Washington Office of Superintendent of
PUBLIC INSTRUCTION

词汇表

名称	定义
阿片类药物	阿片类药物是一种用于控制和缓解疼痛的药物。它们通过与大脑、脊髓和其他器官的神经受体结合或者依附来发挥作用。
处方阿片类药物	处方阿片类药物是由医生处方的药物，通常在手术、受伤后或作为癌症治疗的一部分使用。这些阿片类药物在严格控制的官方实验室生产，确保每片药片的药量完全相同。它们由医生开具处方，并由药房发放。
非法阿片类药物	非法（不受管制的）阿片类药物可能在街头、社交媒体或朋辈中出售。有时，这些是非法销售的处方阿片类药物，但更常见的情况是，它们是在不受控制的环境中生产的。在这些环境中，可能无法准确预测阿片类药物的药效或它们可能受到什么其他物质的污染，令这些物质极其危险。
养成习惯	阿片类药物可能会形成习惯或成瘾，尤其是在滥用的情况下，例如大剂量服用、太频繁服用或为了获得快感而服用。
SUD	物质使用障碍(SUD)是可治疗的慢性疾病，其特征是一系列认知、行为和生理症状，显示个人尽管存在严重的物质相关问题，但仍继续使用该物质（美国疾病控制和预防中心，2024a）。
同侪压力	并非所有同伴压力都是坏事。青少年需要学会区分健康和不健康的同伴压力。当他们运用自己的影响力鼓励朋友们保持健康和安全时，他们就正在施加健康，或者良好的同伴压力。
保护因素	保护因素有助于防止青少年出现危险行为，包括滥用药物。一些常见的青少年保护因素包括： **父母或家人的参与——**经常与家人保持健康关系的青少年可能不太倾向于使用药物。 **家庭支持——若**青少年感到自己获得家人的支持，而且在需要时可向家人寻求帮助，他们就不太可能服药过量或屈服于同伴压力。 **父母监护——**与孩子互动的父母可以识别不健康的行为并提供支持，防止进一步的风险。 **学校联系：**学校的朋友和工作人员是青少年的另一个支持系统。 **父母的影响：**父母应为青少年树立健康的物质使用行为榜样，包括适度用药、不参与危险活动，以及愿意就物质使用问题进行公开讨论。（美国疾病控制与预防中心，2024b）
SUD 风险	一些常见的 SUD 风险因素包括：

名称	定义
因素	**精神健康——**青少年若遭受难以控制的压力、焦虑、抑郁或情绪痛苦，可能会寻求药物来自我治疗。他们有可能会独自服用。 **身体疼痛——**受伤或遭受未治疗的身体疼痛的青少年可能会寻求药物来自我治疗。 **朋辈压力——**青少年可能会感到压力，在社交场合与喝酒、吃药或使用其他药物的朋辈一起尝试。
阿片类药物过量	当有人服用阿片类药物过量时，他们可能看起来像是在睡觉，尽管被摇晃或大声呵斥也无法醒来。他们的呼吸可能缓慢或浅，甚至可能停止呼吸。由于缺氧，他们的皮肤可能会开始变蓝、变灰或变紫。他们的瞳孔也可能会缩小。若有人服用阿片类药物过量，务必立即进行心肺复苏(CPR)、注射纳洛酮（如有），并尽快拨打 911。
纳洛酮	纳洛酮是可逆转阿片类药物过量用药的救命药物。它有鼻喷雾剂（例如 Narcan）、自动注射器鼻喷雾剂（例如 Evzio ）和肌肉注射剂（例如 Zimhi ）等形式。 纳洛酮可阻断阿片类药物的作用。它有助于逆转阿片类药物过量，使人清醒。纳洛酮对未服用阿片类药物的人无效，也不会对任何年龄段的人或孕妇造成伤害。它对其他药物或酒精的影响无效。 任何人都可以使用！简单、安全和合法。您可以阅读包装盒上的简易说明，或观看在线培训视频。请注意，若患者服药过量，出现呼吸停止或浅呼吸，除了使用纳洛酮外，还必须进行心肺复苏并拨打 911。
好撒玛利亚人法	在华盛顿州，《好撒玛利亚人法》保护服药过量者及其协助者免于因持有毒品而被起诉。全国各地都有类似的法律。在这些法律存在之前，许多人因服药过量而不敢拨打 911 寻求帮助。他们害怕因持有毒品而惹上麻烦。《好撒玛利亚人法》的目标是让人们在服药过量时能够安心地拨打 911 寻求帮助。

Except where otherwise noted, this work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

参考

美国疾病控制与预防中心。(2024a)。物质使用障碍的治疗。药物过量预防。

https ://www.cdc.gov/overdose-prevention/treatment/index.html

美国疾病控制与预防中心。(2024b)。青少年物质使用。降低青少年健康风险。

https ://www.cdc.gov/youth-behavior/risk-behaviors/substance-use-among-youth.html