



# យកថ្នាំ របស់ អ្នកត្រឡប់មកវិញ

ការការពារមនុស្សជាតិស្រឡាញ់របស់អ្នក  
និង បរិស្ថាន។

ការបោះចោលការចេញវេជ្ជបញ្ជាឱសថ  
opioid ដែលមិនចង់ប្រើ ដែលមិនប្រើ ឬ  
ផុតកំណត់ដោយសុវត្ថិភាពតាម៖

- យកប្រអប់ដាក់វត្ថុឬសម្ភារបោះចោល  
ត្រឡប់មកវិញ
- ទិវាជាតិគ្រឿងញៀន (National Drug  
Take Back Day Event) (ខែមេសា និងតុលា)



ការប្រើថ្នាំ opioid មិនត្រឹមត្រូវ 75 ភាគរយ  
ចាប់ផ្តើមពីប្រជាពលរដ្ឋដែលប្រើប្រាស់  
ថ្នាំ ដែលមិនមានវេជ្ជបញ្ជាសម្រាប់ពួកគេ -  
តាមធម្មតាយកថ្នាំពីមិត្តភក្តិ ឬសមាជិកគ្រួសារ។



ឱសថបំបាត់ការឈឺចាប់ Opioid ដែលចេញ  
វេជ្ជបញ្ជាដោយវេជ្ជបណ្ឌិតនានា រួមមានឱសថ  
hydrocodone, codeine, morphine  
និងឱសថជាច្រើនទៀត។



យកត្រឡប់មកវិញពីទីកន្លែងនានានៅទូទាំង  
រដ្ឋ គឺជាវិធីដែលមានសុវត្ថិភាព ងាយស្រួល  
និងការពារសុវត្ថិភាព ដើម្បីបោះចោលថ្នាំ  
ដែលសេសសល់ណាមួយ។

# ស្វែងរកទី តាំងនៅ ជិតអ្នក

យកប្រអប់ដាក់វត្ថុឬសម្ភារបោះ  
ចោលដែលមាននៅឱសថ  
ស្ថាន មណ្ឌលសុខភាព ស្ថានីយ៍ប៉ូលីស  
និងកន្លែងផ្សេងទៀតនៅទូទាំងរដ្ឋ។

ទីតាំងស្វែងរកទីកន្លែងតាមវិបសាយ  
[TakeBackYourMeds.org](http://TakeBackYourMeds.org)

# ការចោល សំរាមមាន សុវត្ថិភាព ជួយ សង្គ្រោះជីវិត



បច្ចុប្បន្នថ្នាំ Opioids គឺជាមូលហេតុចម្បង  
មួយនៃការស្លាប់ទាក់ទងនឹងការរងរបួសនៅ  
ក្នុងរដ្ឋវ៉ាស៊ីនតោន។ មនុស្សកាន់តែច្រើននាក់  
បានស្លាប់ដោយសារការប្រើថ្នាំហួសកម្រិត  
ជាងពីគ្រោះថ្នាក់រថយន្ត។<sup>៣</sup>

នៅចន្លោះឆ្នាំ 2012 និងឆ្នាំ 2016 មានមនុស្សជាង  
3,300 នាក់នៅទីក្រុងវ៉ាស៊ីនតោន បានបាត់  
បង់ជីវិតដោយសារការប្រើប្រាស់ថ្នាំ opioids  
ហួសកម្រិត។<sup>៣</sup>

# ការចោល សំរាមមាន សុវត្ថិភាព ជួយ រក្សាបរិស្ថាន របស់យើង



មានប្រអប់ថ្នាំ 33 លានប្រអប់ជារៀងរាល់ឆ្នាំ  
ដែលមិនបានប្រើប្រាស់នៅរដ្ឋធានីវ៉ាស៊ី  
នតោន។<sup>៤</sup> ថ្នាំដែលមិនត្រូវការទាំងនេះ  
អាចទៅលក្ខណៈ របស់វាចូលទៅក្នុងបរិស្ថាន។

អ្នកវិទ្យាសាស្ត្របានរកឃើញថាថ្នាំនៅក្នុងទឹក  
និងស្រទាប់ដីនៅតំបន់ពាយព្យប៉ាស៊ីហ្វិក។<sup>៥</sup>  
ថ្នាំទាំងនេះអាចប៉ះពាល់ដល់សុខភាព  
សត្វព្រៃ និងទឹកផឹករបស់យើង។

យកកម្មវិធីត្រលប់មកវិញគឺជាមធ្យោបាយ  
សុវត្ថិភាពដែលមិនប៉ះពាល់ដល់បរិស្ថានដើម្បី  
លេបថ្នាំអ្វីមួយ។

សិក្សាបន្ថែមទៀតតាមវិបសាយ

**TakeBackYourMeds.org**

ការរំលោភបំពានប្រើសារធាតុ និងរដ្ឋបាលសេវាកម្មសុខភាពម្ចាស់ក្រុម  
វិទ្យាស្ថានជាតិស្តីពីការរំលោភប្រើប្រាស់ថ្នាំ។ ក្រសួងសុខាភិបាលរដ្ឋវ៉ាស៊ីនតោន  
មូលនិធិគ្រួសារ Kaiser, ក្រសួងបរិស្ថានរដ្ឋវ៉ាស៊ីនតោន

Washington State  
Health Care Authority