

ما وراء مفكرة الطبيب:

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 الهيروين 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، ٣.

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؟ ١، ٣

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



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

أين يمكنني الحصول على المساعدة؟

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

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.mooodisorders.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 تم الوصول إليه في ٦ فبراير ٢٠٢٠.
٢. M. & Shega, J. ٢٠١٥). إدارة الألم عند كبار السن. عيادات أمريكا الشمالية الطبية، ٩٩، ٣٣٧-٣٥٠.
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-them-and-when-you-dont.pdf> تم الوصول إليه في ٦ فبراير ٢٠٢٠.
٤. كويربريس، إيه، ساكو، بي، بليزر، دي جي، آند مور، إيه (٢٠١٤). تعاطي المخدرات بين كبار السن. طب الشيخوخة السريري، ٣٠ (٣)، ٦٢٩-٦٥٤.
٥. M., Rummans, T., Bostwick, J.M. & Lapid, M. ٢٠١٦). استخدام البنزوديازيبين في كبار السن: المخاطر، والإدارة، والعلاجات البديلة. العملية السريرية في Mayo، ٩١ (١١)، ١٦٣٢-١٦٣٩.