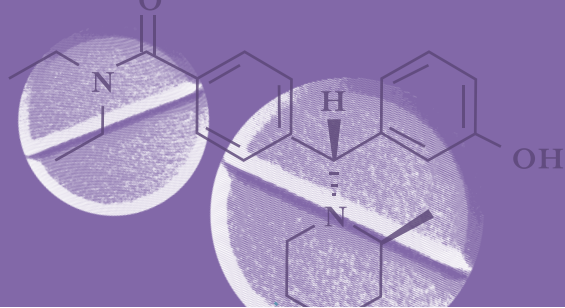


PRESCRIPTION OPIOIDS: WHAT YOU NEED TO KNOW



Prescription opioids can be used to help relieve moderate-to-severe pain and are often prescribed following a surgery or injury, or for certain health conditions. These medications can be an important part of treatment but also come with serious risks. It is important to work with your health care provider to make sure you are getting the safest, most effective care.

WHAT ARE THE RISKS AND SIDE EFFECTS OF OPIOID USE?

Prescription opioids carry serious risks of addiction and overdose, especially with prolonged use. An opioid overdose, often marked by slowed breathing, can cause sudden death. The use of prescription opioids can have a number of side effects as well, even when taken as directed:

- Tolerance—meaning you might need to take more of a medication for the same pain relief
- Physical dependence—meaning you have symptoms of withdrawal when a medication is stopped
- Increased sensitivity to pain
- Constipation
- Nausea, vomiting, and dry mouth
- Sleepiness and dizziness
- Confusion
- Depression
- Low levels of testosterone that can result in lower sex drive, energy, and strength
- Itching and sweating

As many as
1 in 4
PEOPLE*



receiving prescription opioids long term in a primary care setting struggles with addiction.

* Findings from one study

RISKS ARE GREATER WITH:

- History of drug misuse, substance use disorder, or overdose
- Mental health conditions (such as depression or anxiety)
- Sleep apnea
- Older age (65 years or older)
- Pregnancy

Avoid alcohol while taking prescription opioids. Also, unless specifically advised by your health care provider, medications to avoid include:

- Benzodiazepines (such as Xanax or Valium)
- Muscle relaxants (such as Soma or Flexeril)
- Hypnotics (such as Ambien or Lunesta)
- Other prescription opioids



U.S. Department of
Health and Human Services
Centers for Disease
Control and Prevention

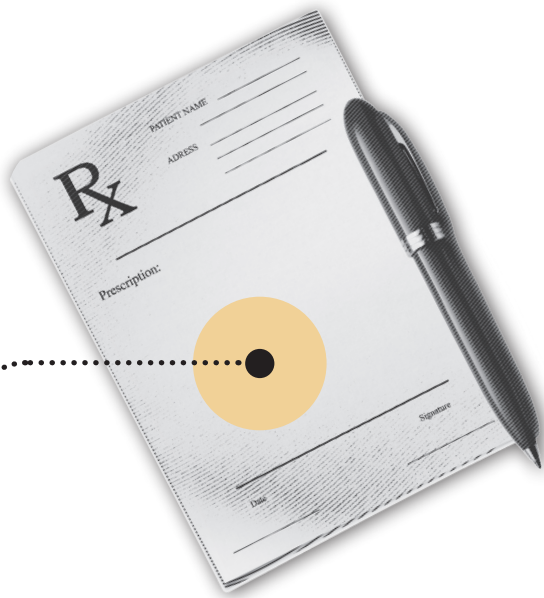


American Hospital
Association®

KNOW YOUR OPTIONS

Talk to your health care provider about ways to manage your pain that don't involve prescription opioids. Some of these options **may actually work better** and have fewer risks and side effects. Options may include:

- ❑ Pain relievers such as acetaminophen, ibuprofen, and naproxen
- ❑ Some medications that are also used for depression or seizures
- ❑ Physical therapy and exercise
- ❑ Cognitive behavioral therapy, a psychological, goal-directed approach, in which patients learn how to modify physical, behavioral, and emotional triggers of pain and stress.



Be Informed!

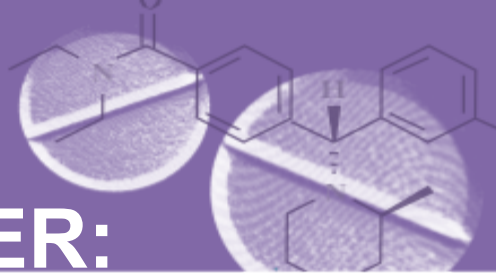
Make sure you know the name of your medication, how much and how often to take it, and its potential risks & side effects.



IF YOU ARE PRESCRIBED OPIOIDS FOR PAIN:

- ❑ Never take opioids in greater amounts or more often than prescribed.
- ❑ Follow up with your primary health care provider within ___ days.
 - Work together to create a plan on how to manage your pain.
 - Talk about ways to help manage your pain that don't involve prescription opioids.
 - Talk about any and all concerns and side effects.
- ❑ Help prevent misuse and abuse.
 - Never sell or share prescription opioids.
 - Never use another person's prescription opioids.
- ❑ Store prescription opioids in a secure place and out of reach of others (this may include visitors, children, friends, and family).
- ❑ Safely dispose of unused prescription opioids: Find your community drug take-back program or your pharmacy mail-back program, or flush them down the toilet, following guidance from the Food and Drug Administration (www.fda.gov/Drugs/ResourcesForYou).
- ❑ Visit www.cdc.gov/drugoverdose to learn about the risks of opioid abuse and overdose.
- ❑ If you believe you may be struggling with addiction, tell your health care provider and ask for guidance or call SAMHSA's National Helpline at 1-800-662-HELP.

