

MỘT

hành động can đảm

NGĂN CHẶN LẠM DỤNG OPIOID

Giúp đỡ bạn bè. Chia sẻ thông tin.

Bắt đầu chỉ bằng một bước.
Một hành động can đảm.
Một cuộc trò chuyện thành thật.

Khi đề cập đến việc phòng chống lạm dụng opioid, bạn có thể tạo sự khác biệt.



Hiện nay opioid là một trong những nguyên nhân hàng đầu gây tử vong liên quan đến chấn thương ở Bang Washington. Số người chết vì quá liều nhiều hơn số người chết vì tai nạn xe hơi.¹



Mỗi ngày, hơn 1.000 người phải điều trị tại khoa cấp cứu vì không sử dụng thuốc opioid theo toa như được chỉ dẫn.²



Riêng trong năm 2015, 718 người ở Washington đã chết vì quá liều liên quan đến opioid.¹

VẤN ĐỀ LỰA CHỌN CỦA BẠN

Không bao giờ chia sẻ toa thuốc opioid với người khác.

Công việc điều trị. Nếu bạn cần trợ giúp, hãy gọi Đường dây Trợ giúp Phục hồi của Washington theo số 1 (866) 789-1511.

Vứt bỏ những thuốc không sử dụng ở một nơi an toàn tại một chương trình lấy lại gần bạn. Tìm chương trình lấy lại tại TakeBackYourMeds.org.

BIẾT THÔNG TIN

Opioid là gì?

Opioid là một loại thuốc đặc biệt được sử dụng để giảm đau.

Ma túy bất hợp pháp là một chất opioid, cũng như nhiều thuốc giảm đau do bác sĩ kê toa.

Opioid có thể ảnh hưởng tiêu cực đến hệ thần kinh tưởng thưởng trong não. Theo thời gian, người dùng có thể cần nhiều hơn và nhiều hơn nữa, làm cho các loại thuốc này có tính gây nghiện cao.³

CÁC LỰA CHỌN GIẢM ĐAU KHÁC



Nếu bạn được kê toa opioid, hãy nói chuyện với bác sĩ của bạn về các lựa chọn khác.



Nói chuyện với nhà cung cấp dịch vụ sức khỏe hành vi về các chiến lược có thể giúp kiểm soát căng thẳng.²



Thử các liệu pháp vật lý hoặc các liệu pháp khác như châm cứu hoặc xoa bóp.²

TÌM HIỂU THÊM TẠI
GetTheFactsRx.com

Nguồn: ¹Sở Y tế Bang Washington

²Trung tâm Kiểm soát và Phòng ngừa Dịch bệnh

³Viện Quốc gia về Điều trị Lạm dụng Thuốc gây nghiện cho Trẻ vị thành niên

For more information:
kingcounty.gov/overdose



King County

Washington State
Health Care Authority