ការព្យាបាលដោយប្រើ ថ្នាំមីថាដូន (methadone) ក្នុងរដ្ឋវិចតូរីយ៉ា

កូនសៀវភៅព័ត៌មានសម្រាប

VICTORIA State Government | Health and Human Services

ភាពងាយស្រួលប្រើប្រាស់

ប្រសិនបើអ្នកចង់ទទួលបានសៀវភៅនេះនៅក្នុងទម្រង់ងាយស្រួលប្រើប្រាស់ សូមទូរស័ព្ទលេខ 03 9096 5057 ដោយប្រើសេវា National Relay Service 13 36 77 ក្នុងករណីចាំបាច់ ហើយស្នើសុំមន្ត្រីអភិវឌ្ឍន៍ការព្យាបាលដោយឱសថ។

បោះពុម្ពដោយផ្នែកការចូលរួមសហគមន៍ កីឡា និងការកំសាន្ត ផ្នែកសុខភាព និងសុខុមាលភាព, រដ្ឋាភិបាលវិចតូរីយ៉ា, ក្រសួងសុខាភិបាល និងសេវាមនុស្សសាស្រ្ត ទីក្រុងម៉េលប៊ិន រដ្ឋវិចតូរីយ៉ា។

អនុញ្ញាតដោយរដ្ឋាភិបាលវិចតូរីយ៉ា
50 Lonsdale Street, Melbourne។

© រក្សាសិទ្ធិដោយរដ្ឋវិចតូរីយ៉ា, ក្រសួងសុខាភិបាល និងសេវាមនុស្សសាស្រ្ត ឆ្នាំ២០១៦

ការបោះពុម្ពផ្សាយនេះត្រូវបានរក្សាសិទ្ធិ គ្មានផ្នែកណាមួយអាចផលិតឡើងវិញដោយវិធីណាមួយ លើកលែងតែអនុលោមតាមបទបញ្ញត្តិ នៃច្បាប់រក្សាសិទ្ធិ ឆ្នាំ១៩៦៨។

បោះពុម្ពលើក្រដាសដែលកែឆ្នៃឡើងវិញដោយ
Complete Colour។

មាតិការឿង

សេចក្តីផ្តើម 2
ភាពសម្ងាត់ 3
អត្ថប្រយោជន៍នៃការព្យាបាលដោយប្រើថ្នាំ methadone 4

Methadone: ជាថ្នាំញៀន 5
អំឡុងពេល 5
ការប្រើថ្នាំ 5
ច្បាប់ 5
ការចំណាយ 5
ការបញ្ឈប់ការប្រើថ្នាំ 5
កម្រិតថ្នាំប្រើ 6
ផលប៉ះពាល់នៃថ្នាំ methadone 6
អន្តរកម្មជាមួយថ្នាំផ្សេងទៀត 7
ការបើកបរ 10

ប្រព័ន្ធថ្នាំ methadone នៃរដ្ឋវិចតូរីយ៉ា 11
ក្រុមព្យាបាលរបស់អ្នក 11
ការចាប់ផ្តើម 11
ទម្លាប់ 13
ការមានផ្ទៃពោះ 14
មេរោគ HIV- ជំងឺអេដស៍ និងជំងឺរលាកថ្លើម 16
ការឈប់សម្រាក ការធ្វើដំណើរកម្សាន្ត
និងការយកថ្នាំតាមខ្លួន 17
ការឈប់ប្រើថ្នាំ methadone 19
ការបញ្ឈប់ការព្យាបាល 21
ការលំបាក និងការធ្វើបណ្តឹងតវ៉ា 21

ការព្រមានអំពីការប្រើថ្នាំ methadone លើសកម្រិត 22
Naloxone 23
ការពុល ឬការប្រើថ្នាំ methadone លើសកម្រិត៖
រោគសញ្ញា 26

ការព្យាបាលផ្សេងទៀត 27

ព័ត៌មានសម្រាប់ទំនាក់ទំនង 28

សេចក្តីផ្តើម

ការព្យាបាលដោយប្រើថ្នាំ methadone គឺជាវិធីដោះស្រាយនឹងបញ្ហាជាច្រើនដែលអ្នកអាចជួបប្រទះពីការប្រើថ្នាំញៀន opioids របស់អ្នក ដូចជាថ្នាំ morphine, oxycodone, pethidine, codeine ឬថ្នាំញៀន heroin (ហេរ៉ូអ៊ីន)។ អ្នកគួរពិភាក្សាពីថ្នាំដែលអ្នកប្រើជាមួយ អ្នកចេញវេជ្ជបញ្ជារបស់អ្នក។

ថ្នាំ methadone មិនមែនជាថ្នាំប្រើសម្រាប់ព្យាបាលលើការពឹងផ្អែក ឬការញៀនថ្នាំ opioid នោះទេ។ ក៏ប៉ុន្តែការបន្តលេបថ្នាំ methadone អាចបំបាត់សម្ពាធការប្រើប្រាស់ថ្នាំញៀនជាស្ថិតស្ថេរ ដែលបណ្តាលឲ្យអ្នកកើតមានបញ្ហា។ ថ្នាំនេះអាចផ្តល់ឲ្យអ្នកនូវពេលវេលាដើម្បីគិតគូ ធ្វើការ និងដោះស្រាយបញ្ហា ដោយគ្មានការព្រួយបារម្ភថាតើអ្នកអាចទ្រទ្រង់ការផ្គត់ផ្គង់ថ្នាំនេះឬអត់។

ថ្នាំ methadone ត្រូវបានគេប្រើដើម្បីព្យាបាលការញៀន opioid ប្រហែល៣០ឆ្នាំមកហើយ បើទោះបីជាវិធីដែលគេប្រើថ្នាំ methadone បានផ្លាស់ប្តូរជាច្រើននៅពេលនោះក៏ដោយ។ កូនសៀវភៅនេះបង្ហាញអំពីរបៀបដែលការព្យាបាលដោយប្រើថ្នាំ methadone មានដំណើរការ ក្នុងពេលសព្វថ្ងៃនេះ។

កម្មវិធីប្រើថ្នាំ methadone មានពីរប្រភេទ៖

- កម្មវិធីប្រើថ្នាំជាបន្ត (ឬរយៈពេលវែង) - នេះគឺប្រភេទនៃកម្មវិធីទូទៅបំផុតដែលមានរយៈពេលជាច្រើនខែ ឬឆ្នាំ ហើយគោលបំណង គឺដើម្បីកាត់បន្ថយគ្រោះថ្នាក់ដែលពាក់ព័ន្ធជាមួយនឹងការប្រើថ្នាំញៀន និងដើម្បីកែលម្អគុណភាពនៃជីវិតទាំងមូល។
- កម្មវិធីបញ្ឈប់ការប្រើថ្នាំ (ឬរយៈពេលខ្លី) - ប្រភេទនៃកម្មវិធី ជាទូទៅមានរយៈពេលជាច្រើនថ្ងៃ ឬសប្តាហ៍ ហើយថ្នាំ methadone ត្រូវបានគេប្រើដើម្បីកាត់បន្ថយអាការៈមិនស្រួលខ្លួនដោយសារការឈប់ប្រើថ្នាំញៀន opioid។

មនុស្សភាគច្រើនយល់ឃើញថា គេធ្វើបានល្អប្រសើរជាងមុនក្នុងកម្មវិធីប្រើថ្នាំជាបន្ត ជាជាងកម្មវិធីបញ្ឈប់ការប្រើថ្នាំ។ កម្មវិធីសម្រាប់អ្នកនឹង អាស្រ័យលើតម្រូវការ និងស្ថានភាពជាក់លាក់របស់អ្នក ហើយករណីនេះ អ្នកគួរតែបានពិភាក្សាជាមួយអ្នកចេញវេជ្ជបញ្ជារបស់អ្នក។

ភាពសម្ងាត់

ភាពសម្ងាត់នៃព័ត៌មានដែលអ្នកបានផ្តល់ទៅឲ្យវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នក ឬគិលានុបដ្ឋាក ហើយព័ត៌មានដែលគេបានកត់ត្រានៅលើទម្រង់បែបបទ របស់រដ្ឋាភិបាល ត្រូវបានការពារដោយច្បាប់។ ព័ត៌មានអាចត្រូវបានផ្សព្វផ្សាយទៅវេជ្ជបណ្ឌិត ឬឱសថការី ក្នុងគោលបំណងសម្របសម្រួល ការព្យាបាលរបស់អ្នក និងជានាំឲ្យបាននូវការចេញវេជ្ជបញ្ជាមានសុវត្ថិភាព។ ព័ត៌មានអាចចែកចាយផងដែរជាមួយឱសថការី ប្រសិនបើអ្នកមានសិទ្ធិទទួលបានការឧបត្ថម្ភលើការផ្តល់ថ្នាំពេទ្យ ឬផ្សេងពីនេះ នៅពេលដែលច្បាប់តម្រូវឲ្យមានព័ត៌មានរបស់អ្នក។

អ្នកមានសិទ្ធិដើម្បីចូលមើលព័ត៌មាននេះ។ ព័ត៌មានបន្ថែមអំពីក្រសួងសុខាភិបាល និងសេវាកម្មមនុស្សសាស្រ្ត, ច្បាប់កំណត់ត្រាសុខភាព ឆ្នាំ២០០១ ហើយនិងបទបញ្ញត្តិស្តីពីសិទ្ធិឯកជនផ្សេងទៀត អាចចូលមើលបានតាមគេហទំព័ររបស់ក្រសួងនៅត្រង់ www.health.vic.gov.au/privstat.htm

ការចូលមើលកំណត់ត្រាដែលបានរក្សាទុកដោយក្រសួងសុខាភិបាល និងសេវាកម្មមនុស្សសាស្រ្ត អាចធ្វើបានដោយដាក់សំណើសិទ្ធិសេរីភាព ក្នុងការទទួលបានព័ត៌មានទៅ៖

Freedom of Information Team
Department of Health and Human Services
GPO Box 4057
Melbourne 3001

អត្ថប្រយោជន៍នៃការព្យាបាលដោយប្រើថ្នាំ methadone

មានអត្ថប្រយោជន៍ចម្បងដែលទទួលបានដោយបន្តលេបថ្នាំ methadone ក៏ប៉ុន្តែមានបញ្ហាមួយចំនួនដែរចដែលអ្នកត្រូវពិចារណាដោយប្រុង ប្រយ័ត្ន។ អត្ថប្រយោជន៍ទាំងពីរមានរាយខាងក្រោមនេះ។

អត្ថប្រយោជន៍នៃការព្យាបាលដោយប្រើថ្នាំ methadone

- ពេលណាអ្នកលេបថ្នាំក្នុងកម្រិតត្រឹមត្រូវ ការព្យាបាលដោយប្រើថ្នាំ methadone នឹងការពារចំណង់ក្នុងការប្រើថ្នាំញៀន opioid ដែលបង្កបញ្ហាដល់អ្នក ហើយជៀសវាងពីការប្រើដែលអត់មិនបាន។
- វាធ្វើឲ្យអ្នកមានស្ថិរភាពដើម្បីឲ្យអ្នកលែងចំណាយពេលវេលារបស់អ្នកក្នុងការស្វែងរក និងប្រើថ្នាំញៀន។
- វាអាចចំណាយអស់ប្រាក់តិចជាងការឧបត្ថម្ភលើការប្រើថ្នាំញៀនដែលបង្កបញ្ហានេះ។
- វាអាចជួយអ្នកនាំទៅកាន់ការរស់នៅដែលមានសុខភាពល្អ។
- ប្រសិនបើអ្នកចាក់ថ្នាំ វាកាត់បន្ថយគ្រោះថ្នាក់នៃការឆ្លងរោគ HIV - ជំងឺអេដស៍ ជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ B និង C ដោយព្រោះថាអ្នកនឹងមិន ត្រូវការចាក់ថ្នាំទេ។
- វាធ្វើឲ្យអ្នកគ្រប់គ្រងការបញ្ឈប់ការប្រើលើកដំបូង ដោយមានអាការៈមិនស្រួលខ្លួនតិចតួច។
- វាបំបាត់តម្រូវការប្រព្រឹត្តបទឧក្រិដ្ឋកម្មសម្រាប់អស់អ្នកដែលប្រើគ្រឿងញៀនខុសច្បាប់។

បញ្ហានានាដែលត្រូវពិចារណា

- អ្នកត្រូវប្តេជ្ញាចិត្តដើម្បីលេបថ្នាំជារៀងរាល់ថ្ងៃ។
- ការធ្វើដំណើរ ឬពេលឈប់សម្រាកអាចមានការលំបាក ហើយត្រូវធ្វើការរៀបចំឲ្យបានល្អទុកជាមុន។
- អ្នកមិនទទួលផលប៉ះពាល់នៃការបំពុលបណ្តាលមកពីកម្រិតថ្នាំ methadone របស់អ្នកឡើយ។
- មានផលប៉ះពាល់បន្ទាប់បន្សំ (មើលផលប៉ះពាល់បន្ទាប់បន្សំ នៅទំព័រ 7)។
- ថ្នាំ methadone គឺជាថ្នាំញៀន opioid ដូច្នេះអ្នកនៅតែពឹងផ្អែកលើថ្នាំញៀន opioid នេះដដែល ខណៈកំពុងប្រើថ្នាំ methadone។
- ថ្នាំ methadone គឺជាថ្នាំខ្លាំង ហើយអាចមានគ្រោះថ្នាក់ ប្រសិនបើប្រើមិនបានត្រឹមត្រូវ។

ថ្នាំ methadone មិនមែនសម្រាប់មនុស្សគ្រប់រូបទេ។ មនុស្សមួយចំនួនអាចត្រូវសមនឹងការព្យាបាលជាមួយថ្នាំផ្សេងទៀត (សូមមើល ការព្យា បាលផ្សេងទៀត នៅទំព័រ 20)។ អ្នកផ្សេងទៀតចូលចិត្តកម្មវិធី ឬការបន្សាបជាតិពុលនៅក្នុងរាងកាយតាមលំនៅដ្ឋាន។ អ្នកអាចស្វែងយល់ បន្ថែមអំពីជម្រើសផ្សេងៗលើការព្យាបាលក្រៅពីថ្នាំ methadone ដោយពិគ្រោះជាមួយវេជ្ជបណ្ឌិត គិលានុបដ្ឋាក អ្នកផ្តល់ប្រឹក្សា ឱសថការីរបស់អ្នក ដោយទូរស័ព្ទទៅ DirectLine (សូមមើលផ្នែក ព័ត៌មានសម្រាប់ទំនាក់ទំនង នៅចុងកូនសៀវភៅនេះ)។

Methadone: វាជាថ្នាំញៀន

Methadone គឺជាថ្នាំញៀន opioid ដូច្នេះហើយគេអាចប្រើវាជំនួសថ្នាំញៀន opioid ដែលបង្កបញ្ហាដល់អ្នក។ ទោះជាយ៉ាងណាក្តី ថ្នាំ methadone វាខុសគ្នាតាមលក្ខណៈដូចខាងក្រោមនេះ។

អំឡុងពេល

Methadone គឺជាថ្នាំមានប្រសិទ្ធិភាពយូរជាងថ្នាំញៀន opioid ភាគច្រើនផ្សេងទៀត។ ថ្នាំ methadone មួយកម្រិតមានប្រសិទ្ធភាព ប្រហែលជា២៤ម៉ោង ដែលត្រូវបានអនុញ្ញាតឲ្យលេបម្តង ក្នុងមួយថ្ងៃ។ អ្នកប្រើថ្នាំ ទទួលអារម្មណ៍ដឹងពីផលប៉ះពាល់នៃថ្នាំ methadone ក្នុងរយៈពេលប្រហែលជាមួយម៉ោងក្រោយពីបានលេបថ្នាំ ក៏ប៉ុន្តែគេទទួលអារម្មណ៍ដឹងពីផលប៉ះពាល់ខ្លាំងនៃថ្នាំនេះក្នុងរយៈពេល៣-៨ម៉ោង បន្ទាប់ពីបានលេបថ្នាំ។

