

## ការទប់ស្កាត់ការប្រើប្រាស់ថ្នាំ Opioid Misuse ខុសតាមវេជ្ជបញ្ជាក្នុងចំណោមអតិថិជនសិស្ស Preventing Prescription Opioid Misuse Among Student Athletes

រដ្ឋ Massachusetts ស្ថិតនៅចំកណ្តាលនៃការរាតត្បាត opioid epidemic ។ ជាពិសេសអតិថិជនសិស្ស ដោយសារតែហានិភ័យនៃការរងរបួស និងការឈឺចាប់ជាលទ្ធផល, may be at risk for misusing prescription opioids អាចប្រឈមនឹងហានិភ័យនៃការប្រើប្រាស់ថ្នាំអាគ្រីនខុសវេជ្ជបញ្ជា។

ខណៈពេលដែលការលេងកីឡា និងការនៅក្នុងក្រុមផល់អត្ថប្រយោជន៍ដល់អតិថិជនសិស្សរាល់យូរ និងមធ្យមសិក្សាតាមវិធីជាច្រើន - រួមទាំងទំនាក់ទំនងសង្គម ការរៀបចំរចនាសម្ព័ន្ធតាមក្រោយសាលា និងកាយសម្បទា - វាក៏អាចនាំអោយមានរបួសផងដែរ។ ក្នុងករណីជីកម្រ ការរងរបួសក៏ឡាអាចបណ្តាលឱ្យមានការឈឺចាប់ធ្ងន់ធ្ងរ ឬយូរអង្វែងគ្រប់គ្រាន់ដើម្បីទាមទារថ្នាំបំបាត់ការឈឺចាប់តាមវេជ្ជបញ្ជា a prescription painkiller ។

SA3573 | August 2016

**សំខាន់បំផុត:**  
អតិថិជនដែលរងរបួសត្រូវការពេលវេលាដើម្បីព្យាបាល។ ការខកខានការលេងប្រកួតមួយ ឬពីរដង គឺប្រសើរជាងការខកខានពេញមួយរដូវកាល ឬច្រើន-ជាងនេះ។

ប្រសិនបើអតិថិជនសិស្សមានរបួស នៅពេលណាដែលអាចធ្វើទៅបាន ចូរព្យាបាលរបួសជាមុនដោយសម្រាក, ទឹកកក, ការបង្ហាប់ compression, ការកាត់បន្ថយ elevation, និងថ្នាំប្រឆាំងនឹងការរលាក and anti-inflammatory medication



ប៉ុន្តែសូមស្វែងរកការថែទាំសុខភាពប្រសិនបើចាំបាច់។ ថ្នាំ Opioid សម្រាប់ការឈឺចាប់ត្រូវបានពិចារណាដោយគ្រូពេទ្យតែប៉ុណ្ណោះហើយតែនៅពេលដែលវិធីសាស្ត្រផ្សេងទៀតមិនបានផលនូវការធូរស្រាល។

បន្ទាប់ពីរបួស After an injury, វាជារឿងសំខាន់ក្នុងការរៀបចំការទំនាក់ទំនង និងផែនការត្រឡប់ទៅលេងវិញ។ (សូមមើលទម្រង់ និងពាក្យនៃពិធីការប៉ះទង្គិចផ្លូវចិត្តរបស់សាលាអ្នកសម្រាប់ការណែនាំ Look at the format and wording of your school's concussion protocol for guidance ។) ជាញឹកញាប់ពេក អតិថិជនមិនអនុញ្ញាតឱ្យមានពេលវេលាគ្រប់គ្រាន់ក្នុងការសះស្បើយពីរបួសរបស់ពួកគេ ហើយងាកទៅរកថ្នាំបំបាត់ការឈឺចាប់ដើម្បីអាចឱ្យពួកគេបន្តរួមក្នុងកីឡារបស់ពួកគេ។ ត្រូវតែយកចិត្តទុកដាក់ដើម្បីជៀសវាងដទៃទៅនៃការរងរបួស ការឈឺចាប់ និងរបួសឡើងវិញ Care must be taken to avoid the common cycle of injury, pain, and re-injury ។

សម្រាប់រយៈពេល 4 ឆ្នាំចុងក្រោយនេះ ឪពុកម្តាយ គ្រូបង្វឹក នាយកកីឡា គ្រូបង្វឹកកីឡា និងគិលានុបដ្ឋាយិកាសាលាដែលពាក់ព័ន្ធនឹងកីឡាក្រៅកម្មវិធីសិក្សាថ្នាក់ទី 6-12

ត្រូវបានតម្រូវឱ្យបញ្ចប់ការបណ្តុះបណ្តាលប្រចាំឆ្នាំស្តីពីហានិភ័យនៃការប៉ះទង្គិចក្បាល និងរបួសក្បាល។ ច្បាប់ស្តីពីអាគ្រីនថ្មី New opioid legislation

(ទង្វើដែលទាក់ទងទៅនឹងការប្រើប្រាស់សារធាតុ ការព្យាបាល ការអប់រំ និងការការពារ) បានបន្ថែមតម្រូវការដែល BSAS ផលសម្ភារៈអប់រំអំពីគ្រោះថ្នាក់នៃការប្រើប្រាស់អាគ្រីន និងការប្រើប្រាស់ខុសចំពោះបុគ្គលទាំងនោះដែលចូលរួមក្នុងកម្មវិធីសុវត្ថិភាពរបួសក្បាលប្រចាំឆ្នាំ។

