



Bộ công cụ ứng phó với opioid và Fentanyl dành cho trường học

Thư/email mẫu cho học sinh và gia đình

Sử dụng thư/email này để giúp xây dựng nhận thức về sự nguy hiểm của thuốc viên tẩm fentanyl giả và rủi ro của việc sử dụng opioid. Cho học sinh và gia đình biết lãnh đạo nhà trường đang làm gì để bảo vệ và hỗ trợ thanh thiếu niên, cũng như nơi để được hỗ trợ và biết thêm thông tin.

Dòng chủ đề được đề xuất: Thông tin về mối nguy hiểm của Fentanyl và thuốc giả

Gửi các học sinh & gia đình,

Trường học của chúng tôi coi sức khỏe thể chất và tinh thần của học sinh là trọng tâm của công việc mà chúng tôi làm. Chúng tôi viết thư này để chia sẻ những lo lắng về fentanyl và các loại thuốc opioid. Những loại thuốc này đang gây hại cho mọi người trong cộng đồng của chúng ta. Chúng tôi hy vọng thông tin này sẽ giúp bảo vệ học sinh.

Mối nguy hiểm là gì? Mỗi tuần, khoảng 5 người Oregon chết vì sử dụng ma túy quá liều. Hiện giờ, những viên thuốc opioid giả có thêm fentanyl ở khắp Oregon. Những viên thuốc giả này rất nguy hiểm. Một viên thuốc duy nhất có thể gây ra quá liều.

Opioid là gì? Opioid là loại thuốc làm chậm nhịp thở và khiến người bệnh cảm thấy buồn ngủ. Opioid bao gồm morphin, oxycodone, dilaudid và heroin. Fentanyl là một loại opioid mạnh khác: một liều lượng nhỏ như một vài hạt cát có thể giết chết một người.

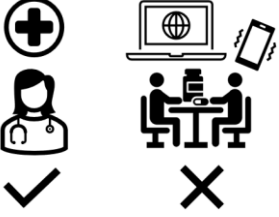

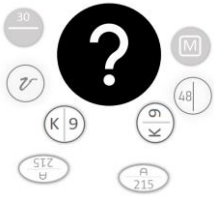
Tại sao mọi người sử dụng opioid? Thuốc phiện có thể được kê đơn như thuốc giảm đau. Một số thanh niên thử ma túy vì tò mò. Một số người sử dụng ma túy để tránh cảm xúc khó khăn. Opioid là chất gây nghiện.

Naloxone là gì? Naloxone (còn được gọi là Narcan) là một loại thuốc có thể được sử dụng bằng cách tiêm hoặc xịt mũi để nhanh chóng khôi phục lại nhịp thở bình thường cho một người có nhịp thở chậm lại hoặc ngừng lại do sử dụng quá liều fentanyl, opioid theo toa hoặc heroin. Khởi phát naloxone xảy ra trong vòng 2-3 phút và có thể kéo dài trong 30-90 phút. Đôi khi cần dùng liều naloxone thứ hai nếu các triệu chứng quá liều trở lại. Nếu ai đó bạn biết đang sử dụng opioid, xin hãy cân nhắc đến việc mang theo Narcan và để có sẵn trong nhà của bạn. Bạn có thể tìm hiểu thêm về cách mua Narcan và cách sử dụng nó tại đây: [Narcan Rescue for Opioid Overdose](#).

Chúng ta có thể làm gì? Vui lòng nói về những mối quan tâm này với học sinh của bạn và những người khác mà bạn quan tâm. Thư này có thông tin quan trọng, hướng dẫn để ứng phó với quá liều và các liên kết tài nguyên. Hãy chia sẻ điều này với bất kỳ ai có thể cần nó.

Chúng tôi quan tâm sâu sắc đến sức khỏe và sự an toàn của mỗi học sinh trong cộng đồng trường học của chúng tôi. Chúng tôi biết những cuộc trò chuyện này có thể khó khăn. Người tốt nhất để liên hệ nếu quý vị có câu hỏi là: (Điền Người liên hệ của Trường).

Sau đây là một số thông tin xin chia sẻ với các em học sinh và gia đình:

	<p>Thuốc từ bạn bè và thuốc bạn mua trực tuyến hoặc từ phương tiện truyền thông xã hội, không an toàn.</p>	<ul style="list-style-type: none">• Nếu một thuốc đến từ bất kỳ ai không phải là bác sĩ hoặc dược sĩ, xin không uống. Nó có thể là thuốc giả.• Thuốc giả không được kiểm soát. Mỗi viên thuốc có thể có một lượng thuốc khác nhau. Mỗi viên thuốc giả là một rủi ro.
	<p>Thuốc bác sĩ kê cho một người chỉ được sử dụng cho người đó, đúng theo hướng dẫn.</p>	<ul style="list-style-type: none">• Không uống thuốc đã được kê cho người khác hoặc bạn nhận được từ bạn bè hoặc các nguồn khác.• Mỗi cơ thể đều khác nhau. Một viên thuốc an toàn cho một người có thể gây hại cho người khác.• Bất kỳ viên thuốc nào cũng có thể nguy hiểm nếu uống nhầm, chẳng hạn như quá nhiều hoặc quá thường xuyên.
	<p>Thuốc giả có thể trông giống như thuốc thật.</p>	<ul style="list-style-type: none">• Viên thuốc có tẩm fentanyl giả có thể có bất kỳ màu nào. Chúng thường là những viên thuốc có màu xanh lam, xanh lục hoặc nhạt.• Một số viên thuốc giả có nhãn hiệu giống như viên thuốc thật. Một số được đánh dấu “M30”, “K9”, “215” hoặc “V48”. Thuốc giả có thể có dấu khác hoặc không có dấu.



