

فهم استخدام المواد والأدوية الأخرى في العمر المتقدم



ما هي المواد الأفيونية والبنزوديازيبينات؟

- المواد الأفيونية هي نوع من الأدوية التي تستخدم لعلاج الألم.
- يصف الأطباء المواد الأفيونية الموصوفة من قبل الأطباء، ولكن يمكن أن تشمل المواد الأفيونية أيضًا عقاقير مثل الهايروين ومسكن كارفينتانيل.^١
- عند تناولها بشكل صحيح، يمكن أن تقلل الألم لدى كبار السن وتساعد على تحسين أدائهم اليومي.^٢
- البنزوديازيبينات هي نوع من الأدوية التي تساعد على إبطاء عمل الدماغ والشعور بالهدوء.^٣
- يمكن للأطباء وصف البنزوديازيبينات لعلاج اضطرابات القلق واضطرابات النوم واضطرابات النوبات.^{٤،٥}

ما هو الاستخدام المسبب للمشاكل؟

عندما تستخدم دواءً بشكل مختلف عما وصفه طبيبك، مثل تناول المزيد من الحبوب، بشكل متكرر أو لوقت أطول من الموصوف.^٥

كيف يمكنني استخدام الدواء بأمان؟^{٦،٧}

- تناول الأدوية التي يصفها لك طبيبك فقط
- لا تشرب الكحول أو تستخدمه مع أدوية أخرى للاكتئاب
- لا تستخدم أبداً دواء شخص آخر
- أعد أي دواء غير مستخدم إلى الصيدلية



أين يمكنني الحصول على المساعدة؟

تتوفر الموارد والدعم للصحة العقلية والإدمان في مجتمعك. مزيد من المعلومات، تواصل مع أي من المنظمات التالية:

جمعية الصحة العقلية الكندية
<https://ontario.cmha.ca> 1-800-875-6213

مركز الإدمان والصحة النفسية
www.camh.ca 1-800-463-2338

مراكز معلومات المجتمع
www.211Ontario.ca
 اتصل على 211

جمعية اضطرابات المزاج في أونتاريو
www.mooddisorders.ca 1-888-486-8236

مراكز علاج الإدمان في أونتاريو
<https://www.oatc.ca> 1-877-937-2282/

ConnexOntario

اتصل للحصول على معلومات سرية ومجانية على مدار الساعة طوال أيام الأسبوع حول خدمات الصحة العقلية والإدمان ومشكلة المقامرة في جميع أنحاء أونتاريو.

www.connexontario.ca 1-866-531-2600

التحالف الكندي للصحة العقلية لكبار السن
www.ccsmh.ca 289-846-5383

المصادر

ورقة معلومات المواد الأفيونية، الاختيار الحكيم كندا

<https://choosingwiselycanada.org/wp-content/uploads/2018/02/Opioids-When-you-need-them-and-when-you-dont.pdf>

الأرق والقلق عند كبار السن:الحبوب المنومة ليست هي الحل الأفضل عادةً، الاختيار الحكيم كندا -

<https://choosingwiselycanada.org/wp-content/uploads/2017/06/Sleeping-pills-EN.pdf>

المراجع

١. مركز الإدمان والصحة العقلية ومقاطعة أونتاريو. (٢٠١٦). المواد الأفيونية: كيفية استخدامها بأمان. متاح: https://www.porticonetwork.ca/documents/77404/381531/5200dUsingSafely_Factsheet_2016.pdf?5b4a1bdd-4a47-4865-97bb-66517ca16ae2 في ٦ فبراير ٢٠٢٠.
٢. Malec, M. & Shega, J. (٢٠١٥). إدارة الألم عند كبار السن. عيادات أمريكا الشمالية الطبية، ٩٩، ٣٥٠-٣٣٧.
٣. اختيار كندا الحكيم. (٢٠١٧). المواد الأفيونية: عندما تحتاج إليها - وعندما لا تحتاج إليها. متاح <https://choosingwiselycanada.org/wp-content/uploads/2018/02/Opioids-When-you-need-theemand-when-you-dont.pdf> في ٦ فبراير ٢٠٢٠.
٤. كويربريس ، إيه ، ساكو ، بي ، بليزز ، دي جي آند مور ، إيه إيه (٢٠١٤). تعاطي المخدرات بين كبار السن. طب الشيخوخة السريري، ٣٠ ، (٣) ، ٦٢٩-٦٥٤.
٥. Mayo. Rummans, T., Bostwick, J.M. & Lapid, M., o. Markota. استخدام البنزوديازيبين في كبار السن: المخاطر ، والإدارة ، والعلاجات البديلة. العملية السريرية في Mayo, ٩١، (١١)، ١٦٣٩-١٦٣٢.