



# Опиоидные лекарства и боль: Что вам нужно знать

Если вы получили травму, прошли операцию или крупное стоматологическое вмешательство, вы, скорее всего, испытываете боль. Боль является нормальной частью жизни и исцеления. Поговорите со своим врачом о том, как вы можете получить наиболее эффективное облегчение боли с наименьшим риском.

## ЛЕЧЕНИЕ НЕОПИОИДНЫМИ ПРЕПАРАТАМИ ИМЕЕТ МЕНЬШЕ РИСКОВ.

Для облегчения боли, которая, скорее всего, исчезнет через неделю или две, всегда лучше начинать лечение неопиоидными лекарствами. Опиоиды могут сначала помочь контролировать боль, но обычно они не нужны. Рассмотрите другие варианты, которые могут быть также эффективны, но имеют гораздо меньше рисков.

- Безрецептурные болеутоляющие средства
- Физиотерапия
- Упражнения
- Профессиональная помощь, помогающая справиться с эмоциональными аспектами боли.

## ОПИОИДЫ - ЭТО СИЛЬНОДЕЙСТВУЮЩИЕ РЕЦЕПТУРНЫЕ ПРЕПАРАТЫ

Опиоиды могут быть правильным выбором для лечения сильной боли, например, в случае рака или сразу после тяжелой операции. Однако такие препараты, как Викодин, Перкосет и ОксиКонтин, очень сильнодействующие и могут быть смертельными. Даже если вы принимаете их по указанию, ВСЕ опиоиды имеют серьезные побочные эффекты, такие как привыкание и передозировка.

## ОПИОИДЫ ЯВЛЯЮТСЯ ХИМИЧЕСКИМИ РОДСТВЕННИКАМИ ГЕРОИНА И ВЫЗЫВАЮТ СИЛЬНУЮ ЗАВИСИМОСТЬ

С течением времени у вас может развиться привыкание к опиоидам, поэтому вам потребуется принимать все большую дозу, чтобы получать облегчение. Чем выше доза, тем опаснее опиоиды. У вас очень быстро может развиться наркотическая привязанность.

### Часто назначаемые опиоиды:

Кодеин

Дилаудид

Фентанил

Гидрокодон (Викодин)

Гидроморфон

Метадон

Меперидин

Морфий

МС Контин

Оксиморфон (Опана)

Оксикодон (ОксиКонтин)

Перкосет

Это лишь некоторые из опиоидов, выписываемых по рецепту. Если вы получаете рецепт от боли, уточните у врача, является ли препарат опиоидом.

### Если вам назначают опиоид для кратковременной боли:



Рецепт должен быть только для трех-семидневного лечения (часто это всего лишь 10 таблеток).



Примите самую низкую дозу для кратчайшего периода времени.



Проконсультируйтесь с вашим врачом о том, как наиболее эффективно справиться с болью, не принимая рецептурные опиоиды.



Утилизируйте опиоидные лекарства сразу, как только вы прекратите их принимать.\*

\* В округе Кинг есть десятки аптек, которые могут бесплатно принять ваши неиспользованные лекарства. Здесь вы можете найти ближайшую к вам аптеку: [www.takebackyourmeds.org](http://www.takebackyourmeds.org).

## ОПИОИДНАЯ ЭПИДЕМИЯ

Передозировка наркотиками является **ведущей причиной** случайной смерти в США и в штате Вашингтон, а опиоидная зависимость ведет к эпидемии.

*Американское профессиональное сообщество аддиктивной медицины*



Только в 2015 году в штате Вашингтон умерло **718** человек от передозировки опиоидными препаратами.

*Государственный департамент здравоохранения штата Вашингтон*



Более **3 из 5** смертей от передозировки наркотиков связаны с опиоидом.

*Центры по контролю и профилактике заболеваний (CDCP)*



На национальном уровне, **4 из 5** новых пользователей героина развили зависимость со злоупотребления рецептурными обезболивающими средствами.

*Американское профессиональное сообщество аддиктивной медицины*



В штате Вашингтон **57%** людей, употребляющих в настоящее время героин, были зависимы от рецептурных опиоидов, прежде чем начали использовать героин.

*Институт алкоголизма и аркомании UW*

## ТИНЕЙДЖЕРЫ И ОПИОИДЫ

**1 из 5** подростков экспериментируют с отпускаемыми по рецепту лекарствами.

*Центры по контролю и профилактике заболеваний*



Почти **половина** молодых людей, которые делают инъекции героина, начали злоупотреблять лекарственными средствами, отпускаемыми по рецепту.

*Национальный институт по борьбе со злоупотреблением наркотиками*



Больше чем **4 из 10** подростков, которые принимали лекарство не по предписанию врача или злоупотреблявших лекарством по рецепту, взяли его из аптечки своего родителя.

*Партнерство для детей без наркотиков*



**95%** родителей считают, что их ребенок никогда не принимал рецептурное лекарство по иной причине, чем его предполагаемое использование.

*Партнерство для детей без наркотиков*

## ЗАЩИТА ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ ОТ НАРКОЗАВИСИМОСТИ

Иногда детям и подросткам назначают опиоиды, когда это не нужно. Или им может назначаться рецепт на большее количество таблеток, чем требуется. Подростки могут также экспериментировать с лекарствами, которые они находят в вашей аптечке.

Следуйте этим 3 простым инструкциям, когда это возможно:

**1 НЕ ВЫДАВАЙТЕ** лекарство по рецепту более чем на 3 дня (максимум 10 таблеток) для лиц 20 лет и младше.

**2 ХРАНИТЕ ОПИОИДЫ В БЕЗОПАСНОМ МЕСТЕ**, недоступном для детей и подростков.

**3 УТИЛИЗИРУЙТЕ неиспользованные опиоиды БЕЗОПАСНЫМ СПОСОБОМ\***, когда вы закончили свой курс лечения. Не держите их в открытом доступе.

\* В округе Кинг есть десятки аптек, которые могут бесплатно избавиться от ваших неиспользованных лекарств. Здесь вы можете найти ближайшую к вам аптеку: [www.takebackyourmeds.org](http://www.takebackyourmeds.org).