Thư/email mẫu cho học sinh và gia đình

**THEO ORS 339.869 và OAR 581-021-0037, khu học chánh phải cung cấp thông tin liên quan đến thuốc đối kháng opioid (naloxone) cho phụ huynh hoặc người giám hộ của mỗi học sinh ở độ tuổi vị thành niên. Thông tin được cung cấp tối thiểu phải bao gồm:**

1. **Mô tả về thuốc đối kháng opioid tác dụng nhanh chóng và mục đích sử dụng của thuốc;**
2. **Một bản tường trình về những nguy cơ của việc sử dụng thuốc đối kháng opioid tác dụng nhanh chóng cho một cá nhân và những nguy cơ của việc không sử dụng thuốc đối kháng opioid tác dụng nhanh chóng cho một cá nhân trong tình huống khẩn cấp;**
3. **Một bản tường trình xác định những trường nào trong học khu, nếu có, sẽ có thuốc đối kháng opioid tác dụng nhanh chóng và các vật tư y tế cần thiết để sử dụng thuốc đối kháng opioid tác dụng nhanh chóng, tại chỗ và sẵn sàng cho các tình huống khẩn cấp; và**
4. **Một bản tường trình rằng một đại diện của khu học chánh có thể cho học sinh dùng thuốc đối kháng opioid tác dụng nhanh chóng trong trường hợp khẩn cấp nếu học sinh đó có vẻ bất tỉnh và đang bị quá liều opioid.**

**Các học khu có thể sử dụng thư/email này để đáp ứng yêu cầu này và giúp nâng cao nhận thức về sự nguy hiểm của việc sử dụng opioid và sự có sẵn naloxone tại trường học.**

**--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------**

**Dòng chủ đề được đề xuất:** Lưu ý quan trọng: Những điều cha mẹ cần biết về sự an toàn của Naloxone và Opioid

Các học sinh và gia đình thân mến,

Trường học của chúng tôi coi sức khỏe thể chất và tinh thần của học sinh là trọng tâm của công việc mà chúng tôi làm. Chúng tôi viết thư này để chia sẻ mối lo ngại về thuốc fentanyl và opioid. Những loại thuốc này đang gây hại cho mọi người trong cộng đồng của chúng ta. Chúng tôi hy vọng thông tin này sẽ giúp bảo vệ học sinh. Bức thư này có thông tin quý giá bao gồm hướng dẫn về cách ứng phó với tình trạng quá liều và các đường dẫn về nguồn thông tin.

**Sử dụng ma túy ở tuổi thanh thiếu niên** đã giảm dần theo thời gian. Tuy nhiên, dữ liệu cho thấy sự gia tăng về số trường hợp sử dụng quá liều chủ yếu là do fentanyl bất hợp pháp trên thị trường ma tuý (NIDA, 2023). Điều quan trọng là phải giáo dục học sinh và thanh thiếu niên về những nguy cơ khi sử dụng chất gây nghiện, bao gồm cả nguy cơ tiềm ẩn của fentanyl trong các loại thuốc bất hợp pháp và các chất gây nghiện khác có thể xảy ra. Điều quan trọng nữa là nâng cao nhận thức về thuốc đối kháng opioid (chẳng hạn như naloxone).

**Opioid là gì?** Opioid có nguồn gốc từ cây thuốc phiện và bao gồm các loại thuốc như morphine, oxycodone, dilaudid, heroin và fentanyl. Các chất này gắn vào các thụ thể để chặn cơn đau và tăng khoái cảm. Quá liều là nguy cơ phổ biến liên quan đến opioid và có thể do cố ý hoặc vô tình. Fentanyl là một loại thuốc phiện mạnh: một liều lượng nhỏ như vài hạt cát có thể khiến một người ngừng thở trong vòng vài phút.

**Tại sao mọi người sử dụng opioid?** Opiod có thể được kê đơn làm thuốc giảm đau. Một số thanh thiếu niên thử ma túy vì tò mò. Một số người sử dụng ma túy để tránh cảm xúc khó khăn. Opioid là chất gây nghiện.

**Thuốc đối kháng opioid là gì?** Thuốc đối kháng opioid là thuốc (naloxone là thuốc đối kháng opioid phổ biến nhất) có thể được cung cấp dưới dạng thuốc xịt mũi hoặc thuốc tiêm để nhanh chóng khôi phục hô hấp bình thường cho người bị thở chậm hoặc ngừng thở do dùng quá liều fentanyl, opioid hoặc heroin theo toa**.** Bắt đầu dùng naloxone có tác dụng trong vòng 2-3 phút và có thể kéo dài từ 30-90 phút. Đôi khi cần dùng liều naloxone thứ hai nếu các triệu chứng quá liều trở lại. Naloxone có thể được