



ስለ አፒሮይድ አጠቃቀም እና ውራ

ኅዳና የአራዳ ቋንቋ ለአፒሮይድ

- ኮዲን፡- ካፒቴን ኮዲ፣ የትምህርት ቤት ልጅ፣ ትንሽ C
- ፊንታንይል፡ f3nt፣ ፓቾ፣ የዳንስ ፊቨር፣ ግዳያ 8፣ ታንጎ እና ካቭ፣ TNT
- ሃይድሮኮዶን፡- ፍሉፍ፣ ታብ፣ ቫይክስ፣ ሃይድሮስ፣ ቫይታሚን
- ሜታዶን፡- የእግዚአብሔር መድኃኒት፣ ሚስ Emma፣ ነጭ ነገሮች፣ ጦጣ፣ ፈሳሽ የእጅ ካቴናዎች
- አክሲዶን፡- ercs፡ 30'ዎች፣ ሰማያዊዎች፣ ብሉቤሪዎች

ፊንታንይል ከምርጫ ከ 50 እስከ 100 እጥፍ ጥንካሬ አለው።

በWashington ስቴት አፒሮይድ ከመጠን በላይ መውሰድ እና በዛውም ልክ የሞት መጠን እየጨመረ ይገኛል። ክልላችን እድሜያቸው ከሶስት አመት በታች የሆኑ ህጻናት በአጋጣሚ ፊንታንይል በመውሰዳቸው ላይ የሚያደርሱት አሳሳቢ ጉዳዮች ላይ ከፍተኛ ጭማሪ አይቷል።

አደንዛዥ እጽ መጠቀም በጣም አደገኛ ነው እና ሁሉም ሰው መጠቀም ለማቆም ዝግጁ አይደለም።

አደንዛዥ እጽን ለመጠቀም እና/ወይም አረፍት ለመውሰድ የሚያስፈልጉዎት ጊዜዎች እንዳሉ በመገንዘብ፣ በጣም አስፈላጊው ነገር ልጆቻችሁ ከአደንዛዥ እጽ አጠቃቀም ጋር በተያያዙ ከማንኛውም ሁለተኛ ደረጃ ተጽእኖዎች ደህንነታቸው የተጠበቀ መሆኑን ለማረጋገጥ የተለየ እና ደጋፊ እቅድ መፍጠር ነው።

DCYF ከአደንዛዥ እጽ አጠቃቀም ጋር በተያያዙ ተግዳሮቶች ላይ ሳሉም እንኳ የልጆችዎ ፍላጎቶች አካላዊ፣ ግንኙነታዊ እና ስሜታዊ ደህንነታቸውን በሚያበረታታ መንገድ መሟላታቸውን ለማረጋገጥ ከእርስዎ ጋር ይስራል።

DCYF ለሁሉም ለፕሮግራሞቹ እና አገልግሎቶቹ ዘር፣ ቀለም፣ ጾታ፣ ሃይማኖት፣ እምነት፣ የጋብቻ ሁኔታ፣ የዜግነት ሁኔታ፣ የጾታዊ ዝንባሌ፣ እድሜ፣ የውትድርና ሁኔታ፣ ወይም የምንም አይነት አካላዊ፣ ስሜታዊ፣ ወይም የእዕምር እክልን በማየት አያዳላም እንዲሁም እኩል ተደራሽነትን ያቀርባል።

የዚህን አትም ነጻ ቅጂዎች በአማራጭ ቅርጽ ወይም ቋንቋ ማግኘት ከፈለጉ፣ እብክዎን የDCYF Constituent Relations (የDCYF የመሰብሰቢያ ግንኙነቶችን) በ1-800-723-4831 ወይም በኢሜል communications@dscyf.wa.gov ያግኙ።

DCYF መገልገያዎችን እንዲያገኙ፣ ህክምናን እና ቤተሰብዎን ለመደገፍ ሌሎች መንገዶችን እንዲያገኙ ሊረዳዎት ይችላል። ከአደንዛዥ ሰዕ ሱሰኛነት ለመላቀቅ እርዳታ መጠየቅ ማለት ልጆችዎ ከእርስዎ ይወሰዳሉ ማለት አይደለም።





DCYF እንዴት ሊያግዝ ይችላል፡-



አፒሮይድ ወይም አደንዛዥ ዕጽን መጠቀም በቤተሰብዎ ላይ የሚኖረውን ተጽእኖ እንቀንስ።

ተንከባካቢው በድንገት ቢታሰር ወይም ሲታሰር፣ ለልጆቻችሁ መረጋጋት እና ደህንነት ቅድሚያ የሚሰጥ ድጋፍ ሰጪ አቅድ ለመፍጠር እንዴት ተባብረን መስራት እንችላለን?