ការប្រើថ្នាំ

Methadone គឺជាថ្នាំលេបក្នុងសណ្ឋានរាវ។

ច្បាប់

គេអាចរកបានថ្នាំ methadone ដោយស្របច្បាប់តាមវេជ្ជបញ្ជា គឺឲ្យតែអ្នកចេញវេជ្ជបញ្ជាបានទទួលលិខិតអនុញ្ញាតជាមុនពីក្រសួង សុខាភិបាល និងសេវាកម្មមនុស្សសាស្ត្រ រដ្ឋវិចតូរីយ៉ា។

ការចំណាយ

ឱសថស្ថានសហគមន៍ និងសេវាអ្នកជំនាញថ្នាំ methadone នឹងគិតថ្លៃថ្នាំពីអ្នកទៅតាមកម្រិតថ្នាំប្រើ ឬចំនួនសប្តាហ៍នៃការការប្រើថ្នាំ។

ការបញ្ឈប់ការប្រើថ្នាំ

ថ្នាំ methadone គឺជាថ្នាំញៀន ដូចថ្នាំញៀន opioid ផ្សេងទៀតដែរ ហើយនៅពេលដែលអ្នកឈប់ប្រើថ្នាំ methadone អ្នកនឹងមានរោគ សញ្ញាថមថយ - ថ្វីដ្បិតតែភាគច្រើននឹងអាស្រ័យលើរបៀបដែលអ្នកឈប់ប្រើថ្នាំ methadone។ ដោយបន្តការប្រើថ្នាំ methadone អ្នក ប្រហែលជាត្រូវគ្រប់គ្រងការពឹងផ្អែកលើថ្នាំញៀន opioid របស់អ្នក ក៏ប៉ុន្តែអ្នកនឹងនៅតែពឹងផ្អែករហូតទាល់តែអ្នកឈប់ប្រើថ្នាំ methadone និងថ្នាំផ្សេងទៀត។ ដោយហេតុថាថ្នាំ methadone គឺជាថ្នាំដែលមានឥទ្ធិពលយូរ ដូច្នេះរោគសញ្ញាថមថយវាមានរយៈពេលយូរជាងការឈប់ ប្រើថ្នាំញៀន heroin ក៏ប៉ុន្តែករណីនេះគេអាចត្រូវបានគ្រប់គ្រងវាបានដើម្បីជៀសវាងអាការៈមិនស្រួលខ្លួនច្រើនពេក (សូមមើលទំព័រ 15 ការឈប់ប្រើថ្នាំ *methadone*)។

កម្រិតថ្នាំប្រើ

ថ្នាំ methadone ត្រូវបានចេញវេជ្ជបញ្ជាក្នុងកម្រិតថ្នាំខុសៗគ្នា យោងតាមសេចក្តីត្រូវការរបស់បុគ្គល។ មនុស្សមួយចំនួនត្រូវការកម្រិតថ្នាំខ្ពស់ (លើសពី៨០មីលីក្រាម) ចំណែកអ្នកផ្សេងទៀតមានអារម្មណ៍ស្រួលខ្លួនជាមួយកម្រិតថ្នាំទាប (ក្រោម៤០មីលីក្រាម)។ ភស្តុតាងបង្ហាញថា មនុស្សភាគច្រើនត្រូវការថ្នាំ methadone កម្រិត៦០មីលីក្រាម ឬច្រើនជាងនេះរៀងរាល់ថ្ងៃ ដើម្បីសម្រេចបាននូវគោលដៅរបស់ខ្លួនក្នុងការ គ្រប់គ្រងបញ្ហាជាមួយនឹងការពឹងផ្អែក និងការប្រើលើសកម្រិតនៃថ្នាំញៀន opioid។

ផលប៉ះពាល់នៃថ្នាំ methadone

មនុស្សជាច្រើនដែលប្រើថ្នាំ methadone នឹងមានរោគសញ្ញាមួយចំនួនដែលខ្លួនមិនចង់បាន ក្នុងអំឡុងពេលព្យាបាលរបស់ពួកគេ។ ជាទូទៅ រោគសញ្ញាទាំងនេះបង្កឡើងដោយកម្រិតថ្នាំ methadone ទាបពេក ខ្ពស់ពេក ឬដោយសារតែផលប៉ះពាល់ផ្សេងទៀតនៃថ្នាំ។

- រោគសញ្ញានៃកម្រិតថ្នាំ methadone ទាបពេក គឺជារោគសញ្ញានៃការឈប់ប្រើថ្នាំញៀន opioid៖ ហៀរសំបោរ អាការៈរមួលពោះ អាការៈចង់ ក្អួត ការក្អួតចង្អោរ រាករូស ឈឺខ្នង និងសន្លាក់ បែកញើស មានអារម្មណ៍ឆាប់ខឹង និងការមានចំណង់ចង់លេបថ្នាំ។
- រោគសញ្ញានៃកម្រិតថ្នាំ methadone ខ្ពស់ពេក គឺមានអាការៈងងុយគេង ងុយងោក អាការៈចង់ក្អួត និងការក្អួតចង្អោរ ដកដង្ហើមរាក់ ការរួមតូចនៃប្រស្រីភ្នែក ការធ្លាក់ចុះសម្ពាធឈាម វិលមុខ និងការមិនមានចំណង់អាហារ។ ចំពោះព័ត៌មានលម្អិត សូមមើលទំព័រ 19 ការប្រើថ្នាំលើសកម្រិត។

រោគសញ្ញាទាំងនេះអាចកែសម្រួលបានដោយកែតម្រូវកម្រិតថ្នាំ - ដូច្នេះ សូមប្រាប់អ្នកចេញវេជ្ជបញ្ជា ឬឱសថការីរបស់អ្នកភ្លាម ប្រសិនបើអ្នក កំពុងមានរោគសញ្ញាទាំងនេះ។

ថ្នាំ methadone ក៏អាចមានផលប៉ះពាល់ដែរ ដែលអាចមិនទាក់ទិននឹងកម្រិតថ្នាំប្រើ។ មិនមែនមនុស្សគ្រប់គ្នាទទួលផលប៉ះពាល់ពីថ្នាំ methadone ទេ ក៏ប៉ុន្តែវាជារឿងធម្មតាដែលអ្នកប្រើថ្នាំមានផលប៉ះពាល់មួយ ឬពីរដូចខាងក្រោម៖

- ការបែកញើសកាន់តែញឹកញាប់ ជាពិសេសនៅពេលយប់។
- ការទល់លាមក គឺជារឿងធម្មតា ពីព្រោះវាកើតឡើងជាមួយថ្នាំញៀន opioid ទាំងអស់។ សូមផឹកទឹកឲ្យបានច្រើន ហើយបរិភោគផ្លែឈើ បន្លែ និងផលិតផលធ្វើពីម្សៅសាលី និងកន្ទក់ឲ្យបានច្រើន។ ធ្វើលំហាត់ប្រាណឲ្យបានច្រើន។
- អាចមានការឈឺសាច់ដុំ និងសន្លាក់ សូម្បីតែនៅពេលកម្រិតថ្នាំ methadone មានគ្រប់គ្រាន់ក៏ដោយ។ មនុស្សមួយចំនួនបានរាយការណ៍ពី អាការៈឈឺ និងឈឺចាប់ប្រភេទនៃជំងឺឈឺសន្លាក់ឆ្អឹងនៅពេលផ្សេងៗ។
- មានចំណង់ផ្លូវភេទទាបជាមួយនឹងការប្រើប្រាស់ថ្នាំញៀន opioid ណាមួយរួមទាំងថ្នាំ methadone និងថ្នាំញៀន heroin។ ទោះជាយ៉ាង ណាក្តី អាការៈនេះអាចថយចុះ។
- មនុស្សមួយចំនួនអាចកើតមានកន្ទួលស្បែក និងរមាស់ ក៏ប៉ុន្តែជាធម្មតានឹងជាបាត់ទៅវិញ។
- ការសណ្តំ (ឧទាហរណ៍ ងងុយគេង ជាពិសេសភ្លាមៗបន្ទាប់ពីលេបថ្នាំ)។ អាការៈនេះ ជាធម្មតាថយចុះក្នុងរយៈពេលប្រហែលមួយសប្តាហ៍ ក៏ប៉ុន្តែកម្រិតថ្នាំនេះអាចត្រូវការកែប្រែ។
- ការគាំងជាតិទឹកក្នុងខ្លួនបណ្តាលឲ្យហើម ឬ ‘អាការៈហើម’ ដៃ ឬជើង។
- ការបាត់បង់ចំណង់អាហារ អាការៈចង់ក្អួត និងក្អួតចង្អោរអាចកើតមានឡើង ក៏ប៉ុន្តែជាធម្មតានឹងបាត់ទៅវិញយ៉ាងឆាប់រហ័ស។

- ការឈឺពោះ (រមួល) អាចកើតមានឡើង ក៏ប៉ុន្តែជាធម្មតានឹងបាត់ទៅវិញយ៉ាងឆាប់រហ័ស។ រោគសញ្ញាមួយចំនួនងាយនឹងយល់ច្រឡំថាជា រោគសញ្ញាថមថយ ឬលក្ខណៈវេជ្ជសាស្ត្រផ្សេងទៀត ដូច្នេះអ្នកគួរពិគ្រោះជាមួយអ្នកចេញវេជ្ជបញ្ជា ឬឱសថការីរបស់អ្នក ប្រសិនបើកើត មានរោគសញ្ញាទាំងនេះ។

បញ្ហាផ្សេងទៀតដែលអាចកើតឡើង រួមមាន៖

- ធ្មេញពុក - ថ្នាំ methadone ដូចគ្នានឹងថ្នាំញៀន opioid ទាំងអស់ដែរ វាកាត់បន្ថយការផលិតទឹកមាត់ ។ ទឹកមាត់មានភ្នាក់ងារប្រឆាំងនឹង បាក់តេរីដែលជួយការពារការខូចធ្មេញ និងអញ្ចាញធ្មេញ។ របបអាហារមិនល្អ ឬមិនទៀងទាត់ និងការថែទាំសុខភាពមាត់ធ្មេញមិនបានគ្រប់ គ្រាន់ ក៏រួមចំណែកដល់ធ្មេញពុកដែរ។ ការដុសធ្មេញទៀងទាត់ និងការទំពារស្ករកៅស៊ូគ្មានជាតិស្ករ អាចការពារធ្មេញពុក។
- ការផ្លាស់ប្តូររដូវស្ត្រីភេទ (ការចេញរដូវ) ស្ត្រីជាច្រើនមានរដូវមិនទៀងទាត់នៅពេលពួកគេបានប្រើថ្នាំញៀន heroin ឬថ្នាំញៀន opioid ផ្សេងទៀត។ ចំពោះស្ត្រីមួយចំនួន វដ្តរដូវរបស់ស្ត្រីត្រឡប់ទៅធម្មតាវិញក្នុងអំឡុងពេលព្យាបាលដោយថ្នាំ methadone ចំណែកឯស្ត្រីមួយ ចំនួនទៀត បន្តមានរដូវមិនទៀងទាត់ ខណៈប្រើថ្នាំ methadone។ នៅពេលចាប់ផ្តើមកម្មវិធីប្រើថ្នាំ methadone វាជាការសំខាន់ដែល ត្រូវគិតអំពីការបង្ការកុំឲ្យមានកូន ដោយហេតុថាអ្នកអាចចាប់ផ្តើមមានរដូវជាថ្មីម្តងទៀត ហើយមានការប្រឈមគ្រោះថ្នាក់នៃការមានផ្ទៃ ពោះ។

ក្នុងរយៈពេលវែង ថ្នាំ methadone មិនទំនងជាបង្កបញ្ហាសុខភាពធ្ងន់ធ្ងរណាមួយឡើយ។ ផលប៉ះពាល់ទាំងអស់គួរតែបាត់ទៅវិញ នៅពេលអ្នក ឈប់ប្រើថ្នាំ methadone។

អន្តរកម្មជាមួយថ្នាំផ្សេងទៀត

វាអាចមានគ្រោះថ្នាក់ពេលណាលាយថ្នាំ methadone ជាមួយថ្នាំផ្សេងទៀត ដោយគ្មានការត្រួតពិនិត្យផ្នែកវេជ្ជសាស្ត្រ។

វាអាចបណ្តាលឲ្យសន្លប់ និងស្លាប់។

មនុស្សគ្រប់រូបមានភាពខុសគ្នានឹងការស៊ាំ និងប្រតិកម្មចំពោះថ្នាំ។ ជាទូទៅ មនុស្សដឹងពីការស៊ាំរបស់ពួកគេ ក៏ប៉ុន្តែវាអាចជាការលំបាកក្នុងការ វិនិច្ឆ័យ ពេលណាប្រើថ្នាំញៀនផ្សេងៗគ្នាក្នុងពេលតែមួយ ។ ផលប៉ះពាល់នៃការប្រើថ្នាំញៀនជាច្រើន ខណៈបន្តលេបថ្នាំ methadone អាចធ្វើឲ្យមានគ្រោះថ្នាក់ដែលមិនអាចទាយទុកជាមុន។ (សូមមើល ការព្រមានអំពីការប្រើថ្នាំលើសកម្រិត ទំព័រ 19)។

កិច្ចការជាច្រើនអាចឆ្លោះឆ្លោយ ប្រសិនបើអ្នកបន្តប្រើថ្នាំញៀនដែលវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នកមិនបានដឹង (ការនេះរួមបញ្ចូលទាំងគ្រឿងស្រវឹង) ជាពិសេស នៅពេលចាប់ផ្តើមកម្មវិធីរបស់អ្នកគ្រាដំបូង។

- ថ្នាំ Methadone មានប្រសិទ្ធភាពតាមវិធីមួយចំនួន ខុសពីថ្នាំភាគច្រើនផ្សេងទៀត ដូច្នេះត្រូវចងចាំចំណុចខាងក្រោមនេះ៖
  - អ្នកមិនអាចមានអារម្មណ៍ដឹងពីផលប៉ះពាល់នៃថ្នាំ methadone ឡើយ រហូតដល់៦ ទៅ១០ម៉ោង បន្ទាប់ពីអ្នកបានលេបថ្នាំ។ កុំប្រើថ្នាំ ផ្សេងទៀតក្នុងរយៈពេលប៉ុន្មានម៉ោងបន្ទាប់ពីលេបថ្នាំរបស់អ្នក ដោយព្រោះអ្នកសន្មត់ថាថ្នាំ methadone ពុំមានប្រសិទ្ធភាព ។ ថ្នាំ methadone អាចចាប់ផ្តើមមានប្រសិទ្ធភាព ហើយអ្នកអាចទទួលប្រតិកម្មបណ្តាលមកពីការប្រើថ្នាំលើសកម្រិត។
  - ថ្នាំ methadone បង្កើតកាន់តែច្រើនឡើងនៅក្នុងប្រព័ន្ធរាងកាយរបស់អ្នក ប៉ុន្មានថ្ងៃដំបូងបន្ទាប់ពីចាប់ផ្តើមការព្យាបាល ដូច្នេះមិនត្រូវ ប្រើថ្នាំផ្សេងទៀតឡើយដោយសន្មត់ថាថ្នាំ methadone នឹងមានប្រសិទ្ធភាពថ្ងៃនេះ ដូចគ្នានឹងពីម្សិលមិញ។

  – ប្រសិនបើអ្នកបន្តប្រើថ្នាំញៀន opioid ផ្សេងទៀត អ្នកនឹងបង្កើតទម្លាប់ញៀនថ្នាំញៀន opioid ដូច្នេះថ្នាំ methadone របស់អ្នកនឹងមិនគ្រប់គ្រងចំណង់ ឬការប្រើដែលអត់មិនបាន។

- ថ្នាំ methadone គឺជាថ្នាំញៀន opioid ហើយដូចគ្នានឹងថ្នាំញៀន opioid ផ្សេងទៀតដែរ វាអាចមានគ្រោះថ្នាក់ ប្រសិនបើអ្នកលេប ចំនួនច្រើនពេក ឬប្រសិនបើអ្នកលាយវាជាមួយថ្នាំដទៃទៀត (ដូចជាគ្រឿងស្រវឹង ថ្នាំងងុយដេក ឬថ្នាំរម្ងាប់អារម្មណ៍។

ផលប៉ះពាល់នៃការលាយសារធាតុសណ្តំ និងថ្នាំមួយចំនួនជាមួយថ្នាំ methadone មានប្រសិទ្ធភាពសណ្តំ ហើយអាចមានគ្រោះថ្នាក់ដែល បណ្តាលឲ្យមានការប្រើថ្នាំលើសកម្រិត។ ករណីនេះ ត្រូវបានរៀបរាប់ដូចខាងក្រោមនេះ។

