



## Набор инструментов для школ по противодействию фентаниловой и опиоидной зависимости

### Образец письма/электронного письма учащимся и членам их семей

Используйте это письмо/электронное письмо, чтобы способствовать повышению осведомленности об опасности поддельных таблеток, содержащих фентанил, и о рисках употребления опиоидов. Пусть учащиеся и члены их семей знают, что школьное руководство делает для защиты и поддержки молодежи, а также куда можно обратиться за поддержкой и дополнительной информацией.

**Предлагаемая тема письма:** информация об опасности фентанила и поддельных таблеток

Уважаемые учащиеся и члены их семей!

Наша школа считает благополучие учеников центральным элементом своей работы. Настоящим письмом мы хотим поделиться своими опасениями по поводу фентанила и опиоидных препаратов. Эти препараты причиняют вред людям в нашем обществе. Мы надеемся, что эта информация поможет защитить учащихся.

**В чем заключается опасность?** Каждую неделю около 5 жителей штата Орегон умирают от передозировки наркотиков. В настоящее время поддельные опиоидные таблетки с добавлением фентанила распространены по всему штату Орегон. Эти поддельные таблетки очень опасны. Одна таблетка может привести к передозировке.

**Что такое опиоид?** Опиоиды — это препараты, которые замедляют дыхание и вызывают сонливость. К опиоидам относятся морфин, оксикодон, дилаудид и героин. Фентанил — еще один мощный опиоид: доза, равная нескольким песчинкам, может убить человека.

**Почему люди употребляют опиоиды?** Опиоиды могут быть прописаны в качестве обезболивающего средства. Некоторые молодые люди пробуют наркотики из-за любопытства. Некоторые люди употребляют наркотики, чтобы избежать тягостных эмоций. Опиоиды вызывают привыкание.

**Что такое налоксон? Налоксон (также известный как Наркан) — это лекарство, которое можно применять в виде назального спрея или инъекции для быстрого восстановления нормального дыхания у человека, чье дыхание замедлилось или остановилось из-за передозировки фентанила, рецептурных опиоидов или героина. Действие налоксона проявляется в течение 2–3 минут и может продолжаться в течение 30–90 минут. Иногда требуется вторая доза налоксона, если симптомы передозировки возобновляются. Если кто-то из Ваших знакомых употребляет опиоиды, задумайтесь о приобретении Наркана, чтобы носить его с собой и иметь дома. Подробнее о том, как получить Наркан и как его использовать, Вы можете узнать здесь: [Narcan Rescue for Opioid Overdose](#).**

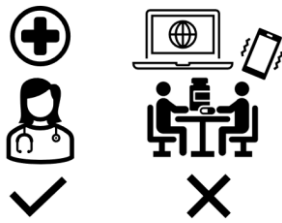

**Что мы можем сделать?** Обсудите эти проблемы со своими учениками и другими людьми, о которых Вы беспокоитесь. В этом письме содержится важная информация, руководство по реагированию на передозировку и ссылки на ресурсы. Просим поделиться этой информацией со всеми, кому она может пригодиться.

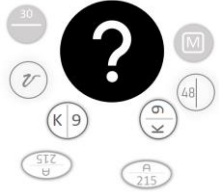

Мы искренне заботимся о здоровье и безопасности каждого учащегося в нашем школьном сообществе. Мы знаем, что такие обсуждения могут быть непростыми. Если у Вас возникнут какие-либо вопросы, лучше всего обратиться к: \_\_\_\_\_ (указать контактное лицо школы).

С наилучшими пожеланиями,

(указать директора школы/школьного суперинтенданта/администратора школьной службы здравоохранения)

## Вот некоторая информация, которой можно поделиться с учащимися и членами их семей:

	<p><b>Таблетки, полученные от друзей, а также таблетки, которые Вы покупаете онлайн или в социальных сетях, небезопасны.</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Если таблетка была получена от кого-либо, кроме врача или фармацевта, не принимайте ее. Это может быть поддельная таблетка.</li> <li>• Поддельные таблетки не подвергаются контролю. Каждая таблетка может содержать разное количество препарата. Каждая поддельная таблетка несет опасность.</li> </ul>
	<p><b>Таблетки, которые врач выписывает для одного человека, должны приниматься только этим человеком в точном соответствии с указаниями.</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Не принимайте таблетки, которые были выписаны кому-то другому или которые Вы получили от друзей или из других источников.</li> <li>• Каждый организм индивидуален. Таблетки, которые безопасны для одного человека, могут причинить вред другому.</li> <li>• Любая таблетка может представлять опасность, если ее принимать неправильно, например, принимать слишком большое количество или слишком часто.</li> </ul>

