



Parenting for Prevention: Opioids

About Opioids

- Medications referred to as *opioids* are substances derived from the Asian poppy plant. The most common opioids are morphine and codeine, from which a number of additional opioids can be synthesized.
- When administered outside of a hospital setting, opioids are pills typically prescribed for severe pain (e.g. after surgery), chronic pain (e.g. severe back pain), persistent cough or diarrhea.
- We all have naturally occurring opioids in our bodies (e.g. endorphins) which act at opioid receptors in the brain, spinal cord, gastrointestinal tract, as well as other organs.
- When taken as medications, opioids act at these receptors to produce a number of different effects, including decreased perception of pain.
- Opioids also affect parts of the brain involved in hedonia (i.e. feelings of pleasure). The euphoric effects of opioids, which are often described as feelings of well-being, happiness, or joy, can over time, lead to psychological dependence or addiction.
- When taken as prescribed, opioids can be safe and effective. If properly managed, short-term medical use of opioids rarely causes addiction.
- Taking opioids for non-medical reasons (i.e. using drugs without a prescription or using them solely for the "high" they produce) increases the risk of addiction.
- At higher doses opioids can decrease activity in the area of the brain that regulates breathing, resulting in decreased respiration which can lead to overdose death.
- Common names for opioid medications include hydrocodone (Vicodin®), oxycodone (OxyContin®, Percocet®), morphine (Kadian®, Avinza®), and codeine.
- Common slang terms for opioids include oxy, percs, happy pills, hillbilly heroin, OC, or vikes.

Fast Facts

TOLERANCE

Tolerance occurs when a person no longer responds to the drug and a higher dose is needed to achieve the same effect. Tolerance is often associated with physical dependence.

DEPENDENCE

Dependence occurs because of normal adaptations to chronic exposure to a drug. A person dependent on opioids functions normally only when using the drug. When use of the drug is abruptly reduced or stopped the person is likely to experience withdrawal symptoms.

ADDICTION

Addiction is a disease that affects the brain and behavior. Addiction is when a person engages in compulsive drug seeking behaviors, even when faced with negative consequences. The behaviors are reinforcing or rewarding, thus manifesting in a loss of control in limiting the intake of the addictive drug.

What Parents Need to Know

Do you know what's inside your medicine cabinet? Do you keep track of your family members' use of prescription painkiller medications? Do you properly dispose of old or unused medications?

About **12 million American teens and adults** reported using prescription painkillers to get "high" or for other nonmedical reasons. According to The Centers for Disease Control and Prevention in 2011, of the 41,340 drug overdose deaths in the United States, 22,810 (55%) were related to pharmaceuticals. Of the 22,810 deaths relating to pharmaceutical overdoses, **16,917 (74%) involved opioids**.

Teen opioid abuse can take many forms. The most common ways teens abuse opioids is by taking more of the pills than prescribed (either of their own or someone else's prescription) or by taking the drugs by a method other than prescribed (such as crushing up the pills into a powder, and snorting.) Both of these manners of abuse lead to greater risk of addiction and overdose.

One of the most effective ways of preventing teen opioid abuse is to cut off access within your own home. Most teens who abuse opioids get them for free from a friend or relative, or from the family medicine cabinet. Refer to our resources on the back page to learn more about locking up your prescription medications and other actions you can take to help prevent teen opioid abuse. The Ashland Police Station has a permanent Drug Drop Box for residents to properly dispose of expired/unused prescription medications. Many communities sponsor Drug Take Back Days twice a year to encourage proper disposal of prescription medications. Check here for dates: http://www.deadiversion.usdoj.gov/drug_disposal/takeback/.

Risks of Opioid Use

Even when taken as prescribed by a doctor, opioids carry certain risks. When prescription opioids are abused (taking *someone else's* prescription opioid medication, taking a prescription opioid medication *in a way other than prescribed* or taking the opioid prescription *to get high*) the risks can be severe and even cause death.

