

ថ្នាំបំបាត់ការឈឺចាប់ Opioid និងការឈឺចាប់៖ តើអ្វីខ្លះដែលលោកអ្នកត្រូវដឹង

ប្រសិនបើលោកអ្នកមានរបួស ការរះកាត់ ឬការធ្វើធូញច្រើននោះ លោកអ្នកទំនងជាមានការឈឺចាប់។ ការឈឺចាប់គឺជាផ្នែកធម្មតានៃជីវិតរស់នៅ និងដំណើរការជះសះស្បើយ។ ពិភាក្សាជាមួយវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នកអំពីរបៀបដែលលោកអ្នកអាចទទួលបានការបំបាត់ការឈឺចាប់ដែលមានប្រសិទ្ធភាពបំផុត ដោយមានហានិភ័យតិចបំផុត។

ការព្យាបាលការឈឺចាប់ដោយមិនប្រើថ្នាំ OPIOID មានហានិភ័យតិចតួច

ចំពោះការឈឺចាប់ដែលអាចនឹងត្រូវបាត់ទៅវិញក្នុងមួយ ឬពីរសប្តាហ៍ ជានិច្ចកាលវាជាការល្អបំផុត ដើម្បីចាប់ផ្តើមការព្យាបាលការឈឺចាប់ដោយមិនប្រើថ្នាំ opioid។ ថ្នាំបំបាត់ការឈឺចាប់ Opioids អាចជួយគ្រប់គ្រងការឈឺចាប់នៅពេលចាប់ផ្តើមប្រើដំបូង ប៉ុន្តែជាធម្មតាមិនចាំបាច់ទេ។ គិតពីការណែនាំពីជម្រើសផ្សេងទៀត ដែលអាចដំណើរការបានល្អផងដែរ ប៉ុន្តែមានហានិភ័យតិចជាង។

- ថ្នាំបំបាត់ការឈឺចាប់អាចទិញបានដោយគ្មានវេជ្ជបញ្ជា
- ការព្យាបាលរាងកាយ
- ការហាត់ប្រាណ
- អ្នកជំនាញវិជ្ជាជីវៈជួយដោះស្រាយផលប៉ះពាល់អារម្មណ៍នៃការឈឺចាប់

ថ្នាំបំបាត់ការឈឺចាប់ OPIOIDS គឺជាថ្នាំដែលមានវេជ្ជបញ្ជាយ៉ាងដាច់ខាត

ថ្នាំបំបាត់ការឈឺចាប់ Opioids អាចជាជម្រើសត្រឹមត្រូវសម្រាប់ការព្យាបាលការឈឺចាប់ធ្ងន់ធ្ងរ ដូចជាជំងឺមហារីក ឬការព្យាបាលក្លាមៗបន្ទាប់ពីការរះកាត់ច្រើន។ ទោះជាយ៉ាងណាក៏ដោយ ក៏ថ្នាំនានាដូចជា Vicodin, Percocet និង OxyContin មានឥទ្ធិពលខ្លាំងណាស់ ហើយអាចសម្លាប់មនុស្សបាន។ ទោះបីជាលោកអ្នកប្រើថ្នាំតាមការណែនាំក៏ដោយ ក៏ថ្នាំបំបាត់ការឈឺចាប់ opioids ទាំងអស់មានផលប៉ះពាល់ធ្ងន់ធ្ងរ ដូចជាការញៀន និងការប្រើប្រាស់កម្រិត។

ថ្នាំបំបាត់ការឈឺចាប់ OPIOIDS គឺថ្នាំដែលចេញពីប្រភពសារធាតុគីមីនៃជាតិអាគៀនហេរ៉ូអ៊ីន ហើយវាជាគ្រឿងញៀនខ្លាំងណាស់


លោកអ្នកអាចបង្កើនការអត់ធ្មត់ចំពោះថ្នាំបំបាត់ការឈឺចាប់ opioids តាមពេលវេលា ដូច្នេះលោកអ្នកចាំបាច់ត្រូវចំណាយពេលកាន់តែច្រើនឡើង ដើម្បីទទួលបានការធូរស្បើយដូចគ្នា។ ការប្រើប្រាស់កម្រិតនោះ ថ្នាំបំបាត់ការឈឺចាប់ opioids មានគ្រោះថ្នាក់ច្រើនថែមទៀត។ លោកអ្នកអាចក្លាយជាញៀនថែមទៀតផង បន្ទាប់ពីមួយរយៈពេលខ្លី។

