



用于学校的芬太尼和阿片类药物应对工具包

给学生和家庭的信函/电子邮件样本

用这封信/电子邮件，帮助建立对掺有芬太尼的假药的危险性和使用阿片类药物的风险的认识。让学生和家庭知道学校领导在保护和青少年方面所做的工作，以及去哪里寻求支持和更多信息。

建议的主题行：关于芬太尼和假药的危险性的信息

尊敬的学生和家庭，

我们学校把学生的福祉放在我们所作工作的核心位置。我们写信与您分享对芬太尼和阿片类药物的关注。这些毒品正在伤害我们社区的人们。我们希望这些信息将有助于保护学生。

危险是什么？ 每周约有5名俄勒冈州人死于毒品过量。现在，俄勒冈州到处都是掺入了芬太尼的假阿片类药物药片。这些假药是非常危险的。一粒药片就能导致过量。

什么是阿片类药物？ 阿片类药物是一种能使呼吸缓慢下来并使人感到困倦的药物。阿片类药物包括吗啡、羟考酮、地拉明和海洛因。芬太尼是另一种威力强大的阿片类药物：小到像几粒沙子的剂量就可以杀死一个人。

人们为什么使用阿片类药物？ 阿片类药物可作为止痛药处方开出。一些年轻人尝试毒品是出于好奇。有些人用毒品来逃避困难的情绪感受。阿片类药物会让人上瘾。

纳洛酮是什么？ 纳洛酮（又称纳康）是一种可以通过鼻腔喷雾或注射的药物，对于因芬太尼、处方阿片或海洛因过量而导致呼吸减慢或停止的人，可以迅速使其恢复正常呼吸。纳洛酮在2-3分钟内起效，可持续30-90分钟。有时，如果吸毒过量的症状再次出现，就需要服用第二剂量的纳洛酮。如果您有认识的人正在使用阿片类药物，请考虑获取纳康，以便携带并备在家中。在这里您可以了解更多关于如何获得Narcan（纳康）以及如何使用它的信息：[阿片类药物过量的Narcan（纳康）抢救方法](#)。

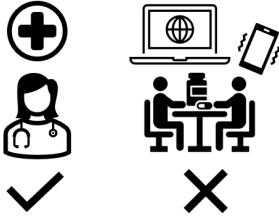

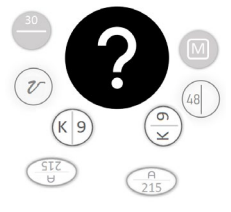
我们能做什么？ 请与您的学生和您关心的其他人讨论这些问题。此信包含重要的信息、应对用药过量的智能，以及资源链接。请与任何可能需要的人分享。

我们非常关心我们学校社区中每个学生的健康和安。我们知道这些对话可能会很艰难。如果您有任何问题，最佳联系人是：_____（插入学校联系信息）。

此致，

（插入校长/校监/学校卫生服务管理员）

这里有一些可以与学生和家庭成员分享的信息：

	<p>朋友给的药片，以及您在网上或从社交媒体上购买的药片，都是不安全的。</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 如果药片来自医生或药剂师以外的人，不要服用。它可能是假药。 • 假药不受管制。每颗药片的药量都可能不一样。每个假药都有风险。
	<p>医生为一个人开的药片应该只由这个人完全按照指示使用。</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 不要服用为别人开的、或从朋友或其他来源得到的药片。 • 每个人的身体都是不同的。对一个人来说是安全的药片，对另一个人来说可能是有害的。 • 任何药片如果吃错了，如吃得过量或太频繁，都会有危险。
	<p>假药看起来和真药一样。</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 掺有芬太尼的假药可以是任何颜色。它们通常是蓝色、绿色或浅色的药片。 • 一些假药有看起来像真药的标记。有些药片标有“M30”、“K9”、“215”或“V48”。假药可能有其他标记或没有标记。
	<p>学校和家庭都希望能提供帮助。</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 寻求帮助是可以的。 • 告诉我们他们正在使用毒品，或请求帮助的学生将不会受到惩罚。 • 学生可以与 _____（插入工作人员：学校辅导员、学校社会工作者、学校护士、校长、SBHC工作人员），或其他值得信赖的成年人交谈。 • 如果学生感到不安全或知道有人感到不安全，他们可以通过访问 safeoregon.com 或打电话或发短信844-472-3367来分享他们的关切。

如果您在家里或社区目睹了用药过量的情况，可以采取以下行动：

<p>确认：了解阿片类药物过量的迹象：</p> <ul style="list-style-type: none">● 针尖状瞳孔● 呼吸浅慢或没有呼吸● 嘴里发出咕噜声或打鼾声● 很难醒来或无法醒来● 极度困倦● 皮肤冰冷、粘稠● 皮肤、指甲或嘴唇发灰或发青	<p>反应：如果怀疑是阿片类药物过量，请立即拨打 <u>9-1-1</u>。</p> <p>如果可能的话，还要做以下事情：</p> <ul style="list-style-type: none">● 检查昏迷者的脉搏和呼吸。● 如果没有脉搏或呼吸，立即开始心肺复苏。● 尽快使用纳洛酮（Narcan）。
<p>您可以通过访问俄勒冈州卫生局的阿片类药物过量的纳洛酮（Narcan）救援页面，了解更多关于如何获得纳洛酮以及其如何使用的信息。</p>	

以下是一些有用的网站：

<p>为学生和家庭提供支持</p> <ul style="list-style-type: none">■ 与您家里的青少年谈论酒精和其他药物的8个提示，由安全第一创建的。■ 来自俄勒冈州卫生局的青少年药物使用障碍治疗和康复资源■ 帮助家庭 为需要处理成瘾问题的家庭提供的帮助资源、小组、培训和其他支持■ 俄勒冈州青少年自杀预防计划 <p>关于阿片类药物、芬太尼和纳洛酮/纳洛酮救援的信息</p> <ul style="list-style-type: none">■ 假的且致命：芬太尼/假药活动和由贝弗顿（Beaverton）学区制定的课程■ 掺入且致命：华盛顿州金（King）县开展的、旨在教育青少年了解购买可能掺有芬太尼的药片和药粉的风险的活动■ 给查理的歌：一个由家庭经营的、致力于提高对“芬太尼”认识的非营利性慈善机构■ 来自俄勒冈州高强度毒品贩运区（HIDTA） 2022年4月的社区威胁公告■ 俄勒冈州卫生局提供的 阿片类药物过量的纳洛酮救援资源 <p>帮助热线</p> <ul style="list-style-type: none">■ 24 小时全国预防自杀热线（由 Lines for Life 运营）：1-800-273-8255

- **Lines for Life (生命之线)**：发短信“273TALK”至 839863（周一至周五太平洋时间下午 2 点至下午 6 点提供短信服务）。
- **全天候危机短信专线**：发送短信“OREGON”至 741741。
- **青少年专线** 是一个青少年之间危机和帮助专线。致电 1-877-968-8491，或发送短信“teen2teen”至 839863。

您可获取使用其他语种、大号字体、盲文或您首选格式编写的本文件。请联系Ashley Thirstrup，电话：503-720-2557或发电子邮件至ashley.thirstrup@dhs.ohio.state.gov。我们接受所有转接电话，或者您可以拨打 711。