- Dry Mouth
- Constipation
- Sedation/sleepiness
- Confusion
- Nausea
- Central sleep apnea
- Respiratory (breathing) problems
- Tolerance
- Dependence
- Experimentation with heroin
- Accidental overdose/death
- When used with alcohol a dangerous slowing of heart rate and respiration, coma, or death may occur



FOR PARENTS

Centers for Disease Control & Prevention
<http://www.cdc.gov/homeandrecreationalafety/overdose/index.html>

Lock the Cabinet
<http://www.lockthecabinet.com/>

National Institute on Drug Abuse
<http://www.drugabuse.gov/publications/drugfacts/prescription-over-counter-medications>

National Institute on Drug Abuse
<http://www.drugabuse.gov/publications/research-reports/prescription-drugs/opioids/what-are-opioids>

Partnership for Drug-Free Kids
<http://www.drugfree.org/drug-guide/prescription-pain-relievers/>

The Medicine Abuse Project
<http://medicineabuseproject.org/>

FOR TEENS

NIDA for Teens
<http://teens.drugabuse.gov/drug-facts/prescription-pain-medications-opioids>

Prevention Tips: How to Take Action

Talking about the risks of opioid use and taking action to prevent opioid abuse is crucial.

- Teach your children that it is only OK to take medicine that is prescribed by a doctor and given by a parent or caregiver.
- If your child is prescribed an opioid for a medical purpose by a doctor, monitor the dosage being taken. Keep the prescription locked in a secure place.
- Monitor the Over the Counter (OTC) medications that your teen may be using to relieve headaches, pain or soreness from sports, or minor colds.
- Talk with your children about how using drugs can interfere with their health, school, sports, activities, and their dreams.
- Tell your children to never accept pills, liquids or any other medications from a friend or classmate. Teach them how to refuse drugs if offered.
- Keep all prescription medications locked and secure in a safe place, in their original containers and properly dispose of old medications when expired.
- Let them know that they can come to you with any questions or concerns and that their well-being is the most important thing.



Parentalidade para Prevenção: Opioides

Sobre os Opioides

- Os medicamentos referidos como *opioides* são substâncias derivadas da planta papoula asiática. Os opioides mais comuns são a morfina e a codeína, a partir dos quais uma série de opioides adicionais podem ser sintetizados.
- Quando administrados fora de um ambiente hospitalar, os opioides são pílulas tipicamente prescritas para dor intensa (por exemplo, após uma cirurgia), dor crônica (por exemplo, dor intensa nas costas), tosse persistente ou diarreia.
- Todos nós temos opioides de ocorrência natural em nosso corpo (por exemplo, endorfinas) que atuam em receptores opioides no cérebro, medula espinhal, trato gastrointestinal e em outros órgãos.
- Quando tomados como medicamentos, os opioides atuam nesses receptores, para produzir uma série de efeitos diferentes, incluindo a diminuição da percepção de dor.
- Os opioides também afetam partes do cérebro envolvidas no hedonismo (ou seja, sentimentos de prazer). Os efeitos eufóricos dos opioides, que muitas vezes são descritos como sentimentos de bem-estar, felicidade ou alegria, podem, ao longo do tempo, levar ao vício ou à dependência psicológica.
- Quando tomados conforme prescrição, os opioides podem ser seguros e eficazes. Se forem administrados devidamente, o uso médico de curto prazo dos opioides raramente causa dependência.
- Tomar opioides por razões não médicas (ou seja, usar remédios sem receita médica ou usá-los unicamente para a "satisfação" que eles produzem) aumenta o risco de dependência.
- Em doses mais elevadas, os opioides podem diminuir a atividade na área do cérebro que regula a respiração, resultando em uma diminuição da respiração, que pode levar a uma morte por overdose.
- Os nomes comuns para medicamentos opioides incluem hidrocodona (Vicodin®), oxycodona (OxyContin®, Percocet®), morfina (Kadian®, Avinza®) e codeína.
- Gírias comuns utilizadas para opioides incluem *oxi*, *percs*, pílula da felicidade, heroína hillbilly, *OC* ou *vikes*.

FATOS RÁPIDOS

TOLERÂNCIA

A tolerância ocorre quando uma pessoa não responde mais ao medicamento e é necessária uma dose mais elevada para atingir o mesmo efeito. A tolerância está frequentemente associada à dependência física.