ថ្នាំដែលបានចេញវេជ្ជបញ្ជាជាទូទៅ៖


- Codeine
- Dilaudid
- Fentanyl
- Hydrocodone (Vicodin)
- Hydromorphone
- Methadone
- Meperidine
- Morphine
- MS Contin
- Oxymorphone (Opana)
- Oxycodone (OxyContin)
- Percocet

ថ្នាំទាំងនេះ មានថ្នាំ Opioids ដែលមានការចេញវេជ្ជបញ្ជាមួយចំនួនប៉ុណ្ណោះ។ ប្រសិនបើលោកអ្នកទទួលបានការវេជ្ជបញ្ជាសម្រាប់ការឈឺចាប់សូមសាកសួរវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នក ប្រសិនបើវាជាថ្នាំបំបាត់ការឈឺចាប់ opioid ។


ប្រសិនបើលោកអ្នកត្រូវបានគេចេញវេជ្ជបញ្ជាថ្នាំ opioid សម្រាប់ការបំបាត់ការឈឺចាប់រយៈពេលខ្លី៖




វេជ្ជបញ្ជាការតែផ្តល់ជូនថ្នាំរយៈពេលពីបីទៅប្រាំពីរថ្ងៃតែប៉ុណ្ណោះ (ជាញឹកញយផ្តល់ជូននេះ មានតិចជាង 10 គ្រាប់)។



ប្រើថ្នាំកម្រិតទាបបំផុតដែលអាចធ្វើទៅបានក្នុងរយៈពេលខ្លីបំផុត។



ជានិច្ចកាលត្រូវពិភាក្សាជាមួយវេជ្ជបណ្ឌិតអំពីការគ្រប់គ្រងការឈឺចាប់របស់អ្នកឱ្យមានស្ថានភាពកាន់តែប្រសើរជាងមុន ដោយមិនប្រើថ្នាំ opioids ដែលមានការចេញវេជ្ជបញ្ជា។



ត្រូវបោះបង់ចោលថ្នាំ opioid ក្លាមៗនៅពេលលោកអ្នកឈប់ប្រើវា។*

* នៅយើងខោនធី King County មានឱសថស្ថានជាច្រើនកន្លែង ដែលអាចបោះបង់ចោលថ្នាំរបស់អ្នកដែលមិនប្រើ ដោយគ្មានគិតថ្លៃ។ សូមស្វែងរកកន្លែងណាដែលនៅជិតលោកអ្នកបំផុតនៅ៖ www.takebackyourmeds.org.

ហេតុការណ៍ពិតនិងគួរលេខអំពីថ្នាំ Opioids

THE OPIOID EPIDEMIC

ការប្រើថ្នាំប្រឆាំងការធូលីត គឺជាមូលហេតុដែលបណ្តាលឱ្យស្លាប់ដែលកើតឡើងដោយចៃដន្យនៅសហរដ្ឋអាមេរិក និងនៅរដ្ឋស៊ីនតោន ហើយការញៀនថ្នាំ opioid កំពុងតែជម្រុញឱ្យមានការរីករាលដាលជំងឺ។

សមាគមគ្រូពេទ្យរៀនអាមេរិក



នៅឆ្នាំ 2015 តែមួយគត់ **718** ប្រជាពលរដ្ឋនៅរដ្ឋស៊ីនតោន បានស្លាប់ដោយសារការប្រើថ្នាំប្រឆាំងការធូលីត ដែលពាក់ព័ន្ធនឹងថ្នាំ opioids ។

ក្រសួងសុខាភិបាលរដ្ឋស៊ីនតោន



មានអ្នកស្លាប់ដោយប្រើថ្នាំប្រឆាំងការធូលីតច្រើនជាង **3 នាក់ចំណោម 5 នាក់** ពាក់ព័ន្ធនឹងថ្នាំ opioid ។

មណ្ឌលគ្រប់គ្រង និងបង្ការជំងឺឆ្លង



ប្រជាពលរដ្ឋ **4 នាក់ក្នុងចំណោម 5 នាក់** នៃអ្នកប្រើថ្នាំជាតិអាគ្រិនហេរូអ៊ីនថ្មី បានចាប់ផ្តើមប្រើថ្នាំបំបាត់ការឈឺចាប់តាមវេជ្ជបញ្ជាដោយប្រើថ្នាំខុស។

សមាគមគ្រឿងញៀនអាមេរិក



នៅរដ្ឋធានីវ៉ាស៊ីនតោនដែលបច្ចុប្បន្ន មនុស្សចំនួន **57%** ដែលកំពុងប្រើប្រាស់ថ្នាំជាតិអាគ្រិនហេរូអ៊ីន បានពឹងផ្អែកលើថ្នាំ opioids ដែលមានការចេញវេជ្ជបញ្ជា មុនពេលពួកគេប្រើប្រាស់ថ្នាំជាតិអាគ្រិនហេរូអ៊ីន។

