

تعرف على الحقائق:

## الأدوية الأفيونية وعلاج الألم



## التخزين والتخلص الآمن من الأدوية الأفيونية

خزن الأدوية الأفيونية بعيدًا عن أعين الأطفال والمراهقين والحيوانات الأليفة،  
ومتناول أيديهم

- خزن الأدوية الأفيونية في أماكن خاصة وأقل عليها إن أمكن.
- لا تخزن أدوية الأفيونية في الغرف المشتركة بالمنزل (مثل دورة المياه أو المطبخ)، أو في المحفظة.
- سجل عدد الأقرص المتبقية لديك.

### تخلص من جميع الأدوية الأفيونية غير المستخدمة

- استخدم صناديق التخلص من الدواء المعروف أماكنها.
- للعثور على صندوق قريب منك، قم بزيارة الرابط الإلكتروني:  
**.Michigan-OPEN.org/takebackmap**
- اترك الأدوية في إحدى فعاليات "استعادة الأدوية" (Medication Take Back) المجتمعية.
- استخدم القمامة المنزلية الخاصة بك كآخر خيار لك.
- اخلط الأدوية الأفيونية (دون سحقها) مع ثقل البين أو فضلات القطط داخل كيس بلاستيكي وتخلص منها.
- اخذش المعلومات الشخصية المدونة على ملصق الوصف الطبي لإخفائها ثم تخلص من العبوة الأصلية.
- لا تتخلص من الأدوية الأفيونية مع ماء الصرف في المراض.

أنت أهم عضو في فريق الرعاية الصحية الخاص بك. اطرح الأسئلة وتعرف على الحقائق قبل أن تتناول المواد الأفيونية لعلاج الألم.

### ما المقصود

## بالدواء الأفيوني؟

الدواء الأفيوني هو دواء قوي لعلاج الألم يُصرف بوصفة طبية. وتشمل آثاره الجانبية المحتملة الغثيان و/أو القيء و/أو النعاس و/أو الدوار و/أو الإمساك.

تشمل الأدوية الأفيونية الشائعة:

الاسم العام	اسم العلامة التجارية
كودائين (Codeine)	تيلينول (Tylenol) #3 أو #4*
فينتانيل (Fentanyl)	دوراجيسيك (Duragesic)
هايدروكودون (Hydrocodone)	فيكودين (Vicodin)*، نوركو (Norco)*
هايدرومورفون (Hydromorphone)	ديلوديد (Dilaudid)
ميثادون (Methadone)	ميثادوز (Methadose)
مورفين (Morphine)	إم إس كونتين (MS Contin)، كيديان (Kadian)
أوكسيكودون (Oxycodone)	بيركوسيت (Percocet)*، أوكسيكونتين (OxyContin)
أوكسيمورفون (Oxymorphone)	أوبانا (Opana)
ترامادول (Tramadol)	الترام (Ultram)، الأتراست (Ultracet)*

\* يحتوي على الأستيامينوفين (تيلينول "Tylenol"). توخ الحذر إذا كنت تتناول الأستيامينوفين بشكل منفصل.

## Michigan-OPEN.org

**OPEN**  
OPIOID PRESCRIBING ENGAGEMENT NETWORK

تساهم إدارة ميشيغان للصحة والخدمات الإنسانية جزئيًا في التمويل المقدم إلى Michigan OPEN (Michigan Department of Health and Human Services)

## تعرف على المخاطر

تكون أكثر عرضة للاعتماد على أو إدمان الأدوية الأفيونية إذا كنت:

### صاحب تاريخ من:

- إدمان تناول الكحول، أو إدمان الأدوية الموصوفة، أو المخدرات الترفيهية
- استخدام التبغ
- الاكتئاب، أو القلق، أو غيرهما من اضطرابات المزاج
- ألم طويل الأمد (مزمن)

تتناول الأدوية الأفيونية لفترة أطول من بضعة أيام

تتناول الأدوية الأفيونية أكثر مما وصف لك طبيبك الجراح

أنت عرضة لتناول جرعة زائدة إذا كنت:

### صاحب تاريخ من الإصابة بما يلي:

- انقطاع النفس أثناء النوم
- مشكلات تنفس أخرى

### تجمع الأدوية الأفيونية مع:

- تناول الكحول
- البنزوديازيبينات (مثل فالسيوم® "Valium"، أو زاناكس® "Xanax")
- مرخيّات العضلات
- أي أدوية قد تسبب النعاس
- المخدرات الترفيهية

تتناول الأدوية الأفيونية أكثر مما وصف لك طبيبك الجراح

لا تشارك أدويةك الأفيونية مع آخرين. تعتبر إعادة توزيع  
(مشاركة أو بيع) الأدوية الأفيونية جنائية.

## الاستخدام الآمن للأدوية الأفيونية

### قبل إجراء العملية الجراحية:

- اسأل طبيبك الجراح عما إذا كان بإمكانك استخدام الأسيتامينوفين المصروف دون وصفة طبية (تيلينول® "Tylenol") أو إيبوبروفين (موترين® "Motrin"، أو أدفيل® "Advil") لتخفيف ألمك، قبل استخدام الأدوية الأفيونية.
- أخبر طبيبك الجراح إذا كنت تتناول أي مهدئات أو أدوية بنزوديازيبينات (مثل فالسيوم® "Valium"، أو زاناكس® "Xanax").

### بعد إجراء العملية الجراحية:

- إن كنت لا تزال تعاني من ألم شديد بعد تناول دواء الألم الذي يصرف بدون وصفة، فاستخدم الدواء الأفيوني الذي وصفه لك الجراح.
- لا تجمع بين تناول الأدوية الأفيونية والكحول أو البنزوديازيبينات (مثل فالسيوم® "Valium"، أو زاناكس® "Xanax")، أو مع مرخيّات العضلات أو الأدوية الأخرى التي قد تسبب النعاس.
- مع تحسن شعورك بالألم، باعد بين فترات تناول الأدوية الأفيونية.
- استخدم الأدوية الأفيونية لتسكين الألم الجراحة فقط. ولا تستخدم الأدوية الأفيونية لأسباب أخرى.
- تحدث إلى طبيبك الجراح إذا كنت تواجه صعوبة في السيطرة على الألم.

إذا كان الألم قابلاً للعلاج، فلا تستخدم الأدوية الأفيونية.

أخبري طبيبك إذا كنت حاملاً أو تخططين للحمل. يمكن لاستخدام الأدوية الأفيونية أن يصيب الجنين بأضرار تشمل متلازمة انسحاب الأدوية لدى المولود (neonatal abstinence syndrome).

## فهم

### حالات الشعور بالألم بعد الخضوع للإجراء

الهدف من الحد من الألم هو علاج الألم بما يكفي للسماح لك بممارسة ما تحتاج إلى القيام به كي تتعافى: المشي والأكل والتنفس العميق والنوم.

### ما تتوقعه بخصوص الشعور بالألم

- الشعور بالألم أمر طبيعي بعد الجراحات.
- يكون الألم في أسوأ حالاته خلال أول يومين إلى ثلاثة أيام.
- يمكن السيطرة جيداً على الألم من خلال جدول زمني بالأدوية التي تُصَرَف بدون وصفة طبية.
- يعد دواء الألم جزءاً واحداً فقط من خطة علاج الألم.
- أشياء أخرى يمكنك القيام بها للمساعدة على علاج الألم:
  - ◀ التنفس الواعي
  - ◀ التأمل
  - ◀ التفكير في الحياة اليومية
  - ◀ الموسيقى
  - ◀ العلاج الطبيعي
  - ◀ الاسترخاء