DEPENDÊNCIA

A dependência ocorre por causa de adaptações normais à exposição crônica a um medicamento. Uma pessoa dependente de opioides age normalmente apenas quando usa o medicamento. Quando o uso do medicamento é abruptamente reduzido ou interrompido, a pessoa provavelmente apresentará sintomas de abstinência.

VÍCIO

O vício é uma doença que afeta o cérebro e o comportamento. O vício é quando uma pessoa se envolve em comportamentos compulsivos de busca de drogas, mesmo quando confrontados com consequências negativas. Os comportamentos são reforçadores ou gratificantes, manifestando assim uma perda de controle na limitação da ingestão do medicamento.

O que os pais precisam saber

Você sabe o que está dentro do seu armário de remédios? Você acompanha o uso de medicamentos analgésicos prescritos por sua família? Você descarta adequadamente medicamentos antigos ou não utilizados?

Cerca de **12 milhões de adolescentes e adultos americanos** relataram usar analgésicos prescritos para ficar "altos" ou por outros motivos não médicos. De acordo com os Centros para o Controle e Prevenção de Doenças, em 2011, das 41.340 mortes por overdose de drogas nos Estados Unidos, 22.810 (55%) estavam relacionadas a produtos farmacêuticos. Dos 22.810 óbitos relacionados a overdoses farmacêuticas, **16.917 (74%) envolviam opioides**. O abuso de opioides por adolescentes pode assumir várias formas. As formas mais comuns pelas quais os adolescentes abusam dos opioides são tomando mais comprimidos do que o prescrito (prescrição para si próprio ou para outra pessoa) ou tomando os medicamentos por um método diferente do prescrito (como esmagar as pílulas em um pó e aspirar). Ambos esses meios de abuso levam a um maior risco de dependência e overdose.

Uma das formas mais eficazes de prevenir o abuso de opioides em adolescentes é cortar o acesso dentro de sua própria casa. A maioria dos adolescentes que abusam de opioides consegue gratuitamente de um amigo ou parente, ou da caixa de remédios da família. Consulte os nossos recursos no verso deste folheto, para saber mais sobre o bloqueio de seus medicamentos prescritos e outras ações que você pode realizar, para ajudar a evitar o abuso de opioides entre os adolescentes. A delegacia de polícia de Ashland tem uma caixa de remédios permanente para os moradores descartarem adequadamente medicamentos prescritos vencidos/não utilizados. Muitas comunidades patrocinam os Dias de Recuperação de Remédios, duas vezes por ano, para incentivar o descarte adequado de medicamentos prescritos.

Verifique aqui as datas: http://www.deadiversion.usdoj.gov/drug_disposal/takeback/.

Riscos do uso de opioides

Mesmo quando tomados como prescrito por um médico, os opioides trazem certos riscos. Quando os opioides prescritos são tomados em excesso (tomando o medicamento opiáceo prescrito de outra pessoa, tomando um medicamento opiáceo prescrito de forma diferente do prescrito ou tomando a receita de opioides para ficar “alto”), os riscos podem ser graves e até causar a morte.

- Boca seca
- Intestino preso
- Sedação/sonolência
- Confusão mental
- Náuseas
- Apneia central do sono
- Problemas respiratórios (da respiração)
- Tolerância
- Dependência
- Experimentos com heroína
- Overdose acidental / morte
- Quando consumido junto com álcool, uma diminuição perigosa da frequência cardíaca, coma ou até a morte, podem acontecer.



PARA OS PAIS

Centros de Prevenção e Controle de Doenças

<http://www.cdc.gov/homeandrecreational/safety/overdose/index.html>

Tranque o armário

<http://www.lockthecabinet.com/>

Instituto Nacional de Abuso de Drogas

<http://www.drugabuse.gov/publications/drug-facts/prescription-over-counter-medications>

Instituto Nacional de Abuso de Drogas

<http://www.drugabuse.gov/publications/research-reports/prescription-drugs/opioids/what-are-opioids>

Parceria para Criança Livre de Drogas

<http://www.drugfree.org/drug-guide/prescription-pain-relievers/>

Projeto O Abuso de Medicamentos

<http://medicineabuseproject.org/>

PARA OS ADOLESCENTES

NIDA para adolescentes

<http://teens.drugabuse.gov/drug-facts/prescription-pain-medications-opioids>

Dicas de Prevenção: como tomar atitudes

Falar sobre os riscos do uso de opioides e tomar medidas para prevenir o abuso de opiáceos são atitudes cruciais.

