

one វិធានការសាមញ្ញ

បញ្ឈប់ការរំលោភ
បំពានប្រើប្រាស់
សារធាតុអ៊ុប៊ីអូប៊ីត
OPIOID

លោកអ្នកអាចជាមនុស្សម្នាក់ដែលរក្សា
សុវត្ថិភាពគ្រួសាររបស់អ្នក។

វាចាប់ផ្តើមពីវិធានការទីមួយ។
សកម្មភាពមួយនៃភាពត្រូវការ
ការសន្ទនាស្ទើរតែរាល់ថ្ងៃ។

នៅពេលនិយាយអំពីការការពារពីការប្រើ
សារធាតុអ៊ុប៊ីអូប៊ីត opioid មិនត្រឹមត្រូវនោះ
លោកអ្នកអាចធ្វើឱ្យមានភាពខុសគ្នា។ សូម
ពិភាក្សាជាមួយមនុស្សជាទីស្រឡាញ់របស់អ្នក
ហើយចែករំលែកការពិត។



ឥឡូវនេះ ថ្នាំ Opioids ជាមូលហេតុចម្បងមួយ
ក្នុងចំណោមមូលហេតុនានានៃការស្លាប់
ដែលទាក់ទងនឹងការប្រើប្រាស់ថ្នាំ
ក្នុងរដ្ឋ Washington ។ មនុស្សកាន់តែច្រើន
ស្លាប់ពីការប្រើថ្នាំហួសកម្រិតកំណត់
ច្រើនជាងគ្រោះថ្នាក់រថយន្ត។



ការប្រើសារធាតុអ៊ុប៊ីអូប៊ីត opioid មិនត្រឹមត្រូវ
75 ភាគរយ ចាប់ផ្តើមពីការប្រើប្រាស់ថ្នាំ
ដែលមិនបានចេញវេជ្ជបញ្ជាឱ្យពួកគេ - ជា
ធម្មតាពួកគេយកថ្នាំយកពីមិត្តភក្តិ
ឬសមាជិកគ្រួសារ។²



ក្មេងៗ 50 ភាគរយទំនងជាប្រើថ្នាំតិចជាង
នៅពេលមាតាបិតាប្រាប់ពួកគេអំពី
គ្រោះថ្នាក់។²

បញ្ហាទាក់ទង
នឹងឥទ្ធិពលថ្នាំ
របស់អ្នក

ចាក់សោរថ្នាំរបស់អ្នក។

ពិភាក្សាជាមួយមនុស្សជាទីស្រឡាញ់របស់
អ្នកអំពីហានិភ័យនៃការរំលោភបំពាន
ប្រើសារធាតុអ៊ុប៊ីអូប៊ីត opioid។

ពិភាក្សាជាមួយវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នកអំពី
មធ្យោបាយផ្សេងៗដើម្បីគ្រប់គ្រងការឈឺចាប់។
លើកទឹកចិត្តមនុស្សជាទីស្រឡាញ់របស់
អ្នក ដើម្បីអនុវត្តដូចគ្នា។

បោះចោលថ្នាំដែលមិនបានប្រើដោយ
សុវត្ថិភាព នៅឯកម្មវិធីទទួលរបស់ប្រើប្រាស់
មិនប្រើត្រឡប់មកវិញ ដែលស្ថិតនៅជិត
លោកអ្នកសូមស្វែងរកព័ត៌មានតាមវិបសាយ
[TakeBackYourMeds.org](https://www.TakeBackYourMeds.org).

យល់ដឹងអំពីការពិត

តើសារធាតុ Opioid ជាអ្វី?

សារធាតុអ៊ុប៊ីអូត Opioids គឺជាប្រភេទថ្នាំបំបាត់ការឈឺចាប់ដែលជាទូទៅគេប្រើដើម្បីបន្ថយការឈឺចាប់។

ហេរ៉ូអ៊ីនខុសច្បាប់ គឺជាសារធាតុអ៊ុប៊ីអូត opioid ជាថ្នាំបំបាត់ការឈឺចាប់ជាច្រើនដែលវេជ្ជបណ្ឌិតបានចេញវេជ្ជបញ្ជា។

សារធាតុអ៊ុប៊ីអូត Opioids អាចមានផលប៉ះពាល់អវិជ្ជមានដល់ចំណុចកណ្តាលនៃប្រព័ន្ធសរសៃខួរក្បាល។ តាមពេលវេលាកន្លងទៅ អ្នកប្រើអាចត្រូវការកាន់តែច្រើនឡើងៗដែលធ្វើឱ្យត្រឡប់ទៅនឹងការកាន់តែញៀនខ្លាំងឡើង។⁴

ជម្រើសបន្ថយការឈឺចាប់ផ្សេងទៀត



ប្រសិនបើលោកអ្នកត្រូវបានចេញវេជ្ជបញ្ជាឱសថអ៊ុប៊ីអូត opioid សូមពិភាក្សាជាមួយវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នកអំពីជម្រើសផ្សេងទៀត។



ពិភាក្សាជាមួយអ្នកផ្តល់សេវាសុខភាពខាងអាកប្បកិរិយាអំពីយុទ្ធសាស្ត្រនានាដែលអាចជួយគ្រប់គ្រងការឈឺចាប់បាន។³



សាកល្បងការព្យាបាលដោយចលនា ឬការព្យាបាលផ្សេងទៀតដូចជាការចាក់ម្ជុលវិទ្យាសាស្ត្រ ឬម៉ាស្សា។³

សិក្សាបន្ថែមទៀតតាមវិបសាយ

GetTheFactsRx.com

ប្រភពឯកសារ៖ គ្រួសារសុខាភិបាលរដ្ឋវ៉ាស៊ីនតោន (Washington State Department of Health),
វេជ្ជបាលសេវាការព្យាបាលសារធាតុអ៊ុប៊ីអូតសុខភាពផ្លូវចិត្ត, មជ្ឈមណ្ឌលគ្រួសារពិនិត្យនិងបង្ការជំងឺឆ្លង វិទ្យាស្ថានជាតិស្តីពីការរំលោភបំពានគ្រឿងញៀនចំពោះមនុស្សយុវជន

Washington State
Health Care Authority