



# الأدوية الأفيونية والألم: ما يجب أن تعرفه

إذا تعرضت لإصابة أو خضعت لجراحة أو جراحة مصغرة في الأسنان، ففي الغالب ستعاني من الألم. الألم جزء طبيعي لا يتجزأ من الحياة ومن التعافي. تحدث مع طبيبك عن كيفية الوصول لأكثر مسكنات الألم فاعلية وأقلها خطورة.

## تتميز علاجات الألم غير الأفيونية بأنها أقل في الخطورة

في حالة الآلام التي تزول في الغالب خلال أسبوع أو أسبوعين، فمن الأفضل دائماً البدء بمسكنات الألم غير الأفيونية. قد تساعد المواد الأفيونية على التعامل مع الألم مبدئياً، ولكنها ليست ضرورية في العادة. ابحث عن الخيارات الأخرى التي تقوم بنفس العمل بنفس الكفاءة ولكنها تتميز بانخفاض خطورتها بشكل كبير.

- مسكنات الألم التي تصرف بدون وصفة طبية
- العلاج الطبيعي
- التمرينات
- المساعدة التي يقوم بها محترفون للتعامل مع الآثار الشعورية للألم

## المواد الأفيونية هي علاجات قوية موصوفة طبيياً

قد تكون المواد الأفيونية هي الاختيار الصائب في حالة الآلام الحادة، مثل السرطانات وبعد الخروج من الجراحات الكبرى. وبالرغم من ذلك، فأدوية مثل الفيكودين والبيركوست والأكسي كوتين قوية جداً وقد تكون مميتة. وحتى إذا كنت تتعاطها حسب الوصفة، إلا أن كل الأدوية الأفيونية لها تأثيرات جانبية مثل الإدمان أو الجرعات الزائدة.

## تعد المواد الأفيونية من الناحية الكيميائية قريبة من الهيروين وتتسبب في الإدمان بشكل كبير

يقوم الجسم بتحمل المواد الأفيونية مع الوقت، ومن ثم فسوف تحتاج تعاطي المزيد والمزيد لتحصل على نفس النتيجة. كلما زادت الجرعة، كلما أصبحت المواد الأفيونية أخطر وأخطر. حتى إنك قد تصبح مدمناً بعد فترة قصيرة.

الأدوية الأفيونية التي يتم وصفها غالباً هي:

- كودين (Codeine)
- ديلوديد (Codeine)
- فينتانيل (Codeine)
- هيدروكودون (فيكودين) Hydrocodone (Vicodin)
- هيدرومورفون (Hydromorphone)
- ميثادون (Methadone)
- ميريدين (Meperidine)
- مورفين (Morphine)
- إم إس كوتين (MS Contin)
- أوكسيمورفون (أوبانا) Oxycodone (Opana)
- أوكسيكودون (أوكسي كوتين) Oxycodone (OxyContin)
- بيركوسيت (Percocet)

هذه فقط بعض وصفات الأدوية الأفيونية. إذا حصلت على وصفة طبية للتعامل مع الألم، اسأل طبيبك إن كانت مادة أفيونية.

## في حالة حصولك على وصفة طبية لأدوية أفيونية للتعامل مع ألم قصير الأجل:



تخلص مع الأدوية الأفيونية بمجرد توقفك عن تعاطيها!



ناقش دائماً مع طبيبك التعامل مع الألم بشكل أفضل بدون تعاطي الأدوية الأفيونية الموصوفة.



تعاطى أقل جرعة ممكنة في أقل مدة ممكنة.



يجب أن تكون الوصفة لكمية تكفي مدة من ثلاث إلى سبعة أيام (وتكون غالباً في حدود 10 أقراص فقط).

### شروع الأفيون



شخصاً في واشنطن 718 فقط، توفي في عام 2015 في عام من جرعات زائدة تحتوي على مواد أفيونية.

قسم الصحة بولاية واشنطن

جرعات المخدرات الزائدة هي السبب الرئيسي للوفاة العرضية في الولايات المتحدة وفي ولاية واشنطن، وإدمان الأفيون هو السبب الأول في هذا.

الجمعية الأمريكية لطب الإدمان



في واشنطن، 57% من الأشخاص الذي يتعاطون الهيروين حديثاً كانوا يعتمدون وصفات أدوية أفيونية قبل البدء في تعاطي الهيرون.

معهد سوء استخدام الكحول والمخدرات بجامعة واشنطن



على المستوى الوطني، يبدأ 4 من كل 5 من متعاطي الهيروين حديثاً تعاطيهم من خلال سوء استخدام وصفات المسكنات.

الجمعية الأمريكية لطب الإدمان



أكثر من 3 من كل 5 حالات وفاة ناتجة عن الجرعات الزائدة تتضمن مادة أفيونية.

مراكز الوقاية والسيطرة على الأمراض

### المراهقين والأفيون

1 من كل 5 مراهقين يجربون المخدرات الواردة في الوصفات الطبية.

مراكز الوقاية والسيطرة على الأمراض



يعتقد 95% من الآباء والأمهات أن أطفالهم لم يتعاطوا مخدرات الوصفات الطبية لسبب غير المقصود منها.

شراكة من أجل طفولة خالية من المخدرات



أكثر من 4 من كل 10 مراهقين من الذين يسيئون استخدام أدوية الوصفات الطبية المخدرة يحصلون عليها من خزنة أدوية الوالدين.

شراكة من أجل طفولة خالية من المخدرات



ما يقرب من نصف الشباب الذين يتعاطون حقن الهيروين بدأوا بسوء استخدام أدوية الوصفات الطبية المخدرة.

المعهد القومي لسوء استخدام الأدوية

### الحفاظ على سلامة الأطفال والمراهقين

يتم وصف المواد الأفيونية للأطفال والمراهقين في الوقت الذي يجب ألا يحدث هذا. أو قد يتم إعطائهم وصفة بعدد أقراص أكثر من حاجتهم. كما قد يقوم المراهقون بتجربة الأدوية المخدرة الموجودة في خزنة الأدوية الخاصة بك.

اتبع هذه الإرشادات الثلاث البسيطة ما أمكنك:

- 1 لا تضع في الوصفة الطبية كمية تزيد عن حاجة ثلاث أيام (بعد أقصى 10 أقراص) وذلك لأي شخص عمره 20 عاماً أو أقل.
- 2 احتفظ بالأدوية الأفيونية بعيداً عن الأطفال والمراهقين.
- 3 تخلص بأمان\* من الأدوية الأفيونية الزائدة عندما تنتهي منها. لا تحتفظ بها في مكان قريب.

\*تضم مقاطعة كينغ على العشرات من الصيدليات التي يمكنك من التخلص من الأدوية غير المستعملة مجاناً. تعرف على أقربها إليك من الرابط: [www.takebackyourmeds.org](http://www.takebackyourmeds.org)