- Ensine seus filhos que se deve tomar apenas remédios prescritos por um médico e administrados por um pai, mãe ou um cuidador.
- Se um opioide for receitado para seu filho para um propósito médico por um médico, monitore a dose a ser tomada. Mantenha a receita trancada em um local seguro.
- Monitore os medicamentos livres de receita (OTC) que seu filho adolescente pode usar para aliviar dores de cabeça, dor ou contusões de esportes, ou resfriados comuns.
- Fale com seu filho sobre como o uso de drogas pode interferir na sua saúde, escola, esportes, atividades e em seus sonhos.
- Diga para seu filho para nunca aceitar pílulas, líquidos ou qualquer outro medicamento de amigos ou colegas de sala. Ensine-o a como rejeitar esses remédios, caso sejam oferecidos.
- Mantenha todos os medicamentos prescritos trancados em um local seguro, em seus recipientes originais e descarte adequadamente todos os remédios velhos, quando vencidos.
- Deixe-o saber que pode chegar até você com qualquer dúvida ou preocupação, e que o seu bem-estar é o mais importante

Parentalidade para Prevenção é uma série educacional da Coalizão Decisões em Cada Volta (*Decisions at Every Turn Coalition*) para pais e outros cuidadores para aumentar a percepção e o conhecimento sobre assuntos importantes da juventude e para encorajar o diálogo sobre a tomada de decisões saudáveis.

Por favor, visite <http://www.AshlandDecisions.org/parent-tip-sheets.html> para acessar nossa biblioteca completa de folhetos de dicas.

Decisions at Every Turn Coalition • 65 East Union Street, Ashland MA 01721
www.AshlandDecisions.org • CoalitionInfo@AshlandDecisions.org • 508-881-0177 ramal 8284

Parenting for Prevention (Prevención por medio de la Paternidad): Los opioides

Acerca de los opioides

- Los medicamentos denominados *opioides* son sustancias derivadas de la planta de adormidera asiática. Los opiáceos más comunes son la morfina y la codeína, a partir de los cuales se pueden sintetizar varios opiáceos adicionales.
- Cuando se administran fuera de un entorno hospitalario, los opiáceos son píldoras típicamente recetadas para los dolores muy fuertes (por ejemplo, después de una cirugía), dolores crónicos (como dolor de espalda severo), tos persistente o diarrea.
- Todos tenemos opioides naturales en nuestro cuerpo (es decir, las endorfinas) que actúan en los receptores de opiáceos en el cerebro, la médula espinal, el tracto gastrointestinal y otros órganos.
- Cuando se toman como medicamentos, los opiáceos actúan en estos receptores para producir una serie de efectos diferentes, incluida la disminución de la percepción del dolor.
- Los opioides también afectan partes del cerebro involucradas en la hedonia (o sea, las sensaciones de placer). Los efectos eufóricos de los opioides, que a menudo se describen como sentimientos de bienestar, felicidad o alegría, pueden con el tiempo llevar a la dependencia psicológica o a la adicción.
- Cuando se toman según lo recetado, los opiáceos pueden ser seguros y efectivos. Si se administran adecuadamente, el uso médico a corto plazo de opiáceos rara vez causa adicción.
- Tomar opiáceos por razones no médicas (es decir, consumir drogas sin receta médica o usarlas únicamente por la euforia que producen) aumenta el riesgo de adicción.
- En dosis más altas, los opioides pueden disminuir la actividad en el área del cerebro que regula la respiración, lo que da como resultado una disminución de la respiración que puede conducir a la muerte por sobredosis.
- Los nombres comunes para los medicamentos opioides incluyen hidrocodona (Vicodin®), oxicodona (OxyContin®, Percocet®), morfina (Kadian®, Avinza®) y codeína.
- Los términos comunes del argot para los opiáceos incluyen oxy, percs, happy pills, hillbilly heroin, OC, o vikes.