គ្រឿងស្រវឹង

- ការទទួលទានគ្រឿងស្រវឹងច្រើនក្នុងរយៈពេលខ្លី អាចធ្វើឲ្យអ្នកងងុយដេក ហើយប៉ះពាល់ដល់សមត្ថភាពរបស់អ្នកក្នុង ការបើកបរ។ គ្រឿង ស្រវឹង បង្កើនប្រសិទ្ធភាពនៃថ្នាំ methadone ហើយបង្កើនគ្រោះថ្នាក់នៃការប្រើថ្នាំលើសកម្រិត ជាពិសេសនៅពេលលាយជាមួយថ្នាំសណ្តំ។
- ការទទួលទានគ្រឿងស្រវឹងច្រើនក្នុងរយៈពេលមួយថ្ងៃ ឬច្រើនថ្ងៃ និងច្រើនសប្តាហ៍ ក៏អាចកាត់បន្ថយរយៈពេលនៃ ប្រសិទ្ធភាពថ្នាំ methadone ដែរ ដែលបណ្តាលឲ្យអ្នកមានអារម្មណ៍មានចំណង់ មុនពេលប្រើថ្នាំបន្ទាប់របស់អ្នក។

ថ្នាំសណ្តំ

ការប្រើថ្នាំរួមផ្សំជាមួយថ្នាំ methadone, Benzodiazepines (ថ្នាំរម្ងាប់អារម្មណ៍ និងថ្នាំងងុយដេកដែលត្រូវបាន ចេញវេជ្ជបញ្ជាទូទៅ ដូចជា ថ្នាំ Serepax, diazepam, Mogadon, Normison, alprazolam, Ativan, Hypnodorm ជាដើម និងថ្នាំប្រឆាំងជំងឺឆ្កួតជ្រូក Rivotril) ក៏អាចបង្កឲ្យមានអាការៈវិលមុខ ហើយក្នុងករណីខ្លះ សន្លប់ និងការប្រើថ្នាំលើសកម្រិត។ មិនគួរលេបថ្នាំទាំងនេះឡើយ ខណៈអ្នក កំពុងប្រើថ្នាំ methadone ដោយគ្មានការយល់ព្រមពីអ្នកចេញវេជ្ជបញ្ជារបស់អ្នក។

Opioids

Morphine, Pethidine, Oxycodone, Codeine

- ទាំងនេះគឺជាថ្នាំញៀន opioid ដូចគ្នានឹងថ្នាំញៀន heroin និងថ្នាំ methadone ដែរ។ ការប្រើថ្នាំទាំងនេះខណៈកំពុងប្រើថ្នាំ methadone អាចមានគ្រោះថ្នាក់ ដ្បិតអីថ្នាំទាំងនេះបង្កើនគ្រោះថ្នាក់នៃការប្រើថ្នាំលើសកម្រិត។

Heroin

- ថ្នាំញៀន Heroin និងថ្នាំ methadone ទាំងនេះគឺជាថ្នាំញៀន opioid ហើយពេលណាប្រើរួមគ្នា អាចបង្កើនគ្រោះថ្នាក់នៃការប្រើថ្នាំលើសកម្រិត។ ការនេះរឹតកាន់តែពិត ប្រសិនបើអ្នកប្រើប៉ុន្មានថ្ងៃដំបូងនៃការចាប់ផ្តើមកម្មវិធីប្រើថ្នាំ methadone។

ថ្នាំគ្រាប់ Physeptone

- ថ្នាំ methadone តែមួយមុខ អាចយកប្រើជាថ្នាំបំបាត់ការឈឺចាប់ខ្លាំង ហើយមានដាក់លក់តាមទីផ្សារនៅក្រោមម៉ាកថ្នាំឈ្មោះ 'Physeptone'។ មិនគួរលេបថ្នាំទាំងនេះឡើយ ខណៈអ្នកកំពុងចាប់ដំណើរការកម្មវិធីប្រើថ្នាំ methadone។

Dextropropoxyphene

នេះគឺជាថ្នាំស្ពឹក ឬថ្នាំបំបាត់ការឈឺចាប់ដែលមានចេញវេជ្ជបញ្ជា។ ក្នុងបរិមាណថ្នាំច្រើន ឬនៅពេលលេបថ្នាំជាមួយថ្នាំសង្កត់សកម្មភាពប្រព័ន្ធ សរសៃប្រសាទកណ្តាលផ្សេងទៀត ដូចជាគ្រឿងស្រវឹង ថ្នាំសណ្តំ និងថ្នាំញៀន opioid (រួមទាំងថ្នាំ methadone) អាចបណ្តាលឲ្យងងុយគេង សន្លប់ ពិបាកដកដង្ហើម និងការប្រើថ្នាំលើសកម្រិត។ ថ្នាំនេះមានដាក់លក់នៅតាមទីផ្សារក្រោមម៉ាកថ្នាំឈ្មោះ 'Doloxene' និង 'Digesic'។

Phenytoin

នេះគឺជាថ្នាំប្រឆាំងនឹងជំងឺប្រកាច់ដែលមានចេញវេជ្ជបញ្ជា ដែលគេប្រើជាទូទៅសម្រាប់ជំងឺឆ្កួតជ្រូក ហើយមានដាក់លក់នៅតាមទីផ្សារក្រោមម៉ាក ថ្នាំឈ្មោះ 'Dilantin'។ Phenytoin នឹងកាត់បន្ថយឥទ្ធិពលនៃថ្នាំ methadone ហើយអាចធ្វើឲ្យមានចំណង់ចង់ប្រើថ្នាំញៀន opioid ផ្សេង ទៀត។ សូមពិគ្រោះជាមួយអ្នកចេញវេជ្ជបញ្ជារបស់អ្នក។

ការព្យាបាលមេរោគ HIV - ជំងឺអេដស៍ និងជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ C ក៏អាចបណ្តាលឲ្យមានអន្តរកម្មមួយចំនួនដែរ ហើយគួរតែពិភាក្សាជាមួយ អ្នកចេញវេជ្ជបញ្ជារបស់អ្នក ។

ជាទូទៅ ប្រសិនបើអ្នកលេបថ្នាំណាមួយ សូមកុំរួញរាពិភាក្សាជាមួយអ្នកចេញវេជ្ជបញ្ជា និងឱសថការីរបស់អ្នក អំពីអន្តរកម្មណាមួយដែលអាច មានជាមួយថ្នាំ methadone។ ប្រសិនបើអ្នកនឹងទៅជួបវេជ្ជបណ្ឌិត គិលានុបដ្ឋាក ពេទ្យធ្មេញ ឬឱសថការីផ្សេងទៀត ឬទៅមន្ទីរពេទ្យ វាមានសារសំខាន់ណាស់ចំពោះសុវត្ថិភាពរបស់អ្នក ដែលត្រូវប្រាប់ពួកគេថាអ្នកកំពុងប្រើថ្នាំ methadone។

ការបើកបរ

ថ្នាំ methadone បង្កើនឥទ្ធិពលគ្រឿងស្រវឹង ហើយអាចបណ្ដាលឲ្យងងុយគេង។

ថ្នាំ Methadone អាចប៉ះពាល់ដល់សមត្ថភាពរបស់អ្នកក្នុងការបើកបររថយន្ត បើកបរគ្រឿងចក្រ ឬលេងកីឡា។

ការនេះគឺមានសារៈសំខាន់ ជាពិសេសក្នុងប៉ុន្មានសប្ដាហ៍ដំបូងនៃការព្យាបាល រហូតទាល់តែអ្នកមានស្ថិរភាពក្នុងការប្រើថ្នាំ ឬជួនកាលនៅពេល កម្រិតថ្នាំរបស់អ្នកកំពុងផ្លាស់ប្ដូរ។ អ្នកគួរជៀសវាងការបើកបរ ឬការបើកគ្រឿងចក្រធន់ធ្ងន់ ក្នុងអំឡុងពេលប្រើថ្នាំទាំងនេះ។

ប្រសិនបើអ្នកបើកបរ អ្នកអាចប្រឈមនឹងគ្រោះថ្នាក់នៃការដកហូតអាជ្ញាបណ្ណបើកបររបស់អ្នក ប្រសិនបើការបើកបររបស់អ្នកអន់ថយ។ ច្បាប់ សុវត្ថិភាពចរាចរណ៍តាមផ្លូវថ្នល់ ឆ្នាំ១៩៨៦ (ផ្នែកទី 49 បានធ្វើវិសោធនកម្មឆ្នាំ១៩៩០) អនុញ្ញាតឲ្យតុលាការដកហូតអាជ្ញាបណ្ណបើកបរ និងពិន័យ (ឬដាក់ពន្ធនាគារ) ជនដែលបើកបរក្រោមឥទ្ធិពលនៃគ្រឿងស្រវឹង ឬថ្នាំណាមួយ 'រហូតដល់កម្រិតមួយដែលមិនអាចគ្រប់គ្រង រថយន្តបានត្រឹមត្រូវ' ។

បច្ចុប្បន្ន ប៉ូលិសអាចបញ្ជាឲ្យធ្វើតេស្តឈាមជាកំហិត ជាពិសេសប្រសិនបើអ្នកកំពុងបើកបររថយន្តពាក់ព័ន្ធនឹងគ្រោះថ្នាក់ចរាចរណ៍ ហើយការធ្វើតេស្តទាំងនេះអាចគ្របដណ្ដប់លើថ្នាំជាច្រើនប្រភេទ រួមទាំងថ្នាំញៀន opioid (និងថ្នាំ methadone)។ ការបដិសេធមិនធ្វើតេស្តដង្ហើម ឬការធ្វើតេស្តឈាម គឺជាបទល្មើសមួយ។

គោលយោបាយធានារ៉ាប់រងរថយន្ត ជាញឹកញាប់ចែងយ៉ាងជាក់ច្បាស់អំពីគ្រោះថ្នាក់ចរាចរណ៍ ខណៈស្ថិតនៅក្រោមឥទ្ធិពលនៃគ្រឿងស្រវឹង ឬគ្រឿងញៀន។ ការទាមទារគ្រោះថ្នាក់ចរាចរណ៍អាចត្រូវបានបដិសេធ ប្រសិនបើក្រុមហ៊ុនធានារ៉ាប់រងជឿជាក់ថាការបើកបររបស់អ្នកត្រូវបាន ប៉ះពាល់នៅពេលមានគ្រោះថ្នាក់។ ការនេះមិនគួរជាបញ្ហាទេ ប្រសិនបើអ្នកកំពុងប្រើថ្នាំ methadone ក្នុងកម្រិតមានសុវត្ថិភាព។ ប្រសិនបើ រថយន្តដែលអ្នកកំពុងបើកបរមានការធានារ៉ាប់រង សូមអានគោលនយោបាយធានារ៉ាប់រងដោយយកចិត្តទុកដាក់។

ប្រព័ន្ធថ្នាំ methadone នៃរដ្ឋវិចតូរីយ៉ា

ក្រុមព្យាបាលរបស់អ្នក

ការព្យាបាលដោយប្រើថ្នាំ methadone អាចធ្វើឡើងដោយវេជ្ជបណ្ឌិតព្យាបាលជំងឺទូទៅ (GP) គិលានុបដ្ឋាកព្យាបាលរោគ (NP) ឬពីសេវា ព្យាបាលដោយគ្រូពេទ្យឯកទេស។ ប្រព័ន្ធព្យាបាលដោយប្រើថ្នាំ methadone របស់រដ្ឋវិចតូរីយ៉ា ផ្អែកលើការផ្តល់កម្រិតថ្នាំដែលបានត្រួតពិនិត្យ ជាទូទៅនៅតាមឱសថស្ថាន សហគមន៍ដែលឱសថការីមិនត្រឹមតែផ្តល់ជូនកម្រិតថ្នាំរបស់អ្នកទេ គឺថែមទាំងត្រូវពិនិត្យថាអ្នកបានលេបថ្នាំត្រឹម ត្រូវ។ សូមកត់ចំណាំថាឱសថស្ថានសហគមន៍ និងមជ្ឈមណ្ឌលព្យាបាល នឹងគិតថ្លៃសេវាអំពីអ្នក មានរួមទាំងថ្លៃសេវាផ្តល់កម្រិតថ្នាំ និងការផ្គត់ ផ្គង់ថ្នាំទាំងអស់ ហើយនិងការរក្សាកំណត់ត្រាដែលតម្រូវដោយច្បាប់។

ក្រុមព្យាបាលរបស់អ្នក រួមមានអ្នកចេញវេជ្ជបញ្ជា អ្នកផ្តល់ការប្រឹក្សា និងសេវាផ្តល់កម្រិតថ្នាំ។

- វេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នក ជាទូទៅទទួលខុសត្រូវចំពោះការព្យាបាលរបស់អ្នក និងការចេញវេជ្ជបញ្ជាសម្រាប់ការប្រើថ្នាំ methadone របស់អ្នក។
- អ្នកផ្តល់ការប្រឹក្សារបស់អ្នក ដែលជួនកាលមានអ្នកចេញវេជ្ជបញ្ជារបស់អ្នក នឹងនៅវង់ចាំជួបអ្នកដើម្បីពិភាក្សាពីបញ្ហាគោលដៅរបស់អ្នក និងអ្វីផ្សេងទៀតដែលមានសារសំខាន់ចំពោះអ្នក។
- ចំណុចទីតាំងផ្តល់កម្រិតថ្នាំរបស់អ្នក (នៅក្នុងករណីជាច្រើន នេះគឺជាឱសថស្ថានសហគមន៍ក្នុងតំបន់) ចេញវេជ្ជបញ្ជាកម្រិតថ្នាំពិតប្រាកដ ជូនអ្នក ហើយផ្តល់ជូនអ្នកជារៀងរាល់ថ្ងៃ។ ជាញឹកញាប់ ពួកគេមានឆន្ទៈពិភាក្សាបញ្ហាណាមួយជាមួយអ្នក។

ជាទូទៅ សេវាគ្រូពេទ្យឯកទេសផ្គត់ផ្គង់ថ្នាំ methadone ទទួលយកតែអតិថិជនដែលបញ្ជូនមកពីអ្នកចេញវេជ្ជបញ្ជាប៉ុណ្ណោះ។

ការចាប់ផ្តើម

១. អ្នកត្រូវធ្វើការទំនាក់ទំនងជាមួយសេវាព្យាបាល ឬ GP ដែលផ្តល់សេវាចេញវេជ្ជបញ្ជាថ្នាំ methadone។ DirectLine គឺជាសេវាផ្តល់ ការប្រឹក្សា និងបញ្ជូនតាមទូរស័ព្ទ២៤ម៉ោង ដែលអាចដាក់អ្នកភ្ជាប់ទំនាក់ទំនងជាមួយអ្នកចេញវេជ្ជបញ្ជាដែលនឹងវាយតម្លៃអ្នក។ អ្នកក៏ ប្រហែលជាត្រូវទាក់ទងជាមួយឱសថស្ថានក្នុងតំបន់ ដែលត្រូវបានអនុញ្ញាតឲ្យផ្តល់ជូនការចេញថ្នាំប្រើដោយមានការត្រួតពិនិត្យ។ ជាថ្មី ម្តងទៀត DirectLine អាចជួយ ហើយលេខទូរស័ព្ទរបស់ពួកគេមានដាក់បញ្ចូលនៅក្នុងផ្នែកព័ត៌មានសម្រាប់ទំនាក់ទំនង នៅចុងកូន សៀវភៅនេះ។

នៅអ្នកចុះទៅពិនិត្យពិគ្រោះជាលើកដំបូង អ្នកចេញវេជ្ជបញ្ជារបស់អ្នកនឹងវាយតម្លៃអ្នកដោយសួររកប្រវត្តិសុខភាពរបស់អ្នក ពិនិត្យអ្នក យកសំណាក ទឹកនោម និងឈាម ហើយបំពេញទម្រង់បែបបទរដ្ឋ។