សម្ភារៈសិក្សាក៏ត្រូវចែកចាយជាលាយលក្ខណ៍អក្សរដល់សិស្សទាំងអស់ដែលចូលរួមក្នុងសកម្មភាពកីឡាក្រៅកម្មវិធីសិក្សា មុនពេលចាប់ផ្តើម athletic seasons រដូវកាលកីឡារបស់ពួកគេ (see also [www.mass.gov/dph/resourcesforouthopioidmisuse](http://www.mass.gov/dph/resourcesforouthopioidmisuse))

លើសពីនេះទៀត, សូមចងចាំអំពីសមាសធាតុផ្លូវចិត្ត និងសង្គមនៃការស្ថិតនៅក្នុងក្រុមសាលា និងរបៀបដែលវាអាចប៉ះពាល់ដល់ការងើបឡើងវិញ និងអាកប្បកិរិយារបស់អតិថិជន។ ការបាត់បង់ទំនាក់ទំនងសង្គមទៅនឹង

ក្រុមអាចមានការខូចខាតក្នុងវិធីមួយចំនួនដូចជាវរបួសរាងកាយ  
physical injury ។ តាមដែលសមស្រប

សូមបន្តរួមបញ្ចូលសិស្សនៅក្នុងការអនុវត្តជាក្រុម ហ្គេម  
និងព្រឹត្តិការណ៍សង្គម។

**The Massachusetts Interscholastic Athletic Association (MIAA)** ផលសិក្ខាសាលា

និងកម្មវិធីបណ្តុះបណ្តាលសម្រាប់អ្នកគ្រប់គ្រងសាលា អ្នកអប់រំ គ្រូ-គ្រូបង្វឹក និងអតិថិជនសិស្ស។ MIAA Partners in Prevention គឺជាសម្ព័ន្ធនៃអង្គការសុខភាព សុខភាព និងសុវត្ថិភាពជាង 60 ដែលធ្វើការរួមគ្នាដើម្បីផលធនធាន និងកម្មវិធីដល់សាលារៀន និងសហគមន៍។ គណៈកម្មាធិការវេជ្ជសាស្ត្រកីឡា The MIAA Sports Medicine Committee, ដែលរួមមាននាយកកីឡា គ្រូពេទ្យ គិលានុបដ្ឋាយិកាសាលា អ្នកគ្រប់គ្រង និងគ្រូបង្វឹក ខិតខំធានាសុវត្ថិភាពសិស្សរបស់យើង។ MIAA Youth Substance Prevention Collaborative គឺជាគណៈកម្មាធិការនៃភាគីពាក់ព័ន្ធសំខាន់ៗរបស់ Commonwealth ដែលផលកម្មវិធី និងធនធានការពារ។ សម្រាប់ព័ត៌មានអំពីគំនិតដូចដើម និងកម្មវិធី MIAA សូមទូរស័ព្ទ For information about MIAA initiatives and programming, please call 508-541-7997 or visit our website ([www.miaa.net](http://www.miaa.net)).

MIAA គឺជាដៃគូសម្ព័ន្ធ Massachusetts សម្រាប់ភាពជាដៃគូសម្រាប់កុមារគ្មានគ្រឿងញៀន។ ស្វែងយល់បន្ថែមអំពី The MIAA is the Massachusetts Alliance Partner for the Partnership for Drug Free Kids. Learn more about the Partnership on its website: <http://www.drugfree.org/>



សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម និងធនធានសិ prevent ing substance misuse ពីការការពារការប្រើប្រាស់សារធាតុញៀនខុស:

**Massachusetts Health Promotion Clearinghouse** ផលធនធានអប់រំសុខភាពដោយឥតគិតថ្លៃមួយចំនួនពី the Massachusetts Department of Public Health. <https://massclearinghouse.ehs.state.ma.us/>

**Massachusetts Substance Abuse Information and Education Helpline** បណ្តាញជំនួយដល់ព័ត៌មាន និងការបញ្ជូនបន្ថែមដោយឥតគិតថ្លៃ និងអនាមិកសម្រាប់បញ្ហាការប្រើប្រាស់គ្រឿងស្រវឹង និងសារធាតុញៀនផ្សេងទៀត. <http://helpline-online.com/> 1-800-327-5050 TTY: Use Mass Relay at 711 or 1-800-439-2370

**Massachusetts Department of Public Health Bureau of Substance Abuse Services** ត្រួតពិនិត្យការព្យាបាលចំពោះបញ្ហានៃការប្រើប្រាស់សារធាតុញៀននៅក្នុង Commonwealth ។ <http://www.mass.gov/dph/bsas>

**National Institute for Drug Abuse** (ផ្នែកនៃវិទ្យាស្ថានសុខភាពជាតិ part of the National Institutes of Health) is ត្រូវបានចោទប្រកាន់ពីបទជំរុញវិទ្យាសាស្ត្រនៃការញៀន និងផលប៉ះពាល់ស្រាវជ្រាវ និងធនធានចុងក្រោយបង្អស់

charged with advancing the science of addiction, and provides the latest research and resources. <https://www.drugabuse.gov/>

---