Datos rápidos

TOLERANCIA

La tolerancia se produce cuando una persona ya no responde al medicamento y se necesita una dosis más alta para lograr el mismo efecto. La tolerancia a menudo se asocia con la dependencia física.

DEPENDENCIA

La dependencia ocurre debido a las adaptaciones normales a la exposición crónica a un medicamento. Una persona dependiente de los opiáceos funciona normalmente solo cuando usa el medicamento. Cuando el uso del medicamento se reduce o se detiene abruptamente, es probable que la persona experimente síntomas de abstinencia.

ADICCIÓN

La adicción es una enfermedad que afecta el cerebro y el comportamiento. Adicción es cuando una persona realiza conductas compulsivas de búsqueda de drogas, incluso cuando dicha conducta acarrea consecuencias negativas. Los comportamientos son reforzantes o gratificantes, por lo que se manifiestan en una pérdida del control para limitar la ingesta de la droga adictiva.

Lo que los padres necesitan saber

¿Sabe lo que hay dentro de su botiquín? ¿Mantiene un registro del uso de los analgésicos recetados por parte de sus familiares? ¿Desecha adecuadamente los medicamentos viejos o no utilizados?

Alrededor de **12 millones de adolescentes y adultos estadounidenses** informaron que usan analgésicos recetados para drogarse o por otras razones no médicas.

Según los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC), en el año 2011, de las 41,340 muertes por sobredosis de drogas en Estados Unidos, 22,810 (55%) estuvieron relacionadas con productos farmacéuticos. De las 22,810 muertes relacionadas con sobredosis farmacéuticas, **16,917 (74%) supusieron el uso de opioides.**

El abuso de opioides entre los adolescentes puede tomar muchas formas. La forma más común en que los adolescentes abusan de los opiáceos es tomando más píldoras de las recetadas (ya sea de su propia prescripción o la de otra persona), o tomando los medicamentos por un método distinto a los recetados (como triturar las pastillas hasta convertirlas en polvo para inhalarlas por vía nasal). Ambas formas de abuso conducen a un mayor riesgo de adicción y sobredosis.

Una de las maneras más efectivas de prevenir el abuso de opiáceos en los adolescentes es eliminar su acceso en su propio hogar. La mayoría de los adolescentes que abusan de opiáceos los obtienen de forma gratuita de un amigo o familiar, o del botiquín familiar. Consulte nuestros recursos en la página siguiente para obtener más información acerca de guardar sus medicamentos recetados bajo llave y otras medidas que puede tomar para ayudar a prevenir el abuso de opiáceos entre adolescentes. La Estación de Policía de Ashland tiene un Buzón de Depósito permanente para que los residentes desechen apropiadamente los medicamentos con receta vencidos/no utilizados. Muchas comunidades patrocinan los Drug Take Back Days (días dedicados al desecho de medicamentos no utilizados) dos veces al año para promover la eliminación adecuada de medicamentos recetados. Verifique aquí las fechas:

http://www.deadiversion.usdoj.gov/drug_disposal/takeback/.

Fuentes: Administración de Salud Mental y Abuso de Sustancias de EE.UU. Resultados de la Encuesta Nacional de 2010 sobre el Uso de Drogas y la Salud: Volumen 1: Resumen de los Resultados Nacionales. Rockville, MD: Abuso de Sustancias y la Administración de Servicios de Salud Mental, Oficina de Estudios Aplicados; 2011. Disponible en

URL: <http://oas.samhsa.gov/NSDUH/2k10NSDUH/2k10Results.htm#2.16>; <http://www.cdc.gov/homeandrecreationalsafety/overdose/facts.htm>

Riesgos del uso de opioides

Incluso cuando se toman según lo prescrito por un médico, los opiáceos conllevan ciertos riesgos. Cuando se abusa de los opioides recetados (tomar medicamentos opioides recetados de otra persona, tomar un medicamento opiáceo recetado de una manera diferente a la prescrita, o tomar el opiáceo recetado con el fin de drogarse), los riesgos pueden ser graves e incluso causar la muerte.

