



## مجموعة أدوات الاستجابة للفتناتيل والمواد الأفيونية للمدارس

### نموذج خطاب/رسالة بريد إلكتروني للطلاب والأسر

استخدم هذا الخطاب/هذه رسالة البريد الإلكتروني للمساعدة في بناء الوعي حول مخاطر الحبوب المزيفة المليئة بالفتناتيل ومخاطر استخدام المواد الأفيونية. أبلغ الطلاب والأسر بما يفعله قادة المدارس لحماية الشباب ودعمهم، وكذلك إلى أين يتجهون للحصول على الدعم والمزيد من المعلومات.

سطر الموضوع المقترح: معلومات حول مخاطر الفتناتيل والحبوب المزيفة

السادة الأعزاء الطلاب والأسر،

تضع مدرستنا رفاهية الطلاب في صميم العمل الذي نقوم به. ونحن نكتب إليكم لمشاركة مخاوفنا بشأن أدوية الفتناتيل والأفيونية. وهذه الأدوية تضر الأشخاص في مجتمعنا. نأمل أن تساعد هذه المعلومات في حماية الطلاب.

**ما الخطر؟** يموت كل أسبوع حوالي 5 أشخاص من ولاية أوريغون بسبب جرعة زائدة من المخدرات. وفي الوقت الحالي، توجد حبوب أفيونية مزيفة مضاف إليها الفتناتيل في جميع أنحاء ولاية أوريغون. وهذه الحبوب المزيفة خطيرة للغاية. حبة واحدة يمكن أن تسبب جرعة زائدة.

**ما المواد الأفيونية؟** المواد الأفيونية هي أدوية تبطئ التنفس وتجعل الناس يشعرون بالنعاس. وتشمل الأدوية الأفيونية المورفين، والأوكسيكودون، والديلود، والهيروين. الفتناتيل هو مادة أفيونية قوية أخرى: جرعة صغيرة مثل بضع حبات من الرمل يمكن أن تقتل الإنسان.

**لماذا يستخدم الناس الأدوية الأفيونية؟** يمكن وصف الأدوية الأفيونية كمسكن للألم. يجرب بعض الشباب المخدرات لأنهم فضوليون. ويتعاطى بعض الأشخاص المخدرات لتجنب الشعور بمشاعر صعبة. والأدوية الأفيونية تسبب الإدمان.

**ما هو النالوكسون؟** النالوكسون (المعروف أيضاً باسم ناركسان) هو دواء يمكن إعطاؤه عن طريق رذاذ الأنف أو الحقن لاستعادة التنفس الطبيعي بسرعة لشخص تباطأ تنفسه أو توقف بسبب جرعة زائدة من الفتناتيل أو المواد الأفيونية الموصوفة أو الهيروين. يبدأ ظهور النالوكسون في غضون 2-3 دقائق ويمكن أن يستمر لمدة 30-90 دقيقة. في بعض الأحيان تكون جرعة ثانية من النالوكسون ضرورية إذا عادت أعراض الجرعة الزائدة. إذا كان شخص ما تعرفه يستخدم المواد الأفيونية، فرجاء التفكير في حمل ناركسان معك وتوفره في منزلك. ويمكنك معرفة المزيد حول كيفية الحصول على ناركسان وكيفية استخدامه هنا: [دواء ناركسان للإنقاذ من جرعة زائدة من المواد الأفيونية](#).

**ماذا نستطيع أن نفعل؟** يُرجى التحدث عن هذه المخاوف مع طلابك وغيرهم ممن تهتم لأمرهم. يتضمن هذا الخطاب معلومات مهمة وإرشادات للاستجابة لجرعة زائدة وروابط للموارد. يُرجى مشاركة هذا مع أي شخص قد يحتاج إليها.