២. ដើម្បីសុវត្ថិភាពផ្ទាល់ខ្លួនរបស់អ្នកវា ជាការសំខាន់ដែលត្រូវនិយាយដោយស្មោះត្រង់ និងទៀងត្រង់អំពីថ្នាំញៀនដែលអ្នកកំពុងប្រើ តើលេប ប៉ុន្មានដង និងអារម្មណ៍របស់អ្នក។ មនុស្សគ្រប់រូបមានលក្ខណៈខុសគ្នា ដូច្នេះអ្នកចេញវេជ្ជបញ្ជារបស់អ្នកត្រូវការចង់ដឹងអំពីស្ថានភាព និង រាងកាយរបស់អ្នក ក្នុងគោលបំណងដើម្បីវិនិច្ឆ័យពីតម្រូវការជាក់លាក់របស់អ្នកឲ្យបានកាន់តែច្បាស់។ ប្រសិនបើអ្នកមិនប្រាកដអំពីចាប់ ផ្តើមប្រើថ្នាំ methadone ទេ អ្នកត្រូវសួរអំពីជម្រើសព្យាបាលផ្សេងទៀត។

ជាទូទៅ វាត្រូវចំណាយពេលពីរបីថ្ងៃ មុនពេលអ្នកអាចទទួលបានកម្រិតដំបូងនៃថ្នាំ methadone របស់អ្នក។

៣. អ្នកចេញវេជ្ជបញ្ជារបស់អ្នក ត្រូវទទួលបានលិខិតអនុញ្ញាតជាផ្លូវការដើម្បីចេញវេជ្ជបញ្ជាថ្នាំ methadone សម្រាប់អ្នក ហើយផ្ញើវេជ្ជបញ្ជា និងរូបថតទៅឱសថស្ថាន មុនពេលអ្នកអាចទទួលបានកម្រិតដំបូងនៃថ្នាំរបស់អ្នក។ សេវាកម្មនាំសំបុត្រអាចបង្កើនល្បឿន ក៏ប៉ុន្តែត្រូវចំ ណាយប្រាក់ច្រើន។ ក្នុងករណីមួយចំនួន ដើម្បីសុវត្ថិភាពរបស់អ្នក អ្នកចេញវេជ្ជបញ្ជារបស់អ្នកអាចត្រូវរង់ចាំលទ្ធផលនៃការធ្វើតេស្តឈាម មុនពេលអនុញ្ញាតឲ្យអ្នកចាប់ផ្តើមប្រើថ្នាំ methadone។

៤. ការចាប់ផ្តើមប្រើកម្រិតថ្នាំ៖ វេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នកនឹងអនុញ្ញាតឲ្យអ្នកចាប់ផ្តើមប្រើកម្រិតថ្នាំ methadone ដោយផ្អែកលើថ្នាំដែលអ្នកបាន ប្រើប្រាស់ និងសុខភាពរាងកាយទូទៅរបស់អ្នក។ ដោយហេតុថាថ្នាំ methadone អាចបង្កឲ្យមានគ្រោះថ្នាក់ក្នុងករណីផ្តល់កម្រិតថ្នាំខ្ពស់ ពេក (សូមមើលទំព័រ 7 ផលប៉ះពាល់នៃថ្នាំ methadone ទំព័រ 17 ការព្រមានអំពីការប្រើថ្នាំលើសកម្រិត) ដើម្បីហេតុផលសុវត្ថិភាព កម្រិតថ្នាំចាប់ផ្តើមដំបូង គឺតែងមានកម្រិតទាប។

៥. ថ្នាំ methadone គឺជាថ្នាំញៀន៖ ថ្នាំ methadone គឺជាថ្នាំដែលមានប្រសិទ្ធភាពយូរ ពីព្រោះវាត្រូវការពីរបីថ្ងៃមុនពេលវាបង្កើតនៅក្នុងប្រព័ន្ធរាងកាយរបស់អ្នក។ កម្រិតថ្នាំមួយដង ឬពីរដងដំបូង ជាទូទៅមិនមានប្រសិទ្ធភាពពេញលេញទេ - ជាញឹកញាប់ វាត្រូវការពេលជាច្រើនថ្ងៃមុនពេលកម្រិតថ្នាំដែលអ្នកចាប់ផ្តើមដំបូង បានឈានដល់កម្រិតស្ថេរភាពនៅក្នុងរាងកាយរបស់អ្នក និងចាប់ផ្តើមមានប្រសិទ្ធភាព ពេញលេញ។

ថ្នាំ methadone មិនមានប្រសិទ្ធភាពពេញលេញជាច្រើនម៉ោងបន្ទាប់ពីបានលេប ដូច្នេះត្រូវអត់ធ្មត់ គ្រប់គ្រងចំណង់ចង់ប្រើថ្នាំញៀនផ្សេងទៀត ដើម្បីគ្រប់គ្រងរោគសញ្ញាថមថយ ឬគ្រប់គ្រងចំណង់ចង់ប្រើថ្នាំញៀន opioid ផ្សេងទៀត រហូតទាល់តែថ្នាំ methadone មានប្រសិទ្ធភាព ពេញលេញ។ ការនេះអាចត្រូវការពេលប្រហែលជា៣-៨ម៉ោង បន្ទាប់ពីអ្នកបានលេបថ្នាំនេះ។

ជាទូទៅ កម្រិតថ្នាំនេះត្រូវការកែសម្រួលក្នុងរយៈពេលប៉ុន្មានសប្តាហ៍ដំបូងនៃការព្យាបាល ការធ្វើដូច្នេះគឺដើម្បីកុំឲ្យអ្នកមានចំណង់ចង់ត្រឡប់ទៅ ការប្រើថ្នាំញៀន opioid វិញដែលអ្នកធ្លាប់បានប្រើ ហើយធ្វើឲ្យខ្លួនអ្នកមានប្រការឈមនឹងគ្រោះថ្នាក់នៃការប្រើប្រាស់ថ្នាំលើសកម្រិត ឬត្រឡប់ ទៅការប្រើថ្នាំញៀនវិញដែលមានបញ្ហា។

វាអាចចំណាយពេលច្រើនសប្តាហ៍ ដើម្បីឲ្យអ្នកមានអារម្មណ៍ស្រួលខ្លួនក្នុងការប្រើថ្នាំ methadone។

រយៈពេលចាប់ផ្តើមគឺមានសារសំខាន់ណាស់ ពីព្រោះរាងកាយរបស់អ្នកបានស៊ាំនឹងការប្រើថ្នាំ methadone។ ការងាររបស់អ្នកចេញវេជ្ជបញ្ជា របស់អ្នកគឺស្វែងរកកម្រិតថ្នាំត្រឹមត្រូវសម្រាប់អ្នក - កម្រិតថ្នាំដែលមានប្រសិទ្ធភាពសម្រាប់អ្នករយៈពេល២៤ម៉ោង ហើយកាត់បន្ថយចំណង់ចង់ប្រើថ្នាំញៀន opioid មានបញ្ហាដែលអ្នកធ្លាប់បានប្រើ។ ការទទួលបានកម្រិតថ្នាំត្រឹមត្រូវ អាស្រ័យលើអ្នកប្រាប់អ្នកចេញវេជ្ជបញ្ជារបស់អ្នកឲ្យ បានទៀងទាត់ពីអារម្មណ៍របស់អ្នក ហើយថាតើអ្នកកំពុងប្រើប្រាស់ថ្នាំញៀនផ្សេងទៀត (ឬគ្រឿងស្រវឹង និងថ្នាំគ្រាប់) ឬអត់។

ក្នុងអំឡុងពេលនេះ រោគសញ្ញាអាចកើតមានឡើង ដែលអាចបង្កឡើងដោយ៖

- មិនមានកម្រិតថ្នាំ methadone គ្រប់គ្រាន់ (ការឈប់ប្រើថ្នាំញៀន opioid)
- កម្រិតថ្នាំ methadone ច្រើនពេក
- ផលប៉ះពាល់នៃថ្នាំដទៃទៀត។

ឬ

- បញ្ហាសុខភាពដែលមិនពាក់ព័ន្ធ។

ក្នុងអំឡុងដំណាក់កាលចាប់ផ្តើមការព្យាបាល អ្នកគួរជួបពិគ្រោះជាមួយអ្នកចេញវេជ្ជបញ្ជារបស់អ្នកឲ្យបានទៀងទាត់។

ដើម្បីសុវត្ថិភាពរបស់អ្នក ក្នុងសប្តាហ៍ដំបូងអ្នកគួរជួបអ្នកចេញវេជ្ជបញ្ជារបស់អ្នកឲ្យបានច្រើនដង ហើយជាញឹកញាប់ក្នុងអំឡុងពេលប៉ុន្មាន សប្តាហ៍ដំបូង ដោយប្រាប់ពួកគេអំពីសុខភាពរបស់អ្នក។ ប្រសិនបើអ្នកមិនមានអារម្មណ៍ស្រួលខ្លួននៅពេលប្រើកម្រិតថ្នាំរបស់អ្នក ឬមានការ ព្រួយបារម្ភអំពីអ្វីមួយ អ្នកត្រូវលើកឡើងបញ្ហាទាំងនេះជាមួយអ្នកចេញវេជ្ជបញ្ជារបស់អ្នក។ ពួកគេគួរប្រាប់អ្នកពីអ្វីដែលត្រូវស្វែងកត់សម្គាល់ ជាពិសេសក្នុងរយៈពេលនេះ - អ្វីដែលប្រក្រតី និងអ្វីដែលខុសប្រក្រតី។

មានរឿងជាច្រើនអាចធ្លោះធ្លោយ ប្រសិនបើអ្នកបន្តប្រើថ្នាំញៀនដែលអ្នកចេញវេជ្ជបញ្ជារបស់អ្នកមិនបានដឹង (ហើយការនេះរួមមានគ្រឿង ស្រវឹង) ជាពិសេសនៅពេលចាប់ផ្តើមកម្មវិធីរបស់អ្នកលើកដំបូង។ ជាការសំខាន់ដែលអ្នកត្រូវជៀសវាងការប្រើថ្នាំញៀនផ្សេងទៀត ហើយត្រូវ និយាយការពិតអំពីការប្រើថ្នាំញៀនដទៃទៀត។ សូមមើលផ្នែកអំពីអន្តរកម្មជាមួយថ្នាំផ្សេងទៀត។

ទម្លាប់

ការព្យាបាលដោយប្រើថ្នាំ methadone ធ្វើឲ្យអ្នកមានការប្តេជ្ញាទៅឱសថស្ថាន ឬសេវាព្យាបាលជារៀងរាល់ថ្ងៃដើម្បីទទួលកម្រិតថ្នាំរបស់អ្នក។

អ្នកគួរទៅជួបអ្នកចេញវេជ្ជបញ្ជារបស់អ្នកឲ្យបានទៀងទាត់ ហើយពួកគេអាចរៀបចំការធ្វើតេស្តទឹកនោម។ ការធ្វើតេស្តនេះបង្ហាញឲ្យឃើញនូវថ្នាំ ញៀន opioid ណាមួយដែលអ្នកអាចកំពុងប្រើ រួមមានថ្នាំ methadone និងទាំងថ្នាំដទៃទៀត។

អ្នកក៏អាចជួបអ្នកផ្តល់ការប្រឹក្សារបស់អ្នកឲ្យបានទៀងទាត់ដែរ ទោះបីជានេះគឺជាជម្រើសមានក្នុងសេវាកម្មជាច្រើនក៏ដោយ។

ប្រសិនបើសេវាព្យាបាលជម្មតារបស់អ្នកគ្មានអ្នកផ្តល់ប្រឹក្សាទេ អ្នកអាចស្នើសុំអ្នកចេញវេជ្ជបញ្ជារបស់អ្នករៀបចំអ្នកផ្តល់ប្រឹក្សាម្នាក់សម្រាប់អ្នក ឬទូរស័ព្ទទៅ DirectLine លេខ 1800 888 236 ដើម្បីស្នើសុំការបញ្ជូន។

ការមានផ្ទៃពោះ

ការប្រើថ្នាំញៀន opioid ទោះជាថ្នាំញៀន opioid មានវេជ្ជបញ្ជាក៏ដោយ, ថ្នាំ codeine ដែលគ្មានវេជ្ជបញ្ជាដូចជាថ្នាំ Nurofen Plus ឬថ្នាំ ញៀន heroin ក្នុងអំឡុងពេលមានផ្ទៃពោះ ជាញឹកញាប់បណ្តាលឲ្យមានគ្រោះថ្នាក់ដល់ទាំងម្តាយមានផ្ទៃពោះ និងទារករបស់អ្នក។ កង្វះអាហារ រូបត្ថម្ភ និងសុខភាពមិនល្អ ការជក់បារីច្រើន និងការមិនទៅពិនិត្យផ្ទៃពោះមុនពេលសម្រាលកូន អាចបង្កើតបញ្ហាក្នុងការមានផ្ទៃពោះរបស់អ្នក។

ពេលណាអ្នកមានចំណង់ចង់ប្រើថ្នាំ ទារករបស់អ្នកក៏ចង់ប្រើដែរ។ រយៈពេលខ្លីនៃការឈប់ប្រើថ្នាំ ដែលជាញឹកញាប់កើតមានឡើងនៅពេលកំពុង ព្យាយាមរក្សាទម្លាប់ប្រើ heroin អាចប៉ះពាល់ដល់ទារករបស់អ្នក ហើយអាចបណ្តាលឲ្យមានការលូតលាស់មិនបានល្អ ការរលូតកូន ឬការឆ្លង ទន្លេមិនគ្រប់ខែ។

ការបន្តប្រើថ្នាំញៀន opioid ក្នុងអំឡុងពេលមានផ្ទៃពោះបណ្តាលឲ្យ៖

- ការឆ្លងទន្លេមិនគ្រប់ខែ៖ ២៥ភាគរយនៃទារកដែលកើតមុនខែខ្លាំង ទារកទាំងនេះត្រូវការថែទាំយ៉ាងយកចិត្តទុកដាក់នៅមន្ទីរពេទ្យ។
- ការលូតលាស់យឺត៖ ២០ភាគរយនៃទារកមានទម្ងន់មិនគ្រប់។
- រោគសញ្ញាថមថយ៖ ៩០ភាគរយនៃទារកកើតមានរោគសញ្ញាថមថយ (ការនេះគេហៅថា បណ្តុំរោគសញ្ញានៃការតមសម្រាប់ទារកទើប កើត) ហើយទារកជាច្រើនត្រូវការការថែទាំពិសេស ជាទូទៅនៅក្នុងមន្ទីរពេទ្យ។ ពួកគេក៏ត្រូវការថ្នាំព្យាបាលដែរ។

រោគសញ្ញាថមថយចំពោះទារកទាំងនេះ ជាទូទៅចាប់ផ្តើមក្នុងរយៈពេល៧២ម៉ោងក្រោយពេលកើត ក៏ប៉ុន្តែអាចចាប់ផ្តើមរហូតដល់ពីរសប្តាហ៍ បន្ទាប់ពីបានកើតមក។ រោគសញ្ញាទាំងនេះអាចមានរយៈពេលរហូតដល់ទៅប្រាំមួយខែ ក៏ប៉ុន្តែធ្ងន់ធ្ងរបំផុតក្នុងរយៈពេលបួនសប្តាហ៍ដំបូង។ ទារកចាប់ផ្តើមរសាប់រសល់ និងឆាប់ខឹង យំ ញ័រ មានបញ្ហាក្នុងការបៅដោះ និងលេប ហើយអាចរាករូស និងខ្វះជាតិទឹក។

ការរក្សាប្រើថ្នាំ methadone ជាញឹកញាប់ គឺជាឱកាសល្អបំផុតនៃការមានផ្ទៃពោះធម្មតា និងទារកដែលមានសុខភាពល្អ។

នេះគឺដោយសារតែ៖

- រយៈពេលមិនបានរំពឹងទុកនៃរោគសញ្ញាថមថយដែលមានគ្រោះថ្នាក់បំផុតចំពោះទារករបស់អ្នក មិនបានកើតឡើងខណៈអ្នកប្រើកម្រិតថ្នាំ ប្រចាំថ្ងៃយ៉ាងទៀងទាត់។
- របៀបរស់នៅរបស់អ្នកបានក្លាយជាទម្លាប់ទៀងទាត់ ដែលស្ត្រីជាច្រើនមានសុខភាពល្អ អាហារូបត្ថម្ភគ្រប់គ្រាន់ និងមិនសូវកើតមានភាពតាន តឹងក្នុងចិត្ត។
- សម្រាប់អ្នកប្រើថ្នាំញៀន heroin យកល្អត្រូវដឹងថាថ្នាំ methadone មិនបានកាត់បន្ថយអ្វីទាល់តែសោះ។