- Resequedad de la boca
- Estreñimiento
- Sedación/somnolencia
- Confusión
- Náuseas
- Apnea central del sueño
- Problemas respiratorios
- Tolerancia
- Dependencia
- Experimentar con la heroína
- Sobredosis accidental/muerte
- Cuando se consumen con alcohol, puede producirse una disminución peligrosa de la frecuencia cardíaca y la respiración, y puede ocasionar el coma o la muerte.



Consejos de prevención: cómo tomar acción

Es crucial hablar de los riesgos de los opioides y tomar acción para prevenir su abuso

- Enséñeles a sus hijos que pueden tomar medicamentos solamente cuando son recetados por un médico y administrados por sus padres u otro cuidador.
- Si un médico le receta un opiáceo a su hijo por motivos médicos, controle la dosis que se está tomando. Guarde la prescripción bajo llave en un lugar seguro.
- Controle los medicamentos de venta libre (OTC) que su adolescente pueda estar tomando para aliviar el dolor de cabeza o cualquier otro dolor, como los dolores causados por los deportes o los resfriados leves.
- Hable con sus hijos sobre cómo el uso de drogas puede interferir con su salud, la escuela, los deportes, las actividades y sus sueños.
- Dígales a sus hijos que nunca acepten pastillas, líquidos o ningún otro medicamento de un amigo o compañero de clase. Enséñeles cómo rechazar las drogas si se las ofrecen.
- En un lugar seguro, guarde bajo llave y en sus envases originales todos los medicamentos recetados y deseche los medicamentos viejos cuando estén vencidos.
- Comuníqueles que pueden acudir a usted con cualquier pregunta o inquietud y que su bienestar es lo más importante.

PARA PADRES

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades

<http://www.cdc.gov/healthyplaces/ety/overdose/index.html>

Cerrar con llave el botiquín

<http://www.lockthecabinet.com/>

Instituto Nacional sobre el Abuso de Drogas

<http://www.drugabuse.gov/publications/drug-facts/prescription-over-counter-medications>

Instituto Nacional sobre el Abuso de Drogas

<http://www.drugabuse.gov/publications/research-reports/prescription-drugs/opioids/what-are-opioids>

Asociación para Niños sin Drogas

<http://www.drugfree.org/drug-guide/prescription-pain-relievers/>

El Proyecto de Abuso de Medicamentos

<http://medicineabuseproject.org/>

PARA ADOLESCENTES

NIDA para Adolescentes

<http://teens.drugabuse.gov/drug-facts/prescription-pain-medications-opioids>

"Parenting for Prevention" es una serie educativa de la Coalición "Decisions at Every Turn" para padres y otros adultos interesados en aumentar la conciencia y el conocimiento sobre asuntos importantes de la juventud y para alentar el diálogo sobre la toma de decisiones saludables.

Visite <http://www.AshlandDecisions.org/parent-tip-sheets.html> para nuestra colección de hojas de consejos.