OPIOIDES RECETADOS LO QUE NECESITA SABER:



Los opioides recetados se pueden usar para ayudar a aliviar el dolor moderado a intenso y a menudo se recetan después de una cirugía o lesión, o para ciertas afecciones de salud. Estos medicamentos pueden formar parte importante del tratamiento, pero también conllevan riesgos graves. Es fundamental que colabore con su proveedor de atención médica para asegurarse de que está recibiendo la atención más segura y eficaz.

¿CUÁLES SON LOS RIESGOS Y EFECTOS SECUNDARIOS DEL USO DE OPIOIDES ?

Los opioides recetados conllevan graves riesgos de adicción y sobredosis, especialmente con un uso prolongado. Una sobredosis de opioides, a menudo marcada por respiración lenta, puede causar una muerte súbita. El uso de opioides recetados también puede tener una serie de efectos secundarios, incluso cuando se toman según las indicaciones:

- Tolerancia: es decir, puede que necesite tomar más cantidad de un medicamento para obtener el mismo alivio del dolor.
- Dependencia física, lo que significa que tiene síntomas de abstinencia cuando se suspende un medicamento.
- Incremento en la sensibilidad al dolor
- Estreñimiento
- Náuseas, vómitos y boca seca.
- Somnolencia y mareos
- Confusión
- Depresión
- Los niveles bajos de testosterona que pueden provocar una disminución del deseo sexual, la energía y la fuerza.
- Picazón y sudoración

Hasta
1 de cada 4
PERSONAS*



que reciben opioides recetados a largo plazo en un entorno de atención primaria afrontan problemas de adicción. *Hallazgos de un estudio.

LOS RIESGOS SON MAYORES EN EL CASO DE:

- Historial de abuso de drogas, trastorno por consumo de sustancias o sobredosis
- Afecciones de salud mental (como depresión o ansiedad)
- Apnea del sueño
- Edad avanzada (65 años o más)
- Embarazo

Evite el alcohol mientras toma opioides recetados. Además, a menos que su proveedor de atención médica lo indique específicamente, los medicamentos que debe evitar incluyen:

- Benzodiazepinas (como Xanax o Valium)
- Relajantes musculares (como Soma o Flexeril)
- Hipnóticos (como Ambien o Lunesta)
- Otros opioides recetados



U.S. Department of
Health and Human Services
Centers for Disease
Control and Prevention



American Hospital
Association®

CONOZCA SUS OPCIONES

Hable con su proveedor de atención médica sobre cómo controlar su dolor sin recurrir a los opioides recetados. Algunas de estas opciones **pueden realmente funcionar mejor** y presentar menos riesgos y efectos secundarios. Las opciones pueden incluir:

- Analgésicos como acetaminofén, ibuprofeno y naproxeno
- Algunos medicamentos que también se utilizan para la depresión o las convulsiones.
- Fisioterapia y ejercicio
- Terapia cognitiva conductual, una metodología psicológica orientada en metas, donde los pacientes aprenden a modificar los desencadenantes físicos, conductuales y emocionales que provocan el dolor y el estrés.



SI LE RECETAN OPIOIDES PARA EL DOLOR:

- Nunca tome opioides en mayores cantidades ni con mayor frecuencia que lo recetado.
- Realice un seguimiento con su proveedor de atención médica primaria al cabo de unos _____ días.
 - Trabajen juntos para elaborar un plan sobre cómo manejar su dolor.
 - Hablen acerca de cómo ayudarle a controlar su dolor sin necesidad de recurrir a los opioides recetados.
 - Hablen sobre todas sus inquietudes y los efectos secundarios.
- Contribuya a prevenir el uso indebido y el abuso.
 - Nunca venda ni comparta opioides recetados.
 - Nunca use opioides recetados por otra persona.
- Guarde los opioides recetados en un lugar seguro y fuera del alcance de otras personas (esto puede incluir visitantes, niños, amigos y familiares).
- Deseche de forma segura los opioides recetados no utilizados: Busque el programa de devolución de medicamentos de su comunidad o el programa de devolución por correo de su farmacia, o deséchelos por el inodoro, siguiendo las instrucciones de la Administración de Alimentos y Medicamentos (www.fda.gov/Drugs/ResourcesForYou).
- Visite www.cdc.gov/drugoverdose para obtener más información sobre los riesgos del consumo excesivo y la sobredosis de opioides.
- Si cree que puede estar sufriendo una adicción, informe a su proveedor de atención médica y solicite orientación o llame a la línea de ayuda nacional de SAMHSA al 1-800-662-HELP.



¡Manténgase informado!

Asegúrese de saber el nombre de su medicamento, cuánto y con qué frecuencia debe tomarlo, y sus posibles riesgos y efectos secundarios.