ម្តាយដែលរក្សាការប្រើថ្នាំ methadone មានស្ថេរភាពក្នុងការប្រើថ្នាំក្នុងអំឡុងពេលមានផ្ទៃពោះ ហើយការនេះនៅតែបន្តក្រោយពេលសម្រាលកូន។ ទារកដែលកើតមកមានម្តាយរក្សាការប្រើថ្នាំ methadone ក្នុងអំឡុងពេលមានផ្ទៃពោះ ជាទូទៅមានរោគសញ្ញាថមថយ ដែលជាញឹក ញាប់ត្រូវការការព្យាបាលនៅមន្ទីរពេទ្យ។ ជាសរុប ថ្នាំ methadone បណ្តាលឲ្យកើតមានបញ្ហាតិចតួចក្នុងអំឡុងពេលមានផ្ទៃពោះ ជាងការប្រើ ថ្នាំញៀន opioid ឬថ្នាំញៀន heroin ដែលមិនមែនជាលក្ខណៈវេជ្ជសាស្ត្រដែលបង្កបញ្ហា។

ការពិនិត្យជាញឹកញាប់ជាមួយវេជ្ជបណ្ឌិត ឬគិលានុបដ្ឋាករបស់អ្នកអំឡុងពេលមានផ្ទៃពោះ អាចជួយអ្នកថែរក្សាខ្លួនអ្នក និងទារករបស់អ្នក។

ការឈប់ទាំងស្រុងពីការប្រើថ្នាំឱសថ ថ្នាំញៀន opioid ឬថ្នាំញៀន heroin ដែលមានបញ្ហាក្នុងអំឡុងពេលមានផ្ទៃពោះ បណ្តាលឲ្យមានគ្រោះថ្នាក់នៃការឆ្លងទន្លេ មិនគ្រប់ខែ ឬទុក្ខព្រួយដល់ទារក។ វាជាការសំខាន់ដែលអ្នកព្យាយាមជៀសវាង ការឈប់ប្រើថ្នាំ methadone ក្នុងអំឡុង ពេលមានផ្ទៃពោះ ហើយពន្យារពេលឈប់ប្រើរហូតដល់យ៉ាងហោចណាស់បីខែ បន្ទាប់ពីទារករបស់អ្នកកើតមក។ អ្នកគួរបន្តប្រើថ្នាំ methadone ដែលធ្វើឲ្យអ្នកស្រួលខ្លួន ហើយកាត់បន្ថយការប្រើថ្នាំញៀន opioid ផ្សេងទៀត។

ការបំបៅដោះទារកទើបកើតត្រូវបានលើកទឹកចិត្តពីព្រោះថ្នាំ methadone តិចតួចណាស់បានឆ្លងកាត់ទឹកដោះ។ ផលប៉ះពាល់រយៈពេលវែង លើកូនរបស់ម្តាយដែលរក្សាការប្រើថ្នាំ methadone ហាក់ដូចជាមិនសម្គាល់ឃើញ ដោយសារការសិក្សាភាគច្រើនបង្ហាញថាសមត្ថភាពផ្លូវចិត្ត និងរាងកាយរបស់កុមារស្ថិតនៅក្នុងកម្រិតធម្មតា។

ប្រសិនបើអ្នកមានផ្ទៃពោះ អ្នកនឹងត្រូវបានផ្តល់អាទិភាពសម្រាប់ការព្យាបាលដោយប្រើថ្នាំ methadone ប្រសិនបើអ្នកត្រូវបានវាយតម្លៃថា សមរម្យនឹងទទួលថ្នាំនេះ។ ដូចគ្នានេះដែរ ប្រសិនបើដៃគូរបស់អ្នកកំពុងប្រើថ្នាំញៀន heroin សូមពិចារណាបន្តប្រើកម្មវិធីប្រើថ្នាំ methadone ជាមួយគ្នា ដោយហេតុថាកាន់តែពិបាកក្នុងការបញ្ឈប់ ប្រសិនបើអ្នកនៅតែបន្តប្រើខុសកម្រិត។

សម្រាប់ជំនួយ សូមទាក់ទងផ្នែកសេវាគ្រឿងស្រវឹង និងគ្រឿងញៀនរបស់មន្ទីរពេទ្យ Royal Women’s Hospital (WADS) តាមទូរស័ព្ទ លេខ 8345 3931។

មេរោគ HIV - ជំងឺអេដស៍ និងជំងឺរលាកថ្លើម

វ៉ាយរ៉ឹស HIV (ដែលបង្កជំងឺអេដស៍) និងវ៉ាយរ៉ឹសជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ B និង C (ដែលបង្កជំងឺរលាកថ្លើម) ជាញឹកញាប់ត្រូវបានចម្លងពី មនុស្សម្នាក់ ទៅមនុស្សម្នាក់ទៀតតាមរយៈការប្រើម្ជុលចាក់រួមគ្នា និងឧបករណ៍ចាក់ថ្នាំផ្សេងទៀតចំពោះអ្នកដែលចាក់ថ្នាំញៀន heroin ឬថ្នាំញៀន opioid ដែលមានចេញវេជ្ជបញ្ជា។

ការបន្តប្រើថ្នាំ methadone អនុញ្ញាតឲ្យមនុស្សកាន់តែងាយស្រួលជៀសវាងប្រើម្ជុលរួមគ្នា ដូច្នេះបង្កើនឱកាស ក្នុងការជៀសវាងការឆ្លងជំងឺ ទាំងនេះ។ ដូចមនុស្សគ្រប់រូបផ្សេងទៀត អ្នកក៏ត្រូវអនុវត្ត 'ការរួមភេទដែលមានសុវត្ថិភាព' ដែរ ដើម្បីកាត់បន្ថយការប្រឈមនឹងគ្រោះថ្នាក់នៃ ការឆ្លងមេរោគ HIV - ជំងឺអេដស៍ ឬជំងឺរលាកថ្លើម។ ការនេះរួមមានការប្រើស្រោមអនាម័យជានិច្ច។

ការធ្វើតេស្ត HIV - ជំងឺអេដស៍ និងជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ B និង C មិនមែនជាលក្ខខណ្ឌជាមុននៃការព្យាបាលដោយប្រើថ្នាំ methadone ទេ។ ការធ្វើតេស្តនេះគឺជាការស្ម័គ្រចិត្ត - អ្នកចេញវេជ្ជបញ្ជារបស់អ្នកអាចរៀបចំសម្រាប់ការធ្វើតេស្តនេះ រួមជាមួយនឹងការប្រឹក្សាយោបល់សមរម្យ។ ប្រសិនបើអ្នកសម្រេចចិត្តមិនធ្វើតេស្ត នេះនឹងមិនប៉ះពាល់ដល់ការបន្តប្រើថ្នាំ methadone របស់អ្នកទេ។

ប្រសិនបើអ្នកពឹងផ្អែកលើថ្នាំញៀន opioid ហើយមានផ្ទុកមេរោគ HIV អ្នកនឹងមានសិទ្ធិទទួលបានអាទិភាពកម្មវិធីប្រើថ្នាំ methadone ប្រសិនបើនេះគឺជាទម្រង់ល្អបំផុតនៃការព្យាបាលសម្រាប់អ្នក។ ភ័ស្តុតាងថ្មីៗបង្ហាញថាការព្យាបាលដោយប្រើថ្នាំ methadone អាចនាំឲ្យមាន ភាពប្រសើរឡើងនៃការឆ្លើយតបនៃប្រព័ន្ធភាពស៊ាំ ហើយជាទូទៅមានសុខភាពល្អប្រសើរសម្រាប់អ្នកប្រើថ្នាំញៀន heroin មានផ្ទុកមេរោគ HIV ឬអ្នកប្រើថ្នាំចាក់ឯទៀត។

ប្រសិនបើអ្នកមានផ្ទុកមេរោគជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ C ថ្នាំ methadone ក៏នឹងធ្វើឲ្យប្រសើរឡើងសុខភាពរបស់អ្នកដែរ។ អ្នកទំនងជាប្រើគ្រឿង ញៀនខុសច្បាប់ចំនួនតិចតួច មានរបបអាហារល្អប្រសើរជាងមុន សម្រាកបានច្រើន ហើយជាទូទៅមិនសូវមានភាពតានតឹងក្នុងចិត្ត។ កត្តាទាំង អស់នេះប្រហែលជាអាចជួយកាត់បន្ថយជំងឺដែលពាក់ព័ន្ធនឹងជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ C ។

មានប្រភេទថ្មីនៃការព្យាបាលជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ C ដែលអាចរកបានក្នុងពេលឥឡូវនេះ។ ចេញវេជ្ជបញ្ជារបស់អ្នក អាចផ្តល់ជូនការព្យាបាល ទាំងនេះសម្រាប់អ្នក ឬអ្នកអាចសួរអ្នកចេញវេជ្ជបញ្ជារបស់អ្នក ប្រសិនបើការព្យាបាលទាំងនេះអាចនឹងសាកសមសម្រាប់អ្នក។

ការឈប់សម្រាក ការធ្វើដំណើរកម្សាន្ត និងការយកថ្នាំតាមខ្លួន

នៅពេលចាប់ផ្តើមកម្មវិធីរបស់អ្នកជាលើកដំបូង អ្នកត្រូវទៅកាន់ចំណុចទីតាំងផ្តល់កម្រិតថ្នាំ methadone ជូនអ្នកជារៀងរាល់ថ្ងៃ។ ទៅតាម ពេលវេលា ការរៀបចំយកថ្នាំតាមខ្លួនអាចធ្វើទៅបាន - ការនេះមានន័យថា អ្នកអាចយកកម្រិតថ្នាំ methadone ទៅផ្ទះបានជាមុន។ ជាទូទៅ ការយកថ្នាំតាមខ្លួនពុំអាចធ្វើបានឡើយ ក្នុងរយៈពេលបីខែដំបូងដែលអ្នកកំពុងព្យាបាល ហើយបន្ទាប់ពីនោះ វេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នកត្រូវអនុវត្តការ វាយតម្លៃយ៉ាងហ្មត់ចត់អំពីភាពសមរម្យរបស់អ្នកដើម្បីទទួលបានថ្នាំយកតាមខ្លួន។ ការទទួលបានថ្នាំយកតាមខ្លួនមិនមែនជាសិទ្ធិទេ ហើយថ្នាំ ទាំងនេះអាចត្រូវបានអនុញ្ញាតតែក្នុងករណី ប្រសិនបើអ្នកបំពេញតាមលក្ខណៈវិនិច្ឆ័យមួយចំនួន ដែលបង្កើតឡើងដើម្បីធានាបាននូវសុវត្ថិភាព របស់អ្នក និងសុវត្ថិភាពរបស់អ្នកដទៃ។

អ្នកអាចឈប់សម្រាក ឬធ្វើដំណើរកម្សាន្ត ក៏ប៉ុន្តែទាំងអ្នក និងអ្នកចេញវេជ្ជបញ្ជារបស់អ្នកត្រូវផ្តល់ព័ត៌មានលម្អិតទុកមុន ជូនកាលប៉ុន្មានសប្តាហ៍ ជាមុន។ គេប្រហែលជាអាចរៀបចំទីតាំងទៅយកថ្នាំរបស់អ្នកអាច ដោយប្តូរទៅឱសថស្ថាននៅជិតកន្លែងដែលអ្នកនឹងស្នាក់នៅ។ ការនេះតម្រូវ ការជូនដំណឹងពីរ ទៅបីសប្តាហ៍នៅក្នុងរដ្ឋវិចតូរីយ៉ា។

សម្រាប់ការទៅលេងរដ្ឋផ្សេងទៀត នឹងតម្រូវឲ្យមានការជូនដំណឹងយ៉ាងហោចណាស់បីសប្តាហ៍មុន ដោយគ្មានការធានានូវភាពជោគជ័យ។ វេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នកអាចជម្រាបជូនអ្នកអំពីតម្រូវការធ្វើដំណើរក្នុងរដ្ឋ។ ការធ្វើដំណើរទៅក្រៅប្រទេសក្នុងបណ្តាប្រទេសជាច្រើន ប្រហែលជាពុំ អាចរៀបជូនបានឡើយ។ សេវាផ្គត់ផ្គង់ សម្រុះសម្រួល និងគាំទ្រការព្យាបលដោយឱសថ (PAMS) ប្រហែលជាអាចជួយដល់អតិថិជនដែល ធ្វើដំណើរទៅក្រៅប្រទេស (សូមមើល ព័ត៌មានសម្រាប់ទំនាក់ទំនង)។

ប្រសិនបើអ្នកត្រូវទៅមន្ទីរពេទ្យដើម្បីវះកាត់ ឬព្យាបាលអស់រយៈពេលជាងមួយថ្ងៃ វេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នកនឹងអាចរៀបចំសម្រាប់អ្នកទទួលបាន កម្រិតថ្នាំរបស់អ្នកនៅក្នុងមន្ទីរពេទ្យ។

ថ្នាំយកតាមខ្លួន។ ថ្នាំយកតាមខ្លួនមានគ្រោះថ្នាក់ខ្លាំងណាស់ចំពោះអ្នកដទៃ។ មិនត្រូវឲ្យថ្នាំរបស់អ្នកទៅអ្នកដទៃ ហើយមិនត្រូវប្រើកម្រិតថ្នាំដែល មិនស្គាល់ពីប្រសិទ្ធភាពរបស់វាឡើយ។ ប្រសិនបើអ្នកមានថ្នាំយកតាមខ្លួន សូមរក្សាទុកវាដោយសន្តិសុខ។

ពេលមិនបានប្រើត្រឹមត្រូវ ថ្នាំ methadone អាចបង្កគ្រោះថ្នាក់ធ្ងន់ធ្ងរ ឬថែមទាំងបណ្តាលឲ្យស្លាប់ទៀតផង។ ការិយាល័យតុលាការផ្នែក សពវិភាគនៃរដ្ឋវិចតូរីយ៉ា បានកំណត់ថាចាប់ពីឆ្នាំ២០១០ ដល់ឆ្នាំ២០១៣ មានពលរដ្ឋវិចតូរីយ៉ា១៤៧នាក់បានស្លាប់ ពាក់ព័ន្ធនឹងកម្រិតថ្នាំ methadone យកតាមខ្លួន (ក្នុងចំណោមអ្នកស្លាប់៨៩នាក់ បានលេបកម្រិតថ្នាំ methadone យកតាមខ្លួន ហើយក្នុងចំណោមអ្នកស្លាប់៥៨ នាក់ ម្នាក់បានលេបកម្រិតថ្នាំរបស់នរណាម្នាក់ផ្សេងទៀត)។ ក្តីបារម្ភគឺអំពីសុវត្ថិភាពជាមួយកម្រិតថ្នាំយកតាមខ្លួន ទាក់ទិននឹងអ្នកដែលទទួលខុស ត្រូវចំពោះកម្រិតថ្នាំយកតាមខ្លួន ដែលបានចេញវេជ្ជបញ្ជាឲ្យអ្នក ដើម្បីការពារសុវត្ថិភាពរបស់អ្នក និងអ្នកដទៃទៀត។