Родители и профилактика вредных привычек: Опиоиды



Об опиоидах

- Лекарственные препараты, называемые *опиоидами*, содержат вещества, полученные из азиатского мака. Наиболее распространенные опиоиды – морфин и кодеин; на их основе могут быть синтезированы некоторые другие опиоидные препараты.
- При применении в не больничных условиях опиоиды – это, как правило, таблетки, прописываемые от сильной боли (например, боль после операции), хронической боли (например, сильные боли в спине), стойкого кашля или диареи.
- В нашем организме также вырабатываются естественные опиоиды (например, эндорфины), которые воздействуют на опиоидные рецепторы головного мозга, спинного мозга, желудочно-кишечного тракта и других органов.
- При приеме в виде лекарственных препаратов опиоиды воздействуют на эти рецепторы, оказывая различное воздействие, в том числе обезболивающий эффект.
- Опиоиды также воздействуют на отделы головного мозга, отвечающие за ощущение радости и удовольствия. Подобный эффект опиоидов, часто описываемый как состояние эйфории, счастья или радости, может со временем привести к физиологической или наркотической зависимости.
- При приеме в соответствии с предписаниями врача опиоиды являются безопасными и эффективными. Под надлежащим наблюдением кратковременное употребление опиоидов в медицинских целях редко вызывает зависимость.
- Прием опиоидов по иным, не медицинским причинам (например, прием не по предписанию врача или в целях достижения чувства «кайфа») повышает риск возникновения зависимости.
- В значительных дозах опиоиды могут снижать активность отдела головного мозга, отвечающего за регулирование дыхания, что вызывает ослабленное дыхание и может привести к смерти в результате передозировки.
- Распространенные названия опиоидных препаратов – гидрокодон (Vicodin®), оксикодон (OxyContin®, Percocet®), морфин (Kadian®, Avinza®) и кодеин.
- Сленговые названия опиоидов – окси (оксикодон), «веселые таблетки», таблетки счастья, колеса и другие.

Основные факты

ПРИВЫКАНИЕ

При привыкании организм человека более не реагирует на лекарственный препарат и требуется более сильная доза наркотика для достижения необходимого воздействия на организм человека. Привыкание часто связано с физической зависимостью от препарата.

ФИЗИЧЕСКАЯ ЗАВИСИМОСТЬ

Физическая зависимость возникает при адаптации организма в результате длительного воздействия препарата. Человек, страдающий опиоидной зависимостью, может нормально функционировать только при приеме препарата. Когда прием препарата прекращается или снижается доза препарата, у человека наблюдаются симптомы абстинентного синдрома.

НАРКОТИЧЕСКАЯ ЗАВИСИМОСТЬ

Наркотическая зависимость – это болезнь, воздействующая на головной мозг и поведение человека. Наркотическая зависимость толкает человека на поиск и употребление наркотиков, даже в случае негативных последствий. Человек теряет способность контролировать свое поведение и способность ограничивать прием вызывающего привыкание препарата.

Что нужно знать родителям

Знаете ли Вы, что хранится в Вашем шкафчике для лекарств? Отслеживаете ли Вы прием предписанных врачом болеутоляющих препаратов членами Вашей семьи? Утилизируете ли Вы надлежащим образом просроченные или неиспользованные лекарства?

Около **12 миллионов подростков и взрослых в США** используют болеутоляющие лекарственные препараты для достижения чувства «кайфа» или в иных не медицинских целях.

По данным Центра контроля и профилактики заболеваний, в США в 2011 году из 41 340 смертей в результате передозировки 22 810 (55%) смертей были связаны с лекарственными препаратами. Из этих 22 810 смертей причиной **16 917 (74%) были опиоидные препараты**.

Употребление опиоидов подростками может принимать различные формы. Наиболее распространенный способ – прием большего количества таблеток (выписанных либо самому подростку, либо другому лицу) чем указано врачом или прием способом, не соответствующим предписанию врача (например, в виде порошка для вдыхания.) В обоих случаях возникает повышенный риск возникновения зависимости и передозировки.

Один из самых эффективных способов борьбы с употреблением опиоидов подростками – не предоставлять доступа к лекарственным препаратам в домашних условиях. Многие подростки, употребляющие опиоиды, получают их бесплатно от друзей или родственников, или же находят их в семейном шкафчике для лекарств. Ознакомьтесь с ресурсами, указанными на оборотной стороне листа, чтобы узнать о том, как надежно хранить лекарства под замком и о других действиях в целях недопущения употребления опиоидных препаратов подростками. В полицейском участке Эшленда действует специальный пункт сбора лекарственных препаратов, в котором жители города могут сдать просроченные/неиспользованные препараты. Во многих районах дважды в год проводятся «Дни возврата лекарств» для обеспечения надлежащей утилизации лекарственных препаратов. Даты проведения мероприятия: http://www.deadiversion.usdoj.gov/drug_disposal/takeback/.

