Nationwide Children's
When your child needs a hospital, everything matters.℠

Helping Hand™

Xaqiiqaha Muhiimka ah ee Marka La qaadanayo Opioids

Important Facts to Know When Taking Opioids

Opioid (OH pee awid) waa erayga guud ee laga wado kooxda dhan ee daawooyinka. Daawooyinka Opioid waxaa loo isticmaalaa xakameynta xanuunka. Waxay si wanaagsan u shaqeeyaan markii lala isticmaalo wax aan ka aheyn daawooyinka daaweynta ee xanuunka, ee isku darka iyo acetaminophen iyo ibuprofen. Qaar ka mid ah kuwaan waa tababarka, masaajada, kuleelka, barafka, farsamooyinka nasiinyada, neefsiga gudaha ah, iyo ka jeedinta.

Waxaa jiro 4 dhibcood oo muhiim ah ee la xasuusanayo marka canugaaga uu qaadanayo opioids: Kormeer, Badbaadi, Ku meelgaarka, iyo Tuurida.

Kormeer

Monitor

- Waxaa jiro sharciyo xakameeyo booska iyo isticmaalka opioids. Dhaqtarka caafimaadka canugaaga ayaa u amartay daawadaan **canugeena kaliya**. Waa in loo geeyaa **kaliya sida loo qoray** sababtoo ah waxay noqon karaan kuwa waxyeelo badan iyo oo rabitaan sameynayo. **Ha u** ogolaan inuu qof kale qaato daawada.
- Ogow halka daawooyinka ay yaalaan mar walba. Ku xisaabtan inta aad haysatid si mar walba aad u ogaatid inta hartay.
- Waxaa jiraa filasho xad gudub ah ee daawooyinkaan. Daawooyinka Opioid waa in loo isticmaalaa kaliya marka loo baahdo sababtoo ah waxay noqon kartaa mid balwad ah. Xitaa inkastoo tani aysan ku dhicin qof walba, la qabsiga opioid waxay ku dhici kartaa qof walba oo waxay u hogaamin kartaa jiro joogta ah, dhaawac iyo xitaa dhimasho.
- **Iska illaali "Raadiyayaasha"** – walaalaha, qaraabada, saaxibada, dariska, ama dadka aanan la garaneyn - oo raadinayo inay xadaan daawooyinka opioid.
- **Waa muhiim inay diiwaanka hayaan goorta daawada la bixiyay**. Isticmaal kaleendarka ama Gacanta Caawineyso HH-V-1, *Diiwaanka Caafimaadka*.
- Saameynada dhinaca suurtogalka ah (ee ka imaaneyso inta ugu badan):
  - Calool fadhiga - waxaa lagu taliyay in canugaaga qaato daawo uu ku caawiyo ka hortaga ama calool fadhiga iyada oo la qaadanayo opioids.
  - Lalabo ama matag - Canugaaga wuxuu u baahnaan karaa inuu qaato daawo lagu caawinayo xakameynta lalabada iyo mataga.

Ka sii socda bogga 2

 Xaquuqda daabacaada 2016, Nationwide Children's Hospital

Kormeer, sii socda

Monitor, continued

- Dawaqsanaanta - Haddii canugaaga dawaqoodo ama hurdo dareemo, ha u ogolaan in isaga ama iyada ay wadaan baskiil ama wadaan mashiinka (sida cows jaraha ama gaariga), ama ka qeybqaadatid wax howlo ah halka canuga ah inuu joogo oo soo jeedo.
- Cuncunka

- **Marka la soo wacayo caawinta degdega**

Soo wac caawinta degdega haddii:

- Canugaaga aad u hurdoodo oo ay ku adagtahay soo jeedka.
- Neefsiga canugaaga wuu yaraadaa ama joogsadaa.

