

# one акт мужності

## ПРИПИНИМО ЗЛОВЖИВАННЯ ОПІОЇДАМИ

### Допоможіть друзям. Поділіться інформацією!

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

Якщо мова йде про попередження зловживання опіоїдами, ви можете змінити ситуацію.



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



Кожного дня більше 1 000 людей потрапляють до відділень швидкої допомоги через нецільове використання рецептурних препаратів із вмістом опіоїдів.<sup>2</sup>



У Вашингтоні лише в 2015 р. 718 осіб померли від передозування опіоїдів.<sup>1</sup>

## ВАШ ВИБІР МАЄ ЗНАЧЕННЯ

Ніколи не передавайте рецепт на препарати із вмістом опіоїдів будь-кому.

Лікування є ефективним. Якщо вам потрібна допомога, зверніться на гарячу лінію з питань реабілітації штату Washington (Вашингтон) за номером **1 (866) 789-1511**.

Віднесіть невикористані препарати до пункту за програмою повернення медичних речовин за місцем мешкання. Знайдіть найближчий до вас за адресою **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.<sup>3</sup>

## 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.<sup>2</sup>



Спробуйте фізіотерапію або інші види терапії, наприклад акупунктуру або масаж.<sup>2</sup>

### БІЛЬШЕ ІНФОРМАЦІЇ

# GetTheFactsRx.com

Джерела: <sup>1</sup>Департамент штату Вашингтон з охорони здоров'я

<sup>2</sup>Центри з контролю й профілактики захворювань

<sup>3</sup>Національний інститут з питань зловживання наркотиками підлітками

Для отримання додаткової інформації  
[kingcounty.gov/overdose](http://kingcounty.gov/overdose)



## King County

Washington State  
Health Care Authority