Источники: Управление службы лечения наркотической зависимости и психических расстройств. Результаты национального исследования об употреблении наркотиков и здоровье населения в 2010 году: Том 1: Краткий обзор результатов. Роквилл, Мэриленд: Управление службы лечения наркотической зависимости и психических расстройств, Отдел прикладных исследований; 2011 год. Доступно по ссылке: http://oas.samhsa.gov/NSDUH/2k10NSDUH/2k10Results.htm#2_16; <http://www.cdc.gov/homeandrecreationalafety/overdose/facts.html>

Риски, связанные с употреблением опиоидных препаратов

Даже при приеме опиоидных препаратов в соответствии с предписаниями врача, они могут представлять определенный риск. Когда опиоиды принимаются не по назначению (употребление опиоидных препаратов, прописанных врачом *другому лицу*, прием прописанного опиоидного препарата *любым способом, не соответствующим предписанию врача*, или прием опиоидов для достижения чувства «кайфа»), возникают гораздо более серьезные риски, и в некоторых случаях это может привести к смертельному исходу.

- Сухость во рту
- Запоры
- Вялость/сонливость
- Спутанность сознания
- Рвота
- Апноэ сна центрального происхождения
- Респираторные (дыхательные) проблемы
- Привыкание к препарату
- Физическая зависимость
- Употребление героина
- Случайная передозировка/смерть
- При употреблении в сочетании с алкоголем может возникнуть риск опасного снижения сердечного ритма и ослабления дыхания, комы или смерти



Советы для родителей: как действовать

Крайне важно говорить с детьми о рисках, связанных с употреблением опиоидов, и предпринимать действия для недопущения употребления опиоидов детьми.

- Объясните Вашему ребенку, что принимать можно только лекарства, прописанные врачом и выданные ребенку родителями или взрослыми, на попечении которых находится ребенок.
- Если врач назначил Вашему ребенку опиоидный препарат для приема в целях лечения, внимательно отслеживайте принимаемую дозу препарата. Храните лекарственный препарат в надежном месте под замком.
- Следите за лекарствами, отпускаемыми без рецепта, которые Ваш ребенок может принимать от головной боли, мышечной боли после занятий спортом или при простуде.
- Говорите с детьми о том, как употребление наркотиков может влиять на их здоровье, учебу, занятия спортом и другие виды деятельности, и на достижение их жизненных целей.
- Объясните детям, что они не должны употреблять таблетки, микстуры или другие виды лекарств, предлагаемые друзьями или одноклассниками. Объясните им, что если им предлагают наркотики, они должны отказаться принимать их.
- Храните все лекарства в надежном месте под замком в упаковке производителя, и всегда надлежащим образом утилизируйте старые лекарственные препараты с истекшим сроком годности.
- Объясните детям, что они всегда могут обратиться к Вам с любыми вопросами, и что самое главное – их здоровье и благополучие.

для РОДИТЕЛЕЙ

Центры контроля и профилактики заболеваний

<http://www.cdc.gov/homeandrecreational/safety/overdose/index.html>

Лекарства под замком

<http://www.lockthecabinet.com/>

Национальный институт по проблемам злоупотребления наркотиками

<http://www.drugabuse.gov/publications/drug-facts/prescription-over-counter-medications>

Национальный институт по проблемам злоупотребления наркотиками

<http://www.drugabuse.gov/publications/research-reports/prescription-drugs/opioids/what-are-opioids>

Партнерство «Нет наркотикам среди детей»

<http://www.drugfree.org/drug-guide/prescription-pain-relievers/>

Проект «Злоупотребление лекарственными препаратами»

<http://medicineabuseproject.org/>

для ПОДРОСТКОВ

NIDA для подростков

<http://teens.drugabuse.gov/drug-facts/prescription-pain-medications-opioids>

РЕСУРСЫ

«Родители и профилактика вредных привычек» – это образовательная серия, предлагаемая Decisions at Every Turn Coalition родителям и другим заинтересованным взрослым лицам, в целях повышения уровня информированности о важных проблемах молодежи и поощрения открытого диалога о том, как заботиться о здоровье и делать здоровый выбор.

Посетите сайт <http://www.AshlandDecisions.org/parent-tip-sheets.html>, где Вы найдете полный архив информационных листовок.