- ប្រសិនបើអ្នកមានកម្រិតថ្នាំយកតាមខ្លួន អ្នកគួររក្សាទុកវានៅក្នុងទូដែលមានសុវត្ថិភាព ឬចាក់សោគ្រប់ពេលវេលា ជានិច្ចដើម្បីសុវត្ថិភាព។ ពេលវេលាតែមួយគត់ដែលអ្នកគួរយកថ្នាំយកតាមខ្លួនចេញពីទូដែលមានសុវត្ថិភាព ឬចាក់សោ គឺភ្លាមមុនពេលអ្នកចាប់លេបថ្នាំ។
- កុំទុកថ្នាំយកតាមខ្លួន ដែលនរណាម្នាក់ផ្សេងទៀតអាចមើលឃើញ ឬអាចចូលយកថ្នាំទាំងនោះមកប្រើ (ឧទាហរណ៍ មិនត្រូវដាក់ក្នុងទូទឹក កក ក្នុងថង់ នៅលើធ្នើរ ឬលើតុក្នុងផ្ទះបាយ)។
- កុំរក្សាទុកថ្នាំយកតាមខ្លួនក្នុងទូទឹកកក។ មិនចាំបាច់រក្សាទុកថ្នាំទាំងនោះក្នុងទូទឹកកឡើយ ហើយ មិនគួររក្សាទុកនៅទីនោះទាល់តែសោះ ដោយហេតុថានរណាម្នាក់ផ្សេងទៀតអាចយកថ្នាំនេះប្រើ ឬកូនក្មេងយល់ច្រឡំថាវា ជាភេសជ្ជៈ។
- វាជាការសំខាន់ណាស់ដែលត្រូវរក្សាថ្នាំយកតាមខ្លួនឲ្យផុតពីដៃក្មេង។ កុមារអាចចាប់អារម្មណ៍លើថ្នាំ methadone ដោយយល់ច្រឡំថាវាជាភេសជ្ជៈ cordial។ ថ្នាំ methadone យកតាមខ្លួនត្រូវពង្រាវដល់២០០មីលីលីត្រ។ កុមារបានស្លាប់ដោយសារការផឹកថ្នាំ methadone របស់ឪពុកម្តាយខ្លួន។

ការឈប់ប្រើថ្នាំ methadone

បន្ទាប់ពីមួយរយៈ មនុស្សចាប់ផ្តើមគិតអំពីការឈប់ប្រើថ្នាំ methadone។ មិនមានការកំណត់ពេលដើម្បីធ្វើកិច្ចការនេះទេ។ និយាយជាទូទៅ វាមិនមានប្រយោជន៍ច្រើនទេក្នុងការឈប់ប្រើថ្នាំ methadone ប្រសិនបើអ្នកទំនងជានឹងត្រឡប់ទៅប្រើថ្នាំញៀន heroin និងថ្នាំញៀន heroin ក្នុងលក្ខណៈមិនមែនជាវេជ្ជសាស្ត្រ។ ការឈប់ប្រើថ្នាំ methadone ឆាប់ពេកអាចបំផ្លាញលទ្ធផលនៃការសម្រេចបានរយៈពេលប៉ុន្មាន ខែ ឬប៉ុន្មានឆ្នាំរបស់អ្នក។ សូមពិគ្រោះជាមួយអ្នកចេញវេជ្ជបញ្ជា ឬអ្នកផ្តល់ប្រឹក្សារបស់អ្នក អំពីពេលណាត្រូវឈប់ប្រើថ្នាំ methadone និងអ្វី ដែលពាក់ព័ន្ធនឹងការឈប់ប្រើថ្នាំ។

វិធីល្អបំផុតដើម្បីឈប់ប្រើថ្នាំ methadone គឺត្រូវកាត់បន្ថយកម្រិតថ្នាំរបស់អ្នកបណ្តើរៗរយៈពេលជាច្រើនខែ យោងតាមកម្រិតថ្នាំដែលអ្នកបាន ចាប់ផ្តើម។ ដោយការកាត់បន្ថយកម្រិតថ្នាំរបស់អ្នកជាបណ្តើរៗ អ្នកអនុញ្ញាតឲ្យរាងកាយរបស់អ្នកស៊ាំបន្តិចម្តងៗក្នុងការមានថ្នាំ methadone តិចតួចនៅក្នុងប្រព័ន្ធរាងកាយរបស់អ្នក។ ការនេះតម្រូវឲ្យមានការរៀបចំផែនការមួយចំនួន និងការទៅជួបអ្នកចេញវេជ្ជបញ្ជារបស់អ្នកជាប្រចាំ។ ប្រសិនបើអ្នកយល់ឃើញថាអ្នកមិនអាចកាត់បន្ថយកម្រិតថ្នាំទេ អ្នកត្រូវបង្កើន ឬបន្ថយមួយរយៈពេល ដើម្បីឲ្យរាងកាយរបស់អ្នកបានសម្រាក។ តាមវិធីនេះ មនុស្សភាគច្រើនយល់ឃើញថាពួកគេអាចឈប់ប្រើថ្នាំ methadone និងជៀសវាងត្រឡប់ទៅប្រើថ្នាំញៀន heroin វិញ។

មនុស្សមួយចំនួនយល់ឃើញថាការផ្ទេរពីថ្នាំ methadone ទៅថ្នាំ buprenorphine រួចមកឈប់ប្រើថ្នាំ buprenorphine មានអារម្មណ៍ ស្រួលខ្លួនជាងការឈប់ប្រើថ្នាំ methadone។ ការផ្ទេរនេះមិនអាចធ្វើឡើងពីកម្រិតខ្ពស់នៃថ្នាំ methadone បានឡើយ ដូច្នេះអ្នកនឹងត្រូវ ពិភាក្សាអំពីជម្រើសនេះជាមួយអ្នកចេញវេជ្ជបញ្ជារបស់អ្នក និងត្រូវត្រៀមខ្លួនអនុវត្តតាមដំណើរការរយៈពេលវែងដើម្បីទទួលបានជោគជ័យ។

ខណៈដែលអ្នកកំពុងលេបថ្នាំ methadone អ្នកនៅតែញៀនថ្នាំញៀន opioid ដូច្នេះ អ្នកអាចរំពឹងថានឹងមានរោគសញ្ញាថមថយនៅពេលអ្នក ឈប់ប្រើថ្នាំ methadone ក៏ប៉ុន្តែថ្នាំទាំងនេះអាចត្រូវបានគ្រប់គ្រងភាគច្រើន ប្រសិនបើបានគ្រប់គ្រងរោគសញ្ញាថមថយដោយប្រុងប្រយ័ត្ន។

រោគសញ្ញាទាំងនេះ គឺដូចគ្នានឹងការឈប់ប្រើថ្នាំញៀន opioid ណាមួយ រួមទាំងថ្នាំញៀន opioid និងថ្នាំញៀន heroin៖

- ហៀរសំបោរ ស្វាប ចេញទឹកភ្នែក
- អាការៈចង់ក្អួត បាត់បង់ចំណង់អាហារ ពេលខ្លះក្អួតចង្អោរ
- រាករូស
- ឈឺពោះ (រមួល)
- ភាពតានតឹងសាច់ដុំដែលបណ្តាលឲ្យឈឺក្បាល ឈឺខ្នង និងជើងរមួលក្រពើ
- ឈឺសន្លាក់
- បែកញើស
- ការរំខានដល់ដំណេក
- អារម្មណ៍ឆាប់ខឹង
- ចំណង់ opioid
- កង្វះថាមពល។

រោគសញ្ញាថមថយត្រូវបានបង្កឡើង ដោយរាងកាយរបស់អ្នកព្យាយាមទទួលការសុំនឹងការមិនមានគ្រឿងញៀនគ្រប់គ្រាន់ នៅក្នុងប្រព័ន្ធរាងកាយ អ្នក។ កាលណារាងកាយរបស់អ្នកធ្វើការផ្លាស់ប្តូរកាន់តែលឿន រោគសញ្ញាករឹតកាន់តែធ្ងន់ធ្ងរ ហើយអ្នកមានអារម្មណ៍កាន់តែមិនស្រួលខ្លួន។

ប្រសិនបើអ្នកពិតជាឈប់ប្រើថ្នាំ methadone ហើយមិនប្រើថ្នាំញៀន opioid ណាមួយ និងតមផងដែរនោះ អាចមានការកើនឡើងនូវការប្រឈមនឹងគ្រោះថ្នាក់នៃការលើសប្រើថ្នាំញៀន opioid លើសកម្រិត និងការស្លាប់ ប្រសិនបើអ្នកត្រឡប់ទៅប្រើថ្នាំញៀន opioid ណាមួយ លុះត្រាតែការចាប់ផ្តើមឡើងវិញ ត្រូវបានគ្រប់គ្រងដោយប្រុងប្រយ័ត្ន។

ការបញ្ឈប់ប្រើថ្នាំ methadone ភ្លាមៗ បណ្តាលឲ្យកើតរោគសញ្ញាធ្ងន់ធ្ងរ ជាពិសេសប្រសិនបើអ្នកប្រើកម្រិតថ្នាំ២០-៣០មីលីក្រាម។ អ្នកត្រូវ បានណែនាំថាមិនត្រូវព្យាយាមបញ្ឈប់កម្មវិធីប្រើថ្នាំ methadone ភ្លាមទេ ដោយហេតុថាអាការៈមិនស្រួលខ្លួន ធ្វើឲ្យមនុស្សភាគច្រើនព្យាយាម ត្រឡប់ទៅប្រើថ្នាំញៀន heroin វិញ។ ការកាត់បន្ថយលឿនពេក ក៏នឹងបណ្តាលឲ្យមានរោគសញ្ញាកាន់តែធ្ងន់ធ្ងរដែរ ហើយមនុស្សជាច្រើនយល់ ឃើញថាបញ្ហានេះកាន់តែពិបាកទប់ទល់ជាងការឈប់ប្រើថ្នាំញៀន heroin។

ការបញ្ចប់លើការកាត់បន្ថយប្រើថ្នាំ methadone របស់អ្នក មានន័យថាអ្នកលែងត្រូវទៅយកកម្រិតថ្នាំទៀត ហើយ ក៏ប៉ុន្តែអ្នកនៅតែអាចបន្តទៅ ជួបអ្នកចេញវេជ្ជបញ្ជា និង/ឬអ្នកផ្តល់ប្រឹក្សារបស់អ្នក ប្រសិនបើអ្នកចង់។ មនុស្សមួយចំនួនយល់ឃើញថា ក្នុងអំឡុងរយៈពេលក្រោយឈប់ប្រើថ្នាំ វាមានប្រយោជន៍ក្នុងការទៅជួបអ្នកចេញវេជ្ជបញ្ជា និង/ឬអ្នកផ្តល់ប្រឹក្សារបស់ពួកគេ ហើយមនុស្សជាច្រើនយល់ឃើញថា ការចូលរួមជាមួយក្រុម ជួយខ្លួនឯងបានផ្តល់ការគាំទ្រដ៏មានតម្លៃ។

ការបញ្ឈប់ការព្យាបាល

អ្នកត្រូវតែទៅយកកម្រិតថ្នាំរបស់អ្នកជារៀងរាល់ថ្ងៃ រក្សាការណាត់ជួបជាមួយអ្នកចេញវេជ្ជបញ្ជា និងអ្នកផ្តល់ប្រឹក្សារបស់អ្នក ហើយអនុវត្តតាម វិធានដែលបានកំណត់ឡើងរវាងអ្នក និងក្រុមព្យាបាលរបស់អ្នក។ វិធានណាមួយដូចខាងក្រោមនេះ អាចបណ្តាលឲ្យមានការបញ្ឈប់ការព្យាបាល របស់អ្នក៖

- អំពើហិង្សា ឬការគំរាមកំហែងដល់អតិថិជន ឬបុគ្គលិកឯទៀត
- ការលក់ថ្នាំញៀន
- ការបង្វែរ - ឧទាហរណ៍ លក់ថ្នាំរបស់អ្នក ឬផ្តល់ឲ្យ ឬចែកចាយទៅអ្នកដទៃទៀត
- ការខកខានលេបថ្នាំ (ប្រសិនបើអ្នកខកខានលេបថ្នាំបួនដងជាប់ៗគ្នា អ្នកនឹងមិនទទួលបានថ្នាំ methadone បន្ថែមទៀតទេដោយគ្មានការ វាយតម្លៃឡើងវិញពីវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នក)
- ការខកខានការណាត់ជួបជាមួយអ្នកចេញវេជ្ជបញ្ជារបស់អ្នក ម្តងហើយម្តងទៀត
- ការមិនបានបង់ថ្លៃថ្នាំ methadone របស់អ្នក។

ការលំបាក និងការធ្វើបណ្តឹងតវ៉ា

ប្រសិនបើអ្នកមានការលំបាកចំពោះចំណុចណាមួយនៃការព្យាបាលរបស់អ្នក អ្នកគួរពិគ្រោះជាមួយអ្នកចេញវេជ្ជបញ្ជា ឬក្រុមព្យាបាលរបស់អ្នក។ ប្រសិន បើវិធីនេះមិនមានប្រសិទ្ធភាពទេ សូមទាក់ទង PAMS។ នេះគឺជាសេវាក្នុងតំបន់ដែលមានទីតាំងស្ថិតនៅ Harm Reduction Victoria សម្រាប់អ្នកប្រើកម្មវិធីព្យាបាលដោយឱសថ ដូចជាថ្នាំ methadone, buprenorphine ឬ naltrexone។ PAMS ផ្តល់នូវជំនួយ ជាសម្ងាត់សម្រាប់អ្នកដែលជួបប្រទះបញ្ហាជាមួយនឹងកម្មវិធីរបស់ខ្លួន គេអាចជួយសម្រុះសម្រួលបញ្ហាដែលកើតឡើងរវាងអ្នកផ្តល់សេវា និងអតិថិជន។

អ្នកអាចទាក់ទងមក DirectLine បានដែរ តាមទូរស័ព្ទលេខ 1800 888 236។ DirectLine នឹងអាចពិភាក្សាពីបញ្ហានេះជាមួយអ្នក ហើយប្រសិនបើសមស្រប ជួយអ្នកក្នុងការរៀបចំផ្ទេរការព្យាបាលរបស់អ្នក ទៅអ្នកចេញវេជ្ជបញ្ជា ឱសថការី ឬអ្នកផ្តល់ប្រឹក្សាផ្សេងទៀត។

ប្រសិនបើអ្នកមានពាក្យបណ្តឹងតវ៉ាធ្ងន់ធ្ងរ អ្នកអាចទាក់ទងស្នងការសេវាសុខភាព តាមទូរស័ព្ទលេខ 1300 582 113។

ការព្រមានអំពីការប្រើថ្នាំ methadone លើសកម្រិត

គ្រោះថ្នាក់នៃការប្រើថ្នាំ methadone លើសកម្រិត គឺខ្ពស់បំផុត នៅពេលអ្នកចាប់ផ្តើមព្យាបាលលើកដំបូង ហើយអ្នក និងអ្នកចេញវេជ្ជបញ្ជា របស់អ្នក មិនទាន់បានរកឃើញកម្រិតថ្នាំត្រឹមត្រូវ ដើម្បីគ្រប់គ្រងរោគសញ្ញាថមថយ ឬកម្រិតថ្នាំដែលមានកម្រិតខ្ពស់។ មានការប្រឈមនឹងគ្រោះ ថ្នាក់នៃរោគសញ្ញាដែលព្យាបាលដោយខ្លួនឯង ជាមួយថ្នាំសណ្តំផ្សេងទៀត ឬការបន្តប្រើថ្នាំខុស ឬលាយថ្នាំ methadone របស់ពួកគេជាមួយ ថ្នាំញៀន opioid ផ្សេងទៀត ឬការបន្តប្រើប្រាស់ថ្នាំញៀន និង/ឬគ្រឿងស្រវឹងខុស។

គ្រោះថ្នាក់នៃការប្រើថ្នាំ methadone លើសកម្រិតនឹងកើនឡើង ប្រសិនបើអ្នកលាយថ្នាំ methadone ជាមួយថ្នាំញៀន ឬគ្រឿងស្រវឹង ដទៃទៀត។

ការប្រើថ្នាំញៀន opioid លើសកម្រិត អាចកើតមានឡើងមិនត្រឹមតែបណ្តាលមកពីថ្នាំញៀន opioid ច្រើនទេ (ថ្នាំយកចេញពីអាភៀន ឬថ្នាំសំយោគដែលមានប្រតិកម្មស្រដៀងគ្នា) នៅក្នុងប្រព័ន្ធរាងកាយរបស់អ្នក ជាងរាងកាយរបស់អ្នកអាចទប់ទល់ ក៏ប៉ុន្តែថែមទាំងបណ្តាលមកពីផល ប៉ះពាល់នៃការប្រើថ្នាំផ្សេងៗគ្នា ក្នុងពេលតែមួយ។ ដូចគ្នាដែលមនុស្សអាចមានជាតិពុលពីថ្នាំញៀន opioid និងថ្នាំញៀន heroin ដែលមាន ចេញវេជ្ជបញ្ជាដែរនោះ ប្រសិនបើគេប្រើច្រើនពេក ឬលាយវាជាមួយថ្នាំដទៃទៀត បញ្ហាដដែលនេះអាចកើតឡើងជាមួយនឹងថ្នាំ methadone។ ផលប៉ះពាល់នៃថ្នាំញៀន opioid ផ្សេង គ្នាកើនឡើងជាមួយគ្នានៅក្នុងន័យនៃគ្រោះថ្នាក់នៃការពុលធ្ងន់ធ្ងរ។ គ្រោះថ្នាក់ចម្បង នៃការប្រើថ្នាំញៀន opioid លើសកម្រិត គឺការកង្វះដង្ហើម។