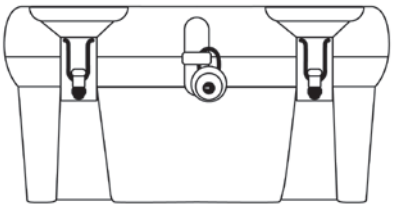
- **Tallada kale ee ku saabsan daawada**
  - U sheeg macalinka canugaada, kalkaalisada dugsiga, tababaraha, tababaraha ciyaarta, carruur la jooga, iyo waxyaabaha kale ee canugaaga u qaadanayo daawadaan. U sheeg saameynada dhinaca ee la daawanayo.
  - Dugsiga canugaaga wuxuu qoraal ugu baahanayaa adiga iyo dhaqtarka haddii daawada lagu siinayo dugsiga ee ay siineyso kalkaalisa dugsiga.
  - Canugaaga waa inuusan cabin aalkulo. La qaadashada daawadaan ee qamri waxay sababi kartaa dawaqsanaanta iyo neefsi aanan ku filneyn oo waxay noqon kartaa halis. Qaar ka mid ah daawooyin qabooban, sharoobada qufaca iyo af dhaqa waxay wataan aalkulo. La hubi dhaqtarkaaga ama farmashiistaha ka hor inta aanan la siin daawada miiska.
  - Haddii canugaaga qaadanayo daawooyin kaloo kale ama dheeraadka dhirta, u sheeg dhaqtarkaaga iyo farmashiistaha. Daawooyinka qaarkood waa inaanan lala qaadan opioids.
  - Weydii qoraalo cusub ugu yaraan 3 maalmood oo ganacsi ah ka hor garoojada ugu dambeyso. Tani aad ayay muhiim u tahay.
  - Qaar ka mid ah farmashiiyayaasha waxaa laga yaabaa inaysan qabin qaar ka mid ah noocyada daawada opioid ee gacanta. Fadlan weydii kalkaalisadaada si ay u soo wacdo farmashigaaga ka hor inta aadan ka tagin isbitaalka si aad u aragtid haddii ay leeyihiin daawadaan ama ay kuu dalbi karaan. Waxaad sidoo kale lahaan kartaa qoraalada lagu buuxiyay Farmashiga Nationwide Children's Hospital.
  - Haddii canugaaga qaato wax badan oo daawadaan ah, ama haddii qof kale qaato daawadaan, ka soo wac Xarunta Sunta Central Ohio 1-800-222-1222 (TTY 614-228-2272). Waxay kuu sheegayaan waxa la sameeyo.

Badbaado ah

Secure

Xaqiiqda - in kabadan 10% ee madaxda dugsiga sare waxay soo wargeliyeen in noloshooda si xun u isticmaaleen qoraalada daawada opioids (xanuun baabi'iye).

- Ku haay daawadaan armaajo xiran ama sanduuq xiran IYO meel aysan carruurta gaari karin (Sawirka 1).
- Marwalba ku haay daawada dhalada asalka ah ee ka imaaneyso farmashiga.
- Weydii farmashiistahaaga labo dhalo oo calaameysan haddii bixiyaha daryeelkaaga caafimaad ama dugsiga la siinayo daawadaan.
- Ku dhawaad dhammaan daawooyinka opioid dib looma buuxin karo. Dhaqtarka canugaaga wuxuu u baahanyahay inuu qoro daawo cusub waqti walba oo ay kaa dhammaato oo aad wax badan u baahantahay.



Sawirka 1 Sanduuqa xiran

Ku meelgaarka (ka baxsan opioids)

Transition (off opioids)

U hel canugaaga isku darka acetaminophen iyo ibuprofen iyo ka baxsan daawada opioid sida ugu dhaqsiha badan ee aad awoodid. Tani waxay aad ugu yara dhowdahay in jirka canugaaga uu noqonayo inuu ku tiirsanaado opioids. Si gaar ah ayay muhiim ugu tahay xanuun saxan.

Isticmaalka isku darka dad kale daawooyonka (aanan aheyn-opioid) iyo kala duwanaanshaha dooqyada maamulida xanuunka way ugu wanaagsantahay. Isku darkaan waxay caawisaa inta ugu wanaagsan ee kumeelgaarka daawooyinka opioid.

- Isku day isku darka acetaminophen iyo ibuprofen ee garoojooyinka u saxan da'da iyo culeyska canugaaga.
  - Waxaad isticmaali kartaa ibuprofen iyo acetaminophen si wadajir ah ama badelkooda.
  - Waxaad sidoo kale isticmaali kartaa ibuprofen ee isku darka leh opioid.
  - Ka taxadarnow isticmaalida acetaminophen iyo opioid. Daawooyinka la qoray opioids ee badan waxay iskugu darmaan inay leedahay acetaminophen.
  - Xanuun daran, waa inaad joogteysaa siinta acetaminophen iyo ibuprofen haddii bixiyaha daryeelka caafimaad ee canugaaga ku taliyo midaan, iyada oo dib loo jarayo garoojada iyo inta jeer ee aad siisay daawada opioid.

Haddii aad u aragtid daawada la qoray ee opioids inaysan shaqeynin sidoo kale sida waqti kadib, waxay u dhowdahay in canugaaga uu hormarinayo ***udulqaadashada*** opioids. Canuga si mala ah uma lahan xanuun kordhayo. Daawooyinka dheer opioid waa la isticmaalay, inta qofka ka dareemo jirka wuu u baahanyahay. Tani waxaa loo yaqaan ***ku tiirsanaan.***

Ka sii socda bogga 4

Ku meelgaarka (ka baxsan opioids), sii socda

Transition (off opiods), continued

- Sida jirka qofka u barto daawooyinkaan, isaga ama iyada waxay u baahanyihiin wax badan oo ay ku xakameeyaan xanuunka iyo xaaladaha daran.
- Dulqaadka iyo ku tiirsashada waxay dhici kartaa xitaa marka daawada la isticmaalo kaliya sida loo qoray.