نحن نهتم بشدة بصحة وسلامة كل طالب في مجتمع مدرستنا. نحن نعلم أن هذه المحادثات يمكن أن تكون صعبة. أفضل شخص يمكن الاتصال به إذا كان لديك أسئلة هو: [\(أدخل اسم جهة اتصال المدرسة\)](#).

مع أطيب التحيات،

(أدخل المدير/المشرف على المدرسة/مسؤول خدمات الصحة المدرسية)

## في ما يلي بعض المعلومات لمشاركتها مع الطلاب والأسر:

<ul style="list-style-type: none"> <li>• إذا كان مصدر الحبوب شخص آخر غير الطبيب أو الصيدلي، فلا تتناولها. فيمكن أن تكون حبوب مزيفة.</li> <li>• الحبوب المزيفة غير خاضعة للسيطرة. إذ يمكن أن تحتوي كل حبة على كمية مختلفة من الدواء. وكل حبة مزيفة تشكل مخاطرة.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• الحبوب التي تحصل عليها من الأصدقاء، والحبوب التي تشتريها عبر الإنترنت أو من مواقع وسائل التواصل الاجتماعي، ليست آمنة.</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• لا تتناول الحبوب الموصوفة لشخص آخر أو التي تحصل عليها من الأصدقاء أو من مصادر أخرى.</li> <li>• كل جسم مختلف عن الآخر. حبة الدواء الآمنة لشخص واحد يمكن أن تكون ضارة لشخص آخر.</li> <li>• يمكن أن تكون أي حبوب خطيرة إذا تم تناولها بشكل خاطئ، مثل الإفراط في تناولها أو في كثير من الأحيان.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• يجب على الشخص الذي يصف له طبيبه الحبوب استخدامها وحده فقط تمامًا حسب التعليمات.</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• يمكن أن تكون حبوب الفنتانيل المزيفة متوفرة بأي لون. غالبًا ما تكون حبوبًا زرقاء أو خضراء أو شاحبة اللون.</li> <li>• تتضمن بعض الحبوب المزيفة علامات تشبه الحبوب الحقيقية. فبعضها يحمل علامة "M30" أو "K9" أو "215" أو "V48". وقد تحتوي الحبوب المزيفة على علامات أخرى أو لا تحمل علامات.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• الحبوب المزيفة يمكن أن تبدو مثل الحبوب الحقيقية.</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• لا بأس في طلب المساعدة.</li> <li>• لن يتم معاقبة الطلاب الذين يخبروننا أنهم يتعاطون العقاقير أو يطلبون المساعدة.</li> <li>• يمكن للطلاب التحدث مع <b>_____ (أدخل الموظفين: مستشار المدرسة، الأخصائي الاجتماعي بالمدرسة، ممرضة المدرسة، المدير، موظفو المركز الصحي بالمدرسة)،</b> أو شخص بالغ موثوق به.</li> <li>• إذا شعر الطالب بعدم الأمان أو كان يعرف شخصًا يشعر بعدم الأمان، فيمكنه مشاركة مخاوفه بالتوجه إلى الموقع الإلكتروني <a href="http://safeoregon.com">safeoregon.com</a> أو الاتصال أو إرسال رسالة نصية إلى الرقم 844-472-3367.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• المدارس والعائلات تريد تقديم المساعدة.</li> </ul>	

