



Czy środki przeciwbólowe pogarszają mój stan?

Historia Jima

Jim, 55-letni pracownik budowlany, przeszedł operację dolnej części kręgosłupa w wyniku urazu doświadczonego w pracy. Z powodu utrzymującego się bólu pleców lekarz przepisał mu większą ilość mocnych opioidowych leków przeciwbólowych.

Kilka tygodni później Jim usiłował odstawić leki, jednak ból był nie do wytrzymania. Jim był przekonany, że nie może żyć bez leków. Zaczął czuć się bardziej zmęczony, oszołomiony i zamknięty w sobie. Słabo spał i leżał w łóżku lub oglądał telewizję przez cały dzień. Popadł w depresję.

Rodzina Jima uważała, że jego stan się pogarsza, zamiast poprawiać. Chcieli, żeby ich czuły, zabawny i uprzejmy Jim wrócił. Jego rodzina wiedziała, że potrzebuje pomocy, lecz cóż mogli zrobić?

Czy Ty lub Twój bliscy doświadczacie podobnej historii?

Być może już czas, aby zwrócić się o pomoc.



Pomoc jest dostępna pod nr **877-8-HOPENY** lub **877-846-7369**

Dlaczego moje środki przeciwbólowe nie pomagają?

Stałe stosowanie opioidowych leków przeciwbólowych:

- Powoduje zmiany w mózgu.
- Może wymagać większej dawki leku w celu zapewnienia takiego samego poziomu uśmierzania bólu (zwanego również tolerancją).
- Może zwiększyć wrażliwość na ból i spotęgować go.

Czym są opioidy?

Opioidy to leki przeciwbólowe na receptę, które wpływają na mózg i są bardzo uzależniające.

Powszechnie przepisywane opioidowe leki przeciwbólowe:

Actiq, Duragesic, Fentora (fentanyl)

Avinza, MS Contin (morfina)

Kodeina

Dilaudid, Exalgo (hydromorfon)

Lortab, Norco, Vicodin (hydrokodon i acetaminofen)

Nucynta (tapentadol)

Opana (oksymorfon)

OxyContin (oksykodon)

Percocet (oksykodon i acetaminofen)

Jakie mogą być działania niepożądane lub konsekwencje zażywania opioidów?

Powszechne działania niepożądane zażywania opioidów:

Senność, uspokojenie polekowe i zawroty głowy

Nudności, wymioty i zaparcia

Dezorientacja, utrata pamięci

Zmiany nastroju, zachowania i zamknięcie się w sobie przed bliskimi

Zmniejszona zdolność funkcjonowania

Nieprzyjemne objawy odstawienia w przypadku gwałtownego przerywania zażywania leków (zwane również zależnością)

Niekontrolowane pragnienie stosowania opioidów i leków prowadzące do zachowania szkodliwego wobec siebie i innych osób (zwane również uzależnieniem)

Trudności w oddychaniu, przedawkowanie i śmierć



Jak stwierdzić, czy stosowanie leków przeciwbólowych mi szkodzi?

Odpowiedz na poniższe pytania, aby to stwierdzić:

- Czy często myślisz o zażyciu środka przeciwbólowego?
- Czy potrzebujesz większej dawki leku, aby uśmierzyć ból?
- Czy ból wydaje się pogarszać w miarę zwiększania dawki środka przeciwbólowego?
- Czy myśl o skończeniu się leków przeciwbólowych naprawdę Cię przeraża?
- Czy próbowałeś/-aś kiedykolwiek przerwać lub zmniejszyć ilość zażywanych środków przeciwbólowych, lecz nie byłeś/-aś w stanie?
- Czy zażywanie leków przeciwbólowych na receptę wpływa na relacje z innymi osobami?
- Czy rodzina lub znajomi martwią się stosowaniem przez Ciebie leków przeciwbólowych?

Jeśli udzieliłeś/-aś odpowiedzi „Tak” na którekolwiek z tych pytań, nadszedł czas, aby zwrócić się o pomoc.

Gdzie można uzyskać pomoc?

- Wraz z rodziną możesz omówić wątpliwości z lekarzem. Lekarz może skierować do odpowiedniego specjalisty.
- Możesz zadzwonić lub wysłać wiadomość na nr infolinii HOPELine biura ds. alkoholizmu i nadużywania substancji (Office of Alcoholism and Substance Abuse Services – OASAS) stanu Nowy Jork. Wszystkie połączenia są bezpłatne, anonimowe i poufne: **877-8-HOPENY** lub **877-846-7369**. Pomoc jest dostępna 24 godziny na dobę, 365 dni w roku.
- W celu uzyskania dodatkowych informacji zapraszamy na stronę internetową OASAS pod adresem oasas.ny.gov/treatment

Czy moje leczenie zostanie pokryte przez ubezpieczenie pracownicze?

Tak, jeśli leczenie zostanie zalecone przez sędziego lub zatwierdzone przez ubezpieczyciela ds. odszkodowań pracowniczych.

Czy w przypadku podjęcia leczenia będę musiał(a) przestać zażywać wszystkie opioidy?

Niekoniecznie. Każdy przypadek jest oceniany indywidualnie przez specjalistów.

Jakie inne terapie są dostępne, aby mi pomóc?

Specjalista może zdiagnozować i leczyć inne schorzenia przyczyniające się do powstawania bólu, zalecić inne podejście, które poprawi stan zdrowia oraz, jeśli to zalecane, rozważyć stosowanie leków nieopiodowych.

Co obejmuje stałe leczenie zależności lub uzależnienia od opioidów?

- Stałe leczenie rozpoczyna się od oceny przez specjalistę ds. leczenia uzależnień.
- Niezbędna może być specjalistyczna opieka medyczna w ramach programu leczenia uzależnień. Leczenie może obejmować stopniowe ograniczenie ilości leków przeciwbólowych.
- Leczenie może obejmować terapię behawioralną oraz leki.
- Wszelchstronny program zapewnia połączenie innych usług dopasowanych specjalnie do potrzeb pacjenta.

Zadzwoń lub wyślij wiadomość pod nr infolinii HOPELine NYS OASAS
877-8-HOPENY lub 877-846-7369

Wszystkie połączenia są bezpłatne, anonimowe i poufne. W celu uzyskania dodatkowych informacji zapraszamy na stronę oasas.ny.gov/treatment