ការកង្វះដង្ហើម បណ្តាលឲ្យដកដង្ហើមរាក់ យឺតៗ ហើយចរួមបញ្ចូលភាពទ្រោមស្វិតនៃផ្លូវដង្ហើមនៅក្នុងបំពង់ក ដែលស្ទះដល់ការដកដង្ហើម។ តាមវិធីណាមួយ វារាំងស្កាត់ខ្យល់អុកស៊ីហ្សែន មិនឲ្យទៅដល់សួតបានគ្រប់គ្រាន់ ដើម្បីផ្គត់ផ្គង់ដល់រាងកាយ និងខួរក្បាល។

ថ្នាំដែលធ្វើឲ្យថយចុះប្រព័ន្ធប្រសាទ (ដូចជាគ្រឿងស្រវឹង ថ្នាំសណ្តំ និងថ្នាំរម្ងាប់អារម្មណ៍ ថ្នាំបន្ថយទុក្ខព្រួយមួយចំនួន ថ្នាំញៀន opioid និងថ្នាំបំបាត់ការឈឺចាប់ផ្សេងទៀត) សុទ្ធតែអាចគួបផ្សំផលប៉ះពាល់នៅពេលលេបជាមួយថ្នាំ methadone ហើយបង្កើនគ្រោះថ្នាក់នៃការប្រើ ថ្នាំលើសកម្រិតបណ្តាលឲ្យមានអាការៈងងុយគេង សន្លប់ កង្វះដង្ហើម ហើយទីបំផុតស្លាប់។

គ្រោះថ្នាក់នៃការពុលធ្ងន់ធ្ងរក៏អាចកើនឡើងដែរនៅពេលអ្នកមានជំងឺថ្លើម ឬជំងឺតម្រងនោម ដូចជាជំងឺរលាកថ្លើម ដោយសារតែថ្នាំត្រូវបានលាង សម្អាតពីឈាមរបស់អ្នក នៅក្នុងកម្រិតយឺតជាងធម្មតា។

ផលប៉ះពាល់នៃថ្នាំ methadone កម្រិតខ្ពស់ពេក និងជាតិពុល រួមមាន៖

- និយាយយឺត ឬនិយាយឡូលៗជាប់គ្នារដឹក
- ចលនាយឺត
- ដើរមិននឹង
- មិនអាចគ្រប់គ្រងលំនឹង វិលមុខ ងងុយគេង និងងុយងោក
- អាការៈចង់ក្អួត និងក្អួតចង្អោរ។

ក្នុងអំឡុងពេលគេង ជាតិពុលធ្ងន់ធ្ងរអាចកើតឡើងនៅទីកន្លែងដែលបុគ្គលនេះស្ថិតនៅ រួមមាន៖

- មានដង្ហើមរាក់
- ដឹងខ្លួនមិនទាន់ស៊ប ឬសន្លប់
- ដាស់មិនភ្ញាក់
- ស្រមុក ឬបញ្ចេញសំឡេងខ្លាំង
- ការរួមតូចនៃប្រស្រីភ្នែក។

នេះគឺជាការសង្គ្រោះបន្ទាន់ធ្ងន់ធ្ងរផ្នែកវេជ្ជសាស្ត្រ ហើយអ្នកគួរប្រាប់ក្រុមគ្រួសារ និងមិត្តភ័ក្តិរបស់អ្នកអំពីបញ្ហានេះ ដើម្បីឲ្យពួកគេអាចដឹងពីជាតិ ពុលធ្ងន់ធ្ងរ ប្រសិនបើវាកើតឡើង ហើយហៅឡានពេទ្យភ្លាម។ វាជាកំហុសធ្ងន់ធ្ងរនៅក្នុងស្ថានភាពនេះ ដែលទុកនរណាម្នាក់ 'ឲ្យលង់លក់ជ្រុល'។ ក្នុងករណីស្លាប់ជាច្រើនដោយសារការលើសកម្រិតថ្នាំ សាក្សីដែលរៀបរាប់អំពីការទុកចោលនរណាម្នាក់ដែលដកដង្ហើមរាក់ ឬបញ្ចេញសំឡេង ខ្លាំង និងគេងស្រមុកឮខ្លាំងខុសពីប្រក្រតី 'ឲ្យលង់លក់ជ្រុល' ដែលប្រទះឃើញពួកគេដេកស្លាប់ប៉ុន្មានម៉ោងក្រោយមក។

ថ្នាំ methadone លេបតាមមាត់ អាចមានប្រតិកម្មយឺតដើម្បីឲ្យមានប្រសិទ្ធភាពពេញលេញ ជាទូទៅ៣ ទៅ៨ម៉ោងបន្ទាប់ពីបានលេបថ្នាំនេះ ពេលខ្លះបន្ទាប់ពីបុគ្គលនេះបានទៅគេង ហើយបានគេងលក់។ ការនេះវាផ្ទុយពីការចាប់ផ្តើមប្រតិកម្មលឿននៃផលប៉ះពាល់ជាមួយថ្នាំញៀន opioid ផ្សេងទៀត ជាពិសេសនៅពេលបានចាក់ថ្នាំញៀនទាំងនេះ។

ប្រសិនបើអ្នកប្រើថ្នាំ ឬអ្នកជំងឺប្រើថ្នាំ methadone បានសន្លប់ (ដាស់មិនភ្ញាក់ បញ្ចេញសំឡេងខ្លាំង ឬគេងស្រមុក) សូមទូរស័ព្ទហៅឡាន ពេទ្យភ្លាម ហើយអនុវត្តការបញ្ចូលខ្យល់ដង្ហើមតាមមាត់ (បេះដូង និងសួត)។ វគ្គសិក្សានេះមានផ្តល់ជូនដោយ St John Ambulance Brigade ។

ថ្នាំ Naloxone

ផលប៉ះពាល់ការប្រើលើសកម្រិតនៃថ្នាំ methadone ឬ heroin ជាទូទៅអាចបញ្ចៀសបានដោយគ្រាន់តែចាក់ថ្នាំ naloxone។ ដូច្នេះ វាជាការ សំខាន់ដែលត្រូវទូរស័ព្ទហៅឡានពេទ្យ ឬបញ្ជូនទៅមន្ទីរពេទ្យជាបន្ទាន់។ វេជ្ជបណ្ឌិត គិលានុបដ្ឋាក និងមន្ត្រីទទួលបន្ទុកឡានពេទ្យ ត្រូវការចង់ ដឹងថាតើបុគ្គលដែលប្រើថ្នាំលើសកម្រិតនោះបានលេបថ្នាំញៀនអ្វីខ្លះ (រួមទាំងថ្នាំ methadone)។

ថ្នាំ naloxone ដើរតួនាទីជាថ្នាំបន្សាបនៃការលើសកម្រិតថ្នាំដែលបង្កឡើងដោយថ្នាំ heroin, morphine, methadone និង / ឬ opioid ដែលមានចេញវេជ្ជបញ្ជា។ ថ្នាំនេះត្រូវបានគេស្គាល់ដែរដោយឈ្មោះម៉ាក Narcan®។ វាពុំលទ្ធភាពដែលអាចប្រើលើសកម្រិតឡើយ។

ថ្នាំ naloxone ព្យាបាលជំងឺធ្លាក់ទឹកចិត្តដែលគំរាមកំហែងដល់អាយុជីវិតនៃប្រព័ន្ធសរសៃប្រសាទកណ្តាល ដែលបង្កឲ្យមានការសន្លប់ និងការ ថយចុះការដកដង្ហើម ដោយហេតុថាវាភ្ជាប់យ៉ាងខ្លាំងជាមួយនឹងសារធាតុទទួលថ្នាំញៀន opioid ច្រើន ជាជាងថ្នាំញៀន opioid ជាច្រើន។

ការប្រើថ្នាំ naloxone អាចជួយកាត់បន្ថយគ្រោះថ្នាក់នៃការស្លាប់ ឬការពារជំងឺ និងផលវិបាកមួយចំនួនក្នុងករណីប្រើថ្នាំលើសកម្រិតដែលមិន បណ្តាលឲ្យស្លាប់ ដូចជាការខូចខួរក្បាលដោយសារខ្វះខ្យល់អុកស៊ីហ្សែន ឬជំងឺរលាកសួត។ ការផ្តល់ជំនួយធ្វើចលនាដង្ហើម និងការផ្តល់ថ្នាំ naloxone ទៅឲ្យបុគ្គលដែលសន្លប់ដោយសារប្រើថ្នាំលើសកម្រិត បណ្តាលមកពីថ្នាំញៀន opioid ដោយការដកដង្ហើមយឺត និងខ្លីពេក អាចការពារផលវិបាកទាំងនេះ។

ថ្នាំ naloxone មានប្រសិទ្ធភាពតែក្នុងករណីមនុស្សម្នាក់មានថ្នាំញៀន opioid ក្នុងប្រព័ន្ធរាងកាយរបស់ខ្លួន។

ថ្នាំ naloxone បង្ខំឲ្យថ្នាំញៀន opioid ចេញពីសារធាតុទទួល សម្រាប់រយៈពេលខ្លី (ប្រហែល៣០ ទៅ៩០នាទី) ដែលអាចបញ្ចៀសការសន្លប់ ហើយត្រឡប់ទៅរកការដកដង្ហើមធម្មតាវិញ។ ទោះជាយ៉ាងណាក៏ដោយ ដោយសារតែថ្នាំ methadone មានប្រតិកម្មទៅលើរាងកាយអស់យៈ ពេលយូរជាង បើទោះបីជាបុគ្គលនេះដឹងខ្លួនវិញក្តីបន្ទាប់ពីបានចាក់ថ្នាំnaloxoneពួកគេគួរតែត្រូវបានបញ្ជូនទៅមន្ទីរពេទ្យជាបន្ទាន់ដោយសារតែវាទំនងជាថាពួកគេនឹងលាប់ឡើងវិញហើយមានការប្រឈមនឹងគ្រោះថ្នាក់នៃការស្លាប់ ឬការស្ទះដង្ហើមដែលបណ្តាលឲ្យខូចខួរក្បាល។

អ្នកដែលចាប់ផ្តើម ឬបន្តការព្យាបាលដោយប្រើថ្នាំ methadone អាចមានការកើនឡើងការនូវ ការប្រឈមនឹងគ្រោះថ្នាក់នៃការលើសកម្រិតថ្នាំ ក្នុងរយៈពេលប៉ុន្មានថ្ងៃដំបូងនៃការព្យាបាល ឬប្រសិនបើកម្រិតថ្នាំនេះខ្ពស់ពេក ឬពួកគេលាយវាជាមួយថ្នាំដទៃទៀតដែលសង្កត់ប្រព័ន្ធប្រសាទ ដូចជាគ្រឿងស្រវឹង ឬថ្នាំ benzodiazepines ជាដើម។ គេអាចទទួលបានប្រយោជន៍ពីការប្រើថ្នាំ naloxone ប្រសិនបើគេប្រើថ្នាំលើសកម្រិត។

នៅក្នុងប្រទេសអូស្ត្រាលី នៅក្រោមគ្រោងការជំនួយផ្នែកឱសថ (PBS) ថ្នាំ naloxone មានផ្តល់កូនម្ជុលចាក់ថ្នាំដែលមានចំណុះទឹកថ្នាំ UCB minijet 400mcg/1Ml ។ វេជ្ជបញ្ជានីមួយៗ (មានកូនម្ជុលចាក់ថ្នាំប្រាំ) ហើយអ្នកកាន់ប័ណ្ណថែទាំសុខភាពនឹងត្រូវចំណាយប្រាក់ $6.20 (ឬ $38.30 សម្រាប់អ្នកដែលគ្មានប័ណ្ណថែទាំសុខភាព) (តម្លៃចុះនៅខែឧសភា ឆ្នាំ២០១៦) ។ កូនម្ជុលចាក់ថ្នាំ Naloxone សម្រាប់ប្រើតែម្តង ឥឡូវនេះមានលក់នៅតាមឱសថស្ថានជាថ្នាំចេញដោយឱសថការីប៉ុណ្ណោះ ដោយពុំចាំបាច់មានវេជ្ជបញ្ជា។ ថ្នាំចាក់ជាមួយកូនម្ជុល គឺសមស្រប សម្រាប់ការចាក់តាមសាច់ដុំ។

អ្នកចេញវេជ្ជបញ្ជារបស់អ្នកអាចចេញវេជ្ជបញ្ជាថ្នាំ Naloxone សម្រាប់អ្នក ឬអ្នកអាចស្នើសុំឲ្យពួកគេចេញវេជ្ជបញ្ជាវាសម្រាប់អ្នកក៏បានដែរ។

អ្នកអាចស្វែងយល់បន្ថែមអំពីរបៀបប្រើថ្នាំ Naloxone ដោយចូលទៅកាន់វិបសាយរបស់ប្រទេសអូស្ត្រាលី ដែលរៀបរាប់អំពីការប្រើថ្នាំនេះ៖

www.copeaustralia.com.au

ការព្រមានអំពីជាតិពុល ឬការប្រើថ្នាំលើសកម្រិត

មានគ្រោះថ្នាក់នៃជាតិពុល (ការប្រើថ្នាំលើសកម្រិត) និងស្លាប់ ប្រសិនបើថ្នាំផ្សេងទៀតដែលបន្ថយ ឬធ្វើឲ្យសកម្មភាពខួរក្បាលស្ពឹក ត្រូវបានលេបក្នុងបរិមាណដែលមិនបានត្រួតពិនិត្យជាមួយថ្នាំ methadone។

មានមនុស្សមួយចំនួនបានស្លាប់ ខណៈប្រើថ្នាំ methadone ដោយសារតែការពុលរួមផ្សំជាមួយថ្នាំ methadone និងថ្នាំដទៃទៀត។ ថ្នាំទាំងឡាយដែលត្រូវជៀសវាងមាន៖

- គ្រឿងស្រវឹង
- ថ្នាំរម្ងាប់អារម្មណ៍ (Rohypnol, Serepax, Valium, Mogadon, Normison, Euhypnos, Xanax និងថ្នាំផ្សេងទៀត)
- ថ្នាំ barbiturates
- ថ្នាំស្ពឹក ដូចជាថ្នាំ Digesic ឬ Doloxene
- heroin
- ល្បាយនៃថ្នាំទាំងនេះ ឬការលេបថ្នាំទាំងនេះក្នុងកម្រិតថ្នាំខ្ពស់ខុសពីការណែនាំសម្រាប់គោលបំណងផ្នែកព្យាបាល។

វេជ្ជបណ្ឌិត ឬគិលានុបដ្ឋាករបស់អ្នក អាចចេញវេជ្ជបញ្ជាថ្នាំសណ្ដំខ្លះដើម្បីជួយសម្រាលរោគសញ្ញាធ្ងន់ធ្ងរ ក៏ប៉ុន្តែវាជាការសំខាន់ដែលអ្នកត្រូវ លេបតែក្នុងបរិមាណដូចបានបញ្ជាក់ប៉ុណ្ណោះ។ កម្រិតថ្នាំខ្ពស់ និងការប្រើថ្នាំរួមគ្នា និងគ្រឿងស្រវឹង ជាមួយថ្នាំ methadone បណ្ដាលឲ្យមាន មនុស្សស្លាប់ជាច្រើនរៀងរាល់ឆ្នាំ នៅក្នុងរដ្ឋវិចតូរីយ៉ា។