Nhà trường và gia đình muốn trợ giúp.

- Việc xin trợ giúp được hoan nghênh.
- Những học sinh nói với chúng tôi rằng họ đang sử dụng ma túy, hoặc xin trợ giúp, sẽ không bị trừng phạt.
- Học sinh có thể nói chuyện với _____ (Chèn nhân viên: tư vấn viên trường học, nhân viên xã hội trường học, y tá trường học, hiệu trưởng, nhân viên SBHC), hoặc một người lớn đáng tin cậy khác.
- Nếu một học sinh cảm thấy không an toàn hoặc biết ai đó cảm thấy không an toàn, họ có thể chia sẻ mối quan tâm bằng cách truy cập [safeoregon.com](https://www.safeoregon.com) hoặc gọi điện hoặc nhắn tin tới số 844-472-3367.

Dưới đây là những hành động cần thực hiện nếu bạn chứng kiến quá liều trong gia đình hoặc cộng đồng của mình:

NHÂN BIẾT: Biết các dấu hiệu của quá liều opioid:

- Co đồng tử
- Thở chậm, nông hoặc không thở
- Nói lảm nhảm hoặc ngáy
- Khó đánh thức hoặc không thể đánh thức
- Buồn ngủ cực độ
- Da ẩm lạnh
- Da, móng tay hoặc môi xám hoặc xanh

ỨNG PHÓ: Nếu nghi ngờ quá liều opioid, hãy gọi ngay cho số 9-1-1.

Cũng làm như sau nếu có thể:

- Kiểm tra mạch và nhịp thở của người bất tỉnh.
- Bắt đầu ngay lập tức hô hấp nhân tạo nếu thiếu mạch hoặc nhịp thở.
- Sử dụng naloxone (Narcan) càng nhanh càng tốt.

Bạn có thể tìm hiểu thêm về cách mua naloxone (Narcan) và cách sử dụng nó bằng cách truy cập trang [Narcan Rescue for Opioid Overdose](#) từ Cơ quan Y tế Oregon.

Dưới đây là một số trang web hữu ích:

Hỗ trợ cho sinh viên và gia đình

- 8 lời khuyên khi nói chuyện với thanh thiếu niên của bạn về rượu và các loại ma túy khác được tạo bởi Safety First.
- Điều trị và nguồn lực phục hồi Rối loạn Sử dụng Chất gây nghiện ở Thanh thiếu niên từ Cơ quan Y tế Oregon
- Nguồn lực Giúp đỡ Trợ giúp Gia đình, nhóm, đào tạo và hỗ trợ khác cho các gia đình đối phó với chứng nghiện
- Các chương trình Phòng chống Tự tử dành cho Thanh niên Oregon

Thông tin về opioid, fentanyl và naloxone/sơ cứu bằng Narcan

- [Giả và gây tử vong](#): Chiến dịch chống thuốc giả/fentanyl và chương trình giảng dạy do Học khu Beaverton phát triển
- [Tầm và gây chết người](#): Chiến dịch của Hạt King, Washington được thiết kế để dạy thanh thiếu niên về rủi ro khi mua thuốc và bột có khả năng tẩm fentanyl
- [Song for Charlie](#): Một tổ chức từ thiện phi lợi nhuận do gia đình điều hành dành riêng để nâng cao nhận thức về “fentapills”.
- [Bản tin Mỗi đe dọa Cộng đồng Tháng 4 năm 2022](#) từ Khu vực Buôn bán Ma túy cường độ cao Oregon (HIDTA)
- [Nguồn lực sơ cứu Naloxone cho quá liều opioid](#) từ Cơ quan Y tế Oregon

Đường dây trợ giúp

- Đường dây ngăn chặn tự tử quốc gia 24 giờ (do Lines for Life điều hành): 1-800-273-8255
- **Lines for Life**: nhắn tin “273TALK” đến 839863 (dịch vụ nhắn tin có sẵn từ Thứ Hai - Thứ Sáu, từ 2 - 6 giờ chiều Thái Bình Dương).
- **Đường dây nhắn tin khủng hoảng 24/7**: Soạn tin “OREGON” gửi 741741.
- [Đường dây dành cho thanh thiếu niên](#) là một cuộc khủng hoảng và đường dây trợ giúp từ thanh thiếu niên đến thanh thiếu niên. Gọi 1-877-968-8491 hoặc nhắn tin “teen2teen” tới 839863.

Quý vị có thể nhận tài liệu này bằng ngôn ngữ khác, ở dạng bản in khổ lớn, chữ braille hay theo định dạng quý vị muốn. Liên hệ với Ashley Thirstrup theo số 503-720-2557 hoặc ashley.thirstrup@dhsosha.state.or.us. Chúng tôi nhận mọi cuộc gọi chuyển tiếp hoặc bạn có thể quay số 711.