



សកម្មភាពនៃភាពក្លាហាន

បញ្ឈប់ការរំលោភបំពាន  
ប្រើប្រាស់សារធាតុអ៊ុប៊ីអូត  
opioid

ជួយមិត្តភក្តិ។  
ចែករំលែកការពិត។

វាចាប់ផ្តើមពីវិធានការទីមួយតែប៉ុណ្ណោះ។  
សកម្មភាពមួយនៃភាពក្លាហាន។  
ការសន្ទនាស្មោះត្រង់។

នៅពេលនិយាយអំពីការការពារពីការប្រើ  
សារធាតុអ៊ុប៊ីអូត opioid មិនត្រឹមត្រូវនោះ  
លោកអ្នកអាចធ្វើឱ្យមានភាពខុសគ្នា។



ឥឡូវនេះ ថ្នាំ Opioids ជាមូលហេតុចម្បងមួយក្នុង  
ដង្ហើមមូលហេតុនានានៃការស្លាប់ដែលទាក់ទង  
នឹងការរំលោភបំពាននៅរដ្ឋវ៉ាស៊ីនតោន Washington  
។ មនុស្សកាន់តែច្រើន ស្លាប់ពីការប្រើថ្នាំហួសកម្រិត  
គក់ណាស់ ច្រើនជាងគ្រោះថ្នាក់រថយន្ត។<sup>1</sup>



ជារៀងរាល់ថ្ងៃមនុស្សជាង 1,000 នាក់ ត្រូវបានព្យាបាល  
នៅមន្ទីរព្យាបាលសង្គ្រោះ  
បន្ទាន់ ដោយសារមិនប្រើប្រាស់ថ្នាំអ៊ុប៊ីអូត  
opioids តាមវេជ្ជបញ្ជា ដែលបានណែនាំ។<sup>2</sup>



នៅឆ្នាំ 2015 តែប៉ុណ្ណោះ មានមនុស្ស 718 នាក់  
នៅរដ្ឋវ៉ាស៊ីនតោន បានស្លាប់ដោយសារការប្រើថ្នាំលើ  
សកម្រិត ដែលទាក់ទងនឹងថ្នាំអ៊ុប៊ីអូត opioids។<sup>1</sup>

បញ្ហាទាក់ទងនឹងការប្រើប្រាស់អ្នក

មិនត្រូវចែករំលែកការវេជ្ជបញ្ជាថ្នាំអ៊ុប៊ីអូត  
opioid ជាមួយអ្នកដទៃឡើយ។

ការងារព្យាបាល។  
ប្រសិនបើលោកអ្នកត្រូវការជំនួយ សូមទូរស័ព្ទ  
ទៅកាន់បណ្តាញជួយសង្គ្រោះនៅរដ្ឋវ៉ាស៊ីនតោន  
តាមលេខ **1 (866) 789-1511**។

បោះចោលថ្នាំដែលមិនបានប្រើដោយសុវត្ថិភាព  
នៅឯកម្មវិធីទទួលរបស់ប្រើប្រាស់មិនប្រើគ្រឿង  
មកវិញ ដែលស្ថិតនៅជិតលោកអ្នក។  
សូមស្វែងរកព័ត៌មានតាមវិបសាយ  
**TakeBackYourMeds.org.**

## យល់ដឹងអំពីការពិត

### តើសារធាតុ Opioid ជាអ្វី?

សារធាតុអ៊ុបីអ៊ុត Opioids គឺជាប្រភេទថ្នាំជាក់លាក់ ដែលជាទូទៅគេប្រើដើម្បីបន្ថយការឈឺចាប់។

ហេរ៉ូអ៊ីនខុសច្បាប់ គឺជាសារធាតុអ៊ុបីអ៊ុត opioid ជាថ្នាំបំបាត់ការឈឺចាប់ជាច្រើន ដែលវេជ្ជបណ្ឌិតបានចេញវេជ្ជបញ្ជា។

សារធាតុអ៊ុបីអ៊ុត Opioids អាចមានផលប៉ះពាល់អវិជ្ជមាន ដល់ចំណុចកណ្តាលនៃប្រព័ន្ធសរសៃខួរក្បាល។ តាមពេលវេលាកន្លងទៅ អ្នកប្រើអាចត្រូវការកាន់តែច្រើនឡើងៗ ដែលធ្វើឱ្យត្រឡប់មកវិញនូវទាំងនេះកាន់តែញៀនខ្លាំងឡើង។<sup>3</sup>

## ជម្រើសបន្ថយការឈឺចាប់ផ្សេងទៀត



ប្រសិនបើលោកអ្នកត្រូវបានចេញវេជ្ជបញ្ជាឱសថអ៊ុបីអ៊ុត opioid សូមពិភាក្សាជាមួយវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នកអំពីជម្រើសផ្សេងទៀត។



ពិភាក្សាជាមួយអ្នកផ្តល់សេវាសុខភាពខាងអាកប្បកិរិយាអំពីយុទ្ធសាស្ត្រនានាដែលអាចជួយគ្រប់គ្រងភាពតានតឹង។<sup>2</sup>



សាកល្បងការព្យាបាលដោយចលនា ឬការព្យាបាលផ្សេងទៀត ដូចជាការចាក់ម្ជុលវិទ្យាសាស្ត្រ ឬម៉ាស្សា។<sup>2</sup>

សិក្សាបន្ថែមទៀតតាមវិបសាយ

# GetTheFactsRx.com

ប្រភពឯកសារ៖ ក្រសួងសុខាភិបាលរដ្ឋវ៉ាស៊ីនតោន (Washington State Department of Health)

<sup>2</sup>មជ្ឈមណ្ឌលគ្រួសារពិការភ័យខ្លាច និងបង្ការជំងឺឆ្លង

វិទ្យាស្ថានជាតិស្តីពីការរំលោភបំពានគ្រឿងញៀនចំពោះមនុស្សវ័យឆ្ងាយ

Washington State  
Health Care Authority