ការលាយថ្នាំ និងគ្រឿងស្រវឹង ជាមួយថ្នាំ methadone *គឺមានគ្រោះថ្នាក់។*

ការពុល ឬការប្រើថ្នាំ methadone លើសកម្រិត៖ រោគសញ្ញា

ជាទូទៅ ការប្រើថ្នាំលើសកម្រិតពាក់ព័ន្ធនឹងថ្នាំ methadone រួមផ្សំជាមួយនឹងថ្នាំផ្សេងទៀត ដូចជាគ្រឿងស្រវឹង ថ្នាំរម្ងាប់អារម្មណ៍ និងថ្នាំងងុយ គេងដែលមានចេញវេជ្ជបញ្ជា។

គ្រោះថ្នាក់នៃការប្រើថ្នាំលើសកម្រិត គឺខ្ពស់បំផុតនៅក្នុងសប្តាហ៍ដំបូងនៃការព្យាបាលដោយប្រើថ្នាំ methadone។

ប្រសិនបើអ្នកមានរោគសញ្ញានៃការប្រើថ្នាំលើសកម្រិត ដូចដែលបានរៀបរាប់នៅទីនេះ មិនត្រូវលេបថ្នាំ methadone ម្តងទៀតទេ រហូតទាល់តែ អ្នកបានពិភាក្សាជាមួយអ្នកចេញវេជ្ជបញ្ជារបស់អ្នក។

រោគសញ្ញាប្រែប្រួលពីមនុស្សម្នាក់ ទៅមនុស្សម្នាក់ទៀត ហើយអាចរួមបញ្ចូលរោគសញ្ញាមួយ ឬច្រើនដូចខាងក្រោមនេះ។

ដំណាក់កាលទីមួយ៖ ពិភាក្សាជាមួយវេជ្ជបណ្ឌិត គិលានុបដ្ឋាក ឬឱសថការីដោយមិនបង្អែរបង្អង់យូរ ឬប្រសិនបើមិនប្រាកដទេ ត្រូវចុច 000 ជាបន្ទាន់

- និយាយឡូលៗជាប់គ្នារដឹក
- ដើរមិននឹង ហើយមិនអាចគ្រប់គ្រងលំនឹងបាន
- អាការៈងងុយគេង
- ការរួមតូចនៃប្រស្រីភ្នែក
- ចលនាយឺត ការបរិភោគយឺត
- ភាពស្ពឹកស្រពន់ (‘មិនដឹងខ្លួន’ វង្វេងស្មារតី)

ដំណាក់កាលទីពីរ៖ នេះគឺជាការសង្គ្រោះបន្ទាន់ធ្ងន់ធ្ងរ៖ ហៅឡានពេទ្យភ្លាម ហើយមិនត្រូវទុកបុគ្គលនេះ ‘ឲ្យលង់លក់ជ្រុល’ ឡើយ។ សូមចុចលេខ 000។

- នៅក្នុងសភាពដាស់មិនភ្ញាក់ (មិនអាចដាស់ គេងស្រមុកឮខ្លាំងខុសពីប្រក្រតី ឬបញ្ចេញសំឡេងខ្លាំង ឬនិយាយឡិបឡុប នៅពេលដកដង្ហើម)
- ដៃជើង រាងកាយ និងកទន់ល្វៃ
- ដកដង្ហើមយឺតៗ ឬមានដង្ហើមខ្លី
- បបូរមាត់ និងម្រាមដៃមានសម្បុរខៀវ

ប្រសិនបើអ្នកមានថ្នាំ naloxone ត្រូវផ្តល់ថ្នាំនេះភ្លាម ក៏ប៉ុន្តែការនេះនឹងជួយសង្គ្រោះជាបណ្តោះអាសន្នពីការប្រើថ្នាំ methadone លើស កម្រិតប៉ុណ្ណោះ (៣០-៩០នាទី)។ ថ្នាំ methadone មានប្រសិទ្ធភាពនៅក្នុងខ្លួនសម្រាប់រយៈពេល២៤ម៉ោង ឬច្រើនជាងនេះ បន្ទាប់ពីបានលេប ដូច្នេះត្រូវជានាថាបុគ្គលនេះត្រូវបានបញ្ជូនទៅកាន់មន្ទីរពេទ្យឲ្យបានឆាប់ តាមដែលអាចធ្វើទៅបាន។

ការព្យាបាលផ្សេងទៀត

ថ្នាំថ្មីមួយចំនួនសម្រាប់ព្យាបាលការញៀន heroin និង opioid ផ្សេងទៀត មានផ្តល់ក្នុងរយៈពេលប្រាំឆ្នាំចុងក្រោយនេះ។ ពុំមានថ្នាំណាតែមួយ មុខសមរម្យសម្រាប់មនុស្សគ្រប់រូបឡើយ។ មានគុណសម្បត្តិ និងគុណវិបត្តិផ្សេងៗគ្នាចំពោះថ្នាំនីមួយៗ។ ថ្នាំទាំងនេះក៏មានផលប៉ះពាល់ផ្សេងៗ គ្នាដែរ ដែលអាចមានសារសំខាន់ចំពោះមនុស្សមួយចំនួន។

ថ្នាំ Buprenorphine មានគុណសម្បត្តិចំពោះមនុស្សមួយចំនួន រួមទាំងអ្នកដែលចង់ឈប់ប្រើថ្នាំញៀន opioid។

ថ្នាំ Naltrexone តម្រូវឲ្យបុគ្គលនេះឈប់ប្រើថ្នាំញៀន opioid ដូចជាថ្នាំញៀន heroin ជាដើម បន្ទាប់មកបញ្ឈប់ផល ប៉ះពាល់នៃថ្នាំទាំងនេះ ប្រសិនបើបានលេប។ ការប្រើថ្នាំនេះ ត្រូវផ្អែកលើការតមទាំងស្រុងពីការប្រើថ្នាំញៀន opioid។ អាចមា នគ្រោះថ្នាក់កាន់ច្រើននៃការប្រើថ្នាំលើស កម្រិត ប្រសិនបើឈប់ប្រើថ្នាំនេះ។

ការផ្លាស់ប្តូរពីថ្នាំ methadone ទៅថ្នាំផ្សេងទៀតទាំងនេះ អាចមានភាពស្មុគស្មាញ ហើយតម្រូវឲ្យមានការថៃទាំពិសេស ដើម្បីទប់ស្កាត់ផលប៉ះ ពាល់អវិជ្ជមាន។ អ្នកអាចប្តូរទៅ ឬពីថ្នាំ methadone ទៅថ្នាំទាំងនេះ ក៏ប៉ុន្តែវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នកត្រូវ តែគ្រប់គ្រងករណីនេះដោយប្រុងប្រយ័ត្ន។

អ្នកគួរពិភាក្សាអំពីជម្រើសរបស់អ្នក និងភាពសមស្របសម្រាប់ការព្យាបាលវេជ្ជសាស្ត្រផ្សេងៗគ្នាជាមួយវេជ្ជបណ្ឌិត និងឱសថការីរបស់អ្នក។ អ្នក អាចពិនិត្យឡើងវិញនូវជម្រើសរបស់អ្នកនៅពេលណាមួយក៏បាន ក្នុងអំឡុងពេលព្យាបាល ជាពិសេសប្រសិនបើមានបញ្ហាកើតឡើងជាមួយនឹង ថ្នាំដែលអ្នកកំពុងទទួល។

ព័ត៌មានសម្រាប់ទំនាក់ទំនង

ប្រភពព័ត៌មាន និងការប្រឹក្សាបន្ថែម៖

DirectLine

សេវា២៤ម៉ោង ផ្តល់ជូនព័ត៌មាន ការប្រឹក្សា និងការបញ្ជូន ស្តីពីក្តីបារម្ភទាក់ទិននឹងថ្នាំទាំងអស់ រួមទាំងទំនាក់ទំនង ជាមួយវេជ្ជបណ្ឌិត ឱសថស្ថាន និងអ្នកផ្តល់ប្រឹក្សាដែល ផ្តល់សេវាថ្នាំ methadone និងទីតាំងសម្រាប់ផ្លាស់ប្តូរម្ជុល និងសីរ៉ាំង។

ទូរស័ព្ទ៖ 1800 888 236
វិបសាយ៖ www.directline.org.au

Hepatitis Victoria (ជំងឺរលាកថ្លើម រដ្ឋវិចតូរីយ៉ា)

ខ្សែទូរស័ព្ទផ្តល់ព័ត៌មាន៖ 1800 703 003
វិបសាយ៖ www.hepvic.org.au

Victorian Aids Council (ក្រុមប្រឹក្សា រដ្ឋវិចតូរីយ៉ា)

ទូរស័ព្ទ៖ (03) 9865 6700
វិបសាយ៖ www.vac.org.au

Living Positive Victoria (ការរស់នៅប្រកបដោយវិជ្ជមាន រដ្ឋវិចតូរីយ៉ា)

ខ្សែទូរស័ព្ទតភ្ជាប់អំពីរោគ HIV
និងការរួមភេទដែលមានសុខភាព៖ 1800 038 125
វិបសាយ៖ www.livingpositivevictoria.org.au

Living Positive Victoria គឺជាអង្គការមិនរកផលចំណេញមានមូលដ្ឋាននៅតាមសហគមន៍ ដែលជាតំណាងឲ្យគ្រប់ទាំងមនុស្សដែលរស់នៅ មានរោគ HIV ចាប់តាំងពីឆ្នាំ១៩៨៨ ហើយប្តេជ្ញាដើម្បីពង្រីកទៅមុខនៃសិទ្ធិនិងសុខុមាលភាពមនុស្សរបស់មនុស្សទាំងអស់ដែលរស់នៅមាន រោគ HIV។

អំពីថ្នាំពុល
ទូរស័ព្ទ៖ 13 11 26

គ្រាអាសន្ន៖ 000

សេវាកម្ម២៤ម៉ោង ផ្តល់ជូនព័ត៌មានអំពីផលប៉ះពាល់នៃថ្នាំពេទ្យ ជាមួយការផ្តល់ប្រឹក្សាជំនួយបឋមក្នុងករណីពុល។

Self Help Addiction Resource Centre Inc. (SHARC) (មជ្ឈមណ្ឌលធនធានជួយខ្លួនឯងអំពីការញៀន)

140 Grange Road, Glenhuntly 3163
ទូរស័ព្ទ៖ (03) 9573 1700
ទូរស័ព្ទផ្តល់ជំនួយលើបញ្ហាថ្នាំញៀនសម្រាប់គ្រួសារ SHARC៖ 1300 660 068
វិបសាយ៖ www.sharc.org.au

SHARC គឺជាមជ្ឈមណ្ឌលធនធាន និងបណ្តាញក្រុមជួយខ្លួនឯង។ មជ្ឈមណ្ឌលនឹងភ្ជាប់ទំនាក់ទំនងអ្នក ជាមួយក្រុមជួយខ្លួនឯងក្នុងតំបន់។

Narcotics Anonymous (ក្រុមផ្តល់ជំនួយអ្នកប្រើប្រាស់ថ្នាំញៀន narcotics អនាមិក)

GPO Box 2470V Melbourne 3000
ទូរស័ព្ទ៖ (03) 9525 2833 (24-hour help line)
វិបសាយ៖ www.navic.net.au

ក្រុមផ្តល់ជំនួយអ្នកប្រើថ្នាំ narcotics អនាមិក (NA) គឺជាក្រុម បុរសនិងស្ត្រី ដែលជួយគ្នាទៅវិញទៅមក ដើម្បីផ្តាច់ថ្នាំញៀន។ NA ផ្តល់ជូន កិច្ចប្រជុំជួយខ្លួនឯងប្រចាំសប្តាហ៍ជាង៤០ដង នៅទូទាំងតំបន់ជុំវិញទីក្រុងមែលប៊ន។

មន្ទីរពេទ្យ Royal Women's Hospital

Women's Alcohol and Drug Service (WADS)
(សេវាជំនួយផ្នែកគ្រឿងស្រវឹង និងថ្នាំញៀនសម្រាប់ស្ត្រី)

Locked Bag 300, Parkville 3052
ទូរស័ព្ទ៖ (03) 8345 3931 ឬ (03) 8345 2996

អង្គភាពនេះផ្តល់ជូនការប្រឹក្សាយោបល់ ដំបូន្មានពីអ្នកជំនាញ និងថែទាំសម្រាប់ស្ត្រីមានផ្ទៃពោះ ហើយពឹងផ្អែកលើសារធាតុគីមី។

WADS គឺជាសេវាជំនួយផ្នែកថ្នាំញៀន និងគ្រឿងស្រវឹងតែមួយប៉ុណ្ណោះទូទាំងក្នុងរដ្ឋ ផ្តល់ជូនសេវាកម្មឯកទេសផ្នែកវេជ្ជសាស្ត្រ ទៅដល់ស្ត្រីមានបញ្ហាលើការប្រើសារធាតុពឹងផ្អែកដែលមានភាពស្មុគស្មាញ។

Harm Reduction Victoria (HRV)

128 Peel Street, North Melbourne 3051
ទូរស័ព្ទ៖ (03) 9329 1500
ទូរសារ៖ (03) 9329 1501
អ៊ីម៉េល៖ admin@hrvic.org.au
វិបសាយ៖ www.hrvic.org.au

សេវាកម្មនេះ ផ្តល់ជូនព័ត៌មានជាច្រើនអំពីថ្នាំញៀន។ ក៏មានផ្តល់ការគាំទ្រសម្រាប់ពីមិត្ត ការអប់រំមិត្ត ការបញ្ជូន ការផ្លាស់ប្តូរម្ជុលចាក់ និងការគាំ ទ្រដល់អ្នកប្រើថ្នាំញៀន ខណៈលើកកម្ពស់ការកាត់បន្ថយគ្រោះថ្នាក់ដល់អ្នកប្រើថ្នាំញៀន និងសហគមន៍។

សេវាគាំទ្រ សម្រុះសម្រួល និងផ្គត់ផ្គង់ការព្យាបាលដោយឱសថ (PAMS)

ទូរស័ព្ទ៖ 1800 443 844 or (03) 9329 1500

វិបសាយ៖ www.hrvic.org.au/pharmacotherapy

PAMS គឺជាសេវាមានផ្តល់ជូនសម្រាប់អ្នកជំងឺដែលព្យាបាលដោយឱសថ អ្នកចេញវេជ្ជបញ្ជា ឬឱសថការី ដើម្បីជួយដោះស្រាយបញ្ហាជាមួយ នឹងការទទួលបាន ឬការផ្តល់ជូនការព្យាបាលដោយឱសថ។ PAMS នឹងជួយសម្រុះសម្រួលដំណោះស្រាយទៅនឹងបញ្ហាទាំងនេះ ហើយអ្នកផ្តល់សេវាកម្មត្រូវបានលើកទឹកចិត្តឲ្យទាក់ទងមក PAMS មុនពេលសម្រេចចិត្តក្នុងការបញ្ឈប់ការផ្តល់សេវាដល់អតិថិជនជាក់លាក់ណាមួយ ។

DrugInfo

ទូរស័ព្ទ៖ 1300 858 584

Druginfo គឺជាសេវាផ្តល់ព័ត៌មានសហគមន៍របស់មូលនិធិថ្នាំអូស្ត្រាលី ដែលផ្តល់ព័ត៌មានអំពីថ្នាំសម្រាប់អ្នកប្រើប្រាស់ ឬនិស្សិតដែលសិក្សាអំពី ឱសថ ហើយកំពុងរៀបចំគម្រោង និងការបញ្ជូនសម្រាប់ការផ្តល់ប្រឹក្សា ។

Youth Drug and Alcohol Advice Line (YoDAAline) ខ្សែទូរស័ព្ទប្រឹក្សាអំពីគ្រឿងស្រវឹង និងថ្នាំញៀនសម្រាប់យុវជន

ទូរស័ព្ទ៖ 1800 458 685

អ៊ីម៉េល៖ advice@yodaa.org.au

សេវានេះផ្តល់ជូន២៤ម៉ោងដើម្បីទទួលបានព័ត៌មាន ការប្រឹក្សា និងការបញ្ជូនសម្រាប់តម្រូវការថ្នាំញៀន និងគ្រឿងស្រវឹងរបស់យុវជន។ សេវានេះបើកចំហចំពោះសម្រាប់យុវជន ក្រុមគ្រួសាររបស់ពួកគេ បុគ្គលិកផ្នែកសេវាសុខភាព និងសុខុមាលភាព សាលារៀន និងអ្នកណាម្នាក់ដែលព្រួយ បារម្ភអំពីយុវជនណាម្នាក់។