የአደንዛዥ ዕፅ አጠቃቀም የልጆቻችሁን ፍላጎት ለማሟላት ባላችሁ ችሎታ ላይ ምን ተጽዕኖ እንደሚያሳድር ሀሳባችሁን ማጋራት ይችላሉ? ይህ ሊያጋጥሙዎት የሚችሉትን ተግዳሮቶች እንድንመረምር እና በዛም ላይ ድጋፍ ለመስጠት እንድንችል መልካም አጋጣሚ ነው።

ልጆቻችሁ ፍላጎታቸውን ሲገልጹ፣ በተለምዶ ለእነሱ ምን ምላሽ ይሰጣሉ? ግንኙነቶቻችን እንዴት ማሳደግ እንችላለን እና እንዴት ለልጆቻችሁ ደህንነት የበለጠ ተንከባካቢ አካባቢ እንድትፈጥሩ ልንረዳዎ እንችላለን?

በቤት ውስጥ ጭንቀትን ከመቆጣጠር ጋር የሚመጡትን ቻሌንጆች በተለይም ከቁስ አጠቃቀም ጋር የተያያዙ ልዩ ሁኔታዎችን ግምት ውስጥ ማስገባት እናደንቃለን።

- በተለምዶ በቤተሰብዎ ውስጥ ያለውን ጭንቀት እንዴት ይቋቋማሉ?
- አረፍት እንዳስፈለግዎት ካወቁ ምን አይነት ስልቶች ወይም ግብዓቶችን ይጠቀማሉ?
- በእነዚያ ጊዜያት ውስጥ የልጆችዎ ስሜታዊ ፍላጎቶች በደንብ የተደገፉ መሆናቸውን እና ለሁሉም ሰው ደህንነትን የሚያበረታታ አቅድ እንዲፈጥሩ እንዴት ልንረዳዎ የምንችለው እንዴት ነው?

- እርስዎ በሚጠቀሙበት ጊዜ የልጆችዎን ደህንነት ለመጠበቅ የተለየ አቅድ እና ድጋፍን ለመለየት ይረዳል።
- ከመጠን በላይ የመጠጣት ሁኔታ ሲከሰት ጥቅም ላይ የሚውለው ናሎክሶን (Narcan®) ለማቅረብ ሊያግዝ ይችላል።
- ህጻናት በማይደርሱበት ቦታ ቁሳቁሶችን እና መድሃኒቶችን በደህና ማከማቸት እንዲችሉ የቁልፍ ሳጥኖችን ለማቅረብ ይረዳል።
- የመድሀኒት እና የአልኮሎል ግምገማን በቶሎ እንድታገኙ የሚያስችሏችሁ የቅድሚያ ግምገማዎችን ጨምሮ የህክምና ግብዓቶችን ለማቅረብ ይረዳል።
- በማህበረሰብዎ ውስጥ ደጋፊ አገልግሎቶችን እና ግብዓቶችን ለመለየት ሊያግዝ ይችላል።
- ልጆቻችሁን መንከባከብ በማይችሉበት ጊዜ በደህና ለንከባከብ የሚችል ሰው ለመለየት ይረዳል።
- በማገገም ላይ ከነበሩ ወላጅ ጋር ሚስጥራዊ የአቻ ድጋፍን ለመለየት ይረዳል።
- በማህበረሰብዎ ውስጥ ካሉ የአእምሮ ጤና ምንጮች ጋር ሊያገናኙዎት ይችላል።
- በቤተሰብዎ ውስጥ ላለ ሁሉም ሰው የደህንነት እና የመረጋጋት ስሜትን ለማራመድ፣ ጭንቀትን ለመቆጣጠር እና ስሜቶችን ለመቆጣጠር ጤናማ የመቋቋሚያ ስልቶችን እንድታስሱ ሊረዳዎ ይችላል።
- ለልጆችዎ በስሜታዊነት ዝግጁ ለመሆን የሚያስፈልጉትን ግብዓቶች እና ድጋፍ እንዳሉት ለማረጋገጥ ስልቶችን ለመዳሰስ ሊረዳዎት ይችላል።

ስለ ሕክምና አማራጮች ከጉዳይ ሠራተኛዎ ጋር ለመነጋገር ሊረዳ ይችላል።

እርስዎ ወይም የሚያውቁት ሰው ከአደንዛዥ እጽ አጠቃቀም መዘባት ጋር እየታገለ ከሆነ፣ የሚከተሉት ምንጮች ይገኛሉ፡-

- ወደ 988 ይደውሉ ወይም መልክት ይላኩ ለራስን የማጥፋት እና የቀውስ አደጋ የህይወት መስመር(Suicide & Crisis Lifeline) (<https://988lifeline.org>)።
- አስፈላጊ ከሆኑ የማህበረሰብ አገልግሎቶች ጋር ለመገናኘት ወደ 211 ይደውሉ።
- የአእምሮ እና/ወይም የዕፅ ሱስኝነት ችግር ላለባቸው ቤተሰቦች፣ ለሃገራዊ የህይወት መስመር (www.samhsa.gov/find-help/national-helpline) በ1-800-662-HELP (4357) ይደውሉ።
- 1-866-789-1511 ለWashington ማገገምያ የአርዳታ መስመር ይደውሉ (www.warecoveryhelpline.org)።
- ለክፍለ ግዛት ከመጠን በላይ የመጠጣት መከላከያ ሀብቶች www.StopOverdose.orgን ይጎብኙ።