វិទ្យាស្ថានស្តីពីការរំលោភបំពានគ្រឿងញៀន និងគ្រឿងស្រវឹង UW

ក្មេងជំទង់ និងថ្នាំ OPIOIDS

ក្មេងវ័យជំទង់ **1 នាក់ក្នុងចំណោម 5 នាក់** មានពិសោធន៍ជាមួយថ្នាំតាមវេជ្ជបញ្ជា។

មណ្ឌលគ្រប់គ្រង និងបង្ការជំងឺឆ្លង



មនុស្សវ័យក្មេងប្រហែលពាក់កណ្តាល ដែលចាក់ថ្នាំជាតិអាគ្រិនហេរូអ៊ីនបានចាប់ផ្តើមការរំលោភបំពានប្រើថ្នាំមានវេជ្ជបញ្ជា។

វិទ្យាស្ថានជាតិស្តីពីការរំលោភបំពានគ្រឿងញៀន



ក្មេងវ័យជំទង់ច្រើនជាង **4 នាក់ក្នុងចំណោម 10 នាក់** ដែលបានប្រើថ្នាំខុស ឬប្រើថ្នាំខុសច្បាប់ ចំពោះថ្នាំដែលមានវេជ្ជបញ្ជា បានទទួលថ្នាំពីទូដាក់ថ្នាំពេទ្យរបស់មាតាឬបិតាពួកគេ។

ភាពជាដៃគូសម្រាប់កុមារគ្មានថ្នាំញៀន Drug-Free Kids



មាតាបិតា 95% ជឿថាកូនរបស់ពួកគេមិនដែលបានប្រើថ្នាំដែលមានវេជ្ជបញ្ជាសម្រាប់ហេតុផលក្រៅពីការប្រើប្រាស់តាមការគ្រោងទុករបស់វាខ្លួនឡើយ។

ភាពជាដៃគូសម្រាប់កុមារគ្មានថ្នាំញៀន Drug-Free Kids

ការថែរក្សាកុមារនិងក្មេងជំទង់ឱ្យមានសុវត្ថិភាព

ជួនកាលកុមារ និងក្មេងជំទង់ត្រូវបានគេចេញវេជ្ជបញ្ជាឱ្យប្រើថ្នាំ opioids នៅពេលពួកគេមិនត្រូវប្រើឡើយ។ ឬពួកគេអាចត្រូវបានគេផ្តល់ជូនការចេញវេជ្ជបញ្ជាថ្នាំគ្រាប់ច្រើនជាងថ្នាំដែលពួកគេត្រូវការ។ មនុស្សវ័យជំទង់អាចមានពិសោធន៍ប្រើថ្នាំដែលពួកគេរកឃើញនៅក្នុងទូដាក់ថ្នាំពេទ្យរបស់អ្នកផងដែរ។ សូមអនុវត្តតាមការណែនាំដ៏សាមញ្ញទាំងបីនេះ នៅពេលណាដែលអាចធ្វើទៅបាន៖

- 1 កុំបំពេញ** ការចេញវេជ្ជបញ្ជាសម្រាប់ការផ្គត់ផ្គង់ថ្នាំលើសពី 3 ថ្ងៃ (ថ្នាំអតិបរមា 10 គ្រាប់) សម្រាប់អ្នកដែលមានអាយុពី 20 ឆ្នាំឡើងទៅ ឬក្មេងជាងនេះ។
- 2 ត្រូវរក្សាទុកដោយសុវត្ថិភាព** ថ្នាំ opioids ឱ្យនៅឆ្ងាយពីក្មេងៗនិងក្មេងជំទង់។
- 3 ការបោះចោលថ្នាំដោយសុវត្ថិភាព*** ចំពោះថ្នាំ opioids បន្ថែមនៅពេលលោកអ្នកប្រើហើយ។ កុំរក្សាទុកថ្នាំនៅជុំវិញខ្លួន។

* នៅយើងមានជី King County មានឱសថស្ថានជាច្រើនកន្លែង ដែលអាចបោះចោលថ្នាំរបស់អ្នកដែលមិនប្រើ ដោយឥតគិតថ្លៃ។ សូមស្វែងរកកន្លែងណាដែលនៅជិតលោកអ្នកបំផុតនៅ www.takebackyourmeds.org.