	<p><b>Поддельные таблетки могут выглядеть так же, как и настоящие.</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Поддельная таблетка, содержащая фентанил, может быть любого цвета. Часто это таблетки голубого, зеленоватого или бледного цвета.</li> <li>• Некоторые поддельные таблетки имеют маркировку, похожую на маркировку настоящих таблеток. Некоторые из них имеют маркировку «M30», «K9», «215» или «V48». Поддельные таблетки могут иметь другую маркировку или не иметь ее вообще.</li> </ul>
	<p><b>Школы и семьи хотят помочь.</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Просить о помощи — совершенно нормально.</li> <li>• Учащиеся, которые расскажут нам, что употребляют наркотики, или попросят о помощи, не будут наказаны.</li> <li>• Учащиеся могут поговорить с _____ (указать сотрудников: школьного консультанта, школьного социального работника, школьную медсестру, директора, сотрудников SBHC) или с другим взрослым, пользующимся доверием.</li> <li>• Если учащийся не чувствует себя в безопасности или знает кого-то, кто не чувствует себя в безопасности, он может поделиться своими опасениями, зайдя на сайт <a href="http://safeoregon.com">safeoregon.com</a> или позвонив или отправив текстовое сообщение по номеру 844-472-3367.</li> </ul>

**Вот действия, которые следует предпринять, если Вы стали свидетелем передозировки в Вашем доме или сообществе:**

**ЗАПОМНИТЕ! Признаки передозировки опиоидами:**

- сужение зрачков;
- медленное, поверхностное или полное отсутствие дыхания;
- булькающие хрипы или храпящее дыхание;
- трудности с пробуждением или невозможность проснуться;
- сильная сонливость;
- холодная, липкая кожа;
- кожа, ногти или губы серого или синего цвета.

**ДЕЙСТВИЯ! При подозрении на передозировку опиоидами сразу же звоните 9-1-1.**

Также по возможности сделайте следующее:

- проверьте пульс и дыхание человека, находящегося в бессознательном состоянии;
- при отсутствии пульса или дыхания незамедлительно приступайте к сердечно-легочной реанимации;
- как можно быстрее введите налоксон (Наркан).

Вы можете узнать больше о том, как получить налоксон (Наркан) и как его применять, посетив страницу [Narcan Rescue for Opioid Overdose](#) Управления здравоохранения штата Орегон.

## **Вот несколько полезных веб-сайтов**

### **Поддержка учащихся и их семей**

- 8 советов о том, как вести беседу с подростком об алкоголе и других наркотических веществах, разработанные Safety First.
- Ресурсы Управления здравоохранения штата Орегон по лечению и восстановлению после употребления психоактивных веществ среди молодежи
- Ресурсы Helping Families Help, группы, тренинги и другая поддержка для семей, сталкивающихся с зависимостью
- Программы штата Орегон по профилактике самоубийств среди молодежи

### **Информация об опиоидах, фентаниле и применении налоксона/Наркана для оказания неотложной помощи**

- [Fake and Fatal](#): кампания по борьбе с фентанилом/поддельными таблетками и обучающая программа, разработанная школьным округом Бивертон
- [Laced and Lethal](#): кампания округа Кинг, штат Вашингтон, направленная на разъяснение подросткам опасности покупки таблеток и порошков, которые могут содержать фентанил

- [Song for Charlie](#): семейная некоммерческая благотворительная организация, занимающаяся повышением информированности населения о таблетках, содержащих фентанил.
- [April 2022 Community Threat Bulletin](#) (Бюллетень с информацией об угрозах сообществу за апрель 2022 года) из Зоны высокой интенсивности наркотрафика (HIDTA) штата Орегон
- Ресурсы Управления здравоохранения штата Орегон [Naloxone rescue for opioid overdose](#)

### Телефон «горячей линии»:

- Круглосуточная национальная линия по профилактике самоубийств (под управлением Lines for Life): 1-800-273-8255
- **Свяжитесь с Lines for Life**, отправив текстовое сообщение «273TALK» на номер 839863 (текстовые услуги доступны с понедельника по пятницу с 14.00 до 18.00 по тихоокеанскому времени).
- **24/7 Круглосуточная кризисная линия, принимающая текстовые сообщения:** Отправьте сообщение «OREGON» на номер 741741.
- [Youthline \(линия для молодежи\)](#) – это кризисная и справочная линия помощи для подростков. Позвоните по телефону 1-877-968-8491 или отправьте сообщение «teen2teen» на номер 839863.

Вы можете получить этот документ на других языках, крупным шрифтом, шрифтом Брайля или в предпочитаемом Вами формате. Свяжитесь с Эшли Тирstrup (Ashley Thirstrup) по телефону 503-720-2557 или [ashley.thirstrup@dhsosha.state.or.us](mailto:ashley.thirstrup@dhsosha.state.or.us). Мы принимаем все звонки, которые на нас переводят. Кроме того, Вы можете позвонить по номеру 711.