Haddoo daawooyinka si joogta ah loo qaato in ka badan isbuuc iyo opioid aanan markale loo baahneyn xanuunka waa in loo tababaraa sida ay ku taliyeen bixiyaha daryeelka caafimaad ee canugaaga.

Haddii opioids la qaato muddo dheer (lee ka dheer 7 illaa 10 maalmood) oo la joojiyo dhammaan hal jeer, waxay ku sababi kartaa kalaabasho. Aastaamaha ka laabashada opioid waa:

- kulushahay oo falaashyo qabooban
- dhididka
- xoqida maqaarka
- carada
- daalka
- cuncunka muruqa
- hamaansashada
- sanka oo diif ka socdo
- qiimaha wadnaha sareeyo
- hurdada ku adagtahay
- xanuunka xundhurta
- shubanka
- lalabada
- mataga

Ka laabashada opioid mageli nafsada halis; is kastaba, waxay noqon karaan kuwa aanan raaxo laheyn.

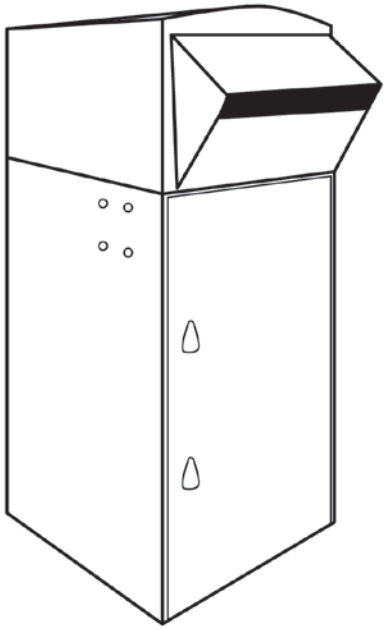
Haddii canugaaga hormariyo aastaamaha kalaabashada opioid (fiiri liiska kore), fadlan la xiriir dhaqtarka si uu kuugu sheego waxa la sameeyo.

Xaaska

Dispose

Xaqiida - boqolkiiba 70% ee dadka ku xadgudbo qoraalada daawada opioids waxay bilaash uga helaan saaxib ama qaraabo. Iska hubi inaad si sax ah iskaga tuurtid daawooyinka aanan la isticmaalin, sida ugu dhaqsiha badan oo suurtogalka ah ee bixiyaha canugaaga kuu sheego inay tahay waqti la sameeyo sidaas.

Ha isticmaalin daawooyinkaan kadib taariiqda dhicitaanka ee lagu qoray weelka. Opioids iyo daawooyinka kale waa in lagu tuuraa marka aanan markale loo baahneyn.



Sawirka 2 Daawada sanduuqa

Ka sii socda bogga 5

Xaaska, sii socda

Dispose, continued

- Goobaha Tuurida
  - Booqao www.dea.gov **ama** ka soo wac xarunta Wacitaanka Diiwaanka DEA 1-800-882-9539 si aad u heshid mid ka mid ah kuwa xigga:

    - dhinaca u dhow Dhacdada Dib u Qaadashada Daawada **ama**

    - aruuriyaha loo ogolyahay dirida dambe si loo helo dib ugu dirida baakida ciwaanka hore iyo tilmaamaha.
  - Booqo www.rxdrugdropbox.org. Si aad u ogaatid sida loo helo goobta aruurinta u dhow (Sawirka 2).

  Haddii aysan kuu suurtogaleynin inaad sameysid mid ka mid ah kuwa kore isla markaaba, biyo raaci daawooyinka musqusha hoose.

  Biyo raacinta waxaa lagu taliyay KALIYA daawooyinkaan iyo magacooda sumada ee ku la midka ah:

  - buprenorphine
  - diazepam
  - fentanyl
  - hydrocodone
  - hydromorphone
  - Meperidine
  - methadone
  - morphine
  - oxycodone
  - oxymorphone
  - methylphenidate
  - naloxone
  - naltrexone
  - sodium oxybate
  - tapentadol
  - Qeybaha, dhinacyada isku laaban ee isku qabaneyso ka hor inta aadan biyo raacin (buprenorphine patches, fentanyl patches).

Haddii aad qabtid wax su'aalo ah, iska hubi inaad weydiiso dhaqatrkaaga, kalkaalisada, ama farmashiistaha.