្រប់គ្រង និងបង្ការជំងឺឆ្លង  
វិទ្យាស្ថានជាតិស្តីពីការបំពានគ្រឿងញៀនចំពោះមនុស្សវ័យចំនង

សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម  
[kingcounty.gov/overdose](http://kingcounty.gov/overdose)