## في ما يلي الإجراءات التي يجب اتخاذها إذا شاهدت جرعة زائدة في منزلك أو مجتمعك:

<p><b>الإدراك: تعرّف على علامات الجرعة الزائدة من المواد الأفيونية:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>● تحديد التلاميذ</li><li>● البطء أو الضالة أو عدم التنفس</li><li>● الغرغرة أو الشخير</li><li>● صعوبة الاستيقاظ أو عدم القدرة على الاستيقاظ</li><li>● النعاس الشديد</li><li>● برودة ورطوبة الجلد</li><li>● تحوّل لون الجلد أو الأظافر أو الشفاه إلى اللون الرمادي أو الأزرق</li></ul>	<p><b>الاستجابة: في حالة الاشتباه في تناول جرعة زائدة من مادة أفيونية، اتصل على الرقم 911 على الفور.</b></p> <p>قم أيضًا بما يلي إن أمكن:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>● افحص نبض وتنفس الشخص الفاقد للوعي.</li><li>● ابدأ إجراء الإنعاش القلبي الرئوي فورًا إذا كان هناك نقص في النبض أو التنفس.</li><li>● أعط للشخص دواء نالوكسون (ناركان) في أسرع وقت ممكن.</li></ul>
<p>يمكنك معرفة المزيد حول كيفية الحصول على نالوكسون (ناركان) وكيفية استخدامه من خلال زيارة صفحة <a href="#">دواء ناركان للإنقاذ من جرعة زائدة من المواد الأفيونية</a> من هيئة صحة أوريغون.</p>	

## إليك بعض المواقع المفيدة:

<p><b>دعم الطلاب والأسر</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>■ 8 نصائح للتحدث مع ابنك المراهق عن الكحول والمخدرات الأخرى التي صممتها Safety First.</li><li>■ علاج اضطرابات استخدام المواد المخدرة لدى الشباب ومصادر التعافي من هيئة صحة أوريغون</li><li>■ مساعدة الأسر من خلال موارد الدعم والمجموعات والدورات التدريبية وغيرها من أشكال الدعم للأسر التي تتعامل مع الإدمان</li><li>■ برامج منع انتحار الشباب في ولاية أوريغون</li></ul> <p><b>معلومات حول المواد الأفيونية والفتنانيل ودواء الإنقاذ نالوكسون/ناركان</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>■ <a href="#">Fake and Fatal</a>: مناهج وحملة الفتنانيل/الحبوب المزيفة تم تطويرها من قبل منطقة بيفيرتون التعليمية</li><li>■ <a href="#">Laced and Lethal</a>: صُممت حملة King County بواشنطن لتعليم المراهقين مخاطر شراء الحبوب والمساحيق التي يحتمل أن تكون مليئة بالفتنانيل</li><li>■ <a href="#">Song for Charlie</a>: مؤسسة خيرية غير ربحية تديرها عائلة مكرسة لزيادة الوعي حول "الحبوب المزيفة".</li><li>■ <a href="#">April 2022 Community Threat Bulletin</a> من منطقة الاتجار بالمخدرات عالية الكثافة في ولاية أوريغون (HIDTA)</li><li>■ مصادر دواء نالوكسون للإنقاذ من جرعة زائدة من المواد الأفيونية من هيئة صحة أوريغون</li></ul> <p><b>خط المساعدة الهاتفي</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>■ الخط National Suicide Prevention Line على مدار الساعة (بإدارة Lines for Life): 1-800-273-8255</li></ul>
--

- **Lines for Life**: أرسل "273TALK" في رسالة نصية إلى الرقم 839863 (خدمات الرسائل النصية متاحة من الإثنين إلى الجمعة من الساعة 2 ظهرًا حتى 6 مساءً بتوقيت المحيط الهادئ).
- خدمة **24/7 Crisis Text Line**: أرسل كلمة "OREGON" في رسالة نصية إلى الرقم 741741.
- **Youthline** هو خط مساعدة مخصصة للمراهقين الذين يقدمون المساعدة لأقرانهم. اتصل على الرقم 1-877-968-8491 أو أرسل "teen2teen" في رسالة نصية إلى 839863.

يمكنك الحصول على هذا المستند بلغات أخرى، أو بحروف كبيرة، أو بطريقة برايل، أو بتنسيق آخر تفضله. تواصل مع Ashley Thirstrup على الرقم 503-720-2557 أو عبر البريد الإلكتروني [ashley.thirstrup@dhsosha.state.or.us](mailto:ashley.thirstrup@dhsosha.state.or.us). نقبل جميع الاتصالات الهاتفية المرحلة أو بإمكانك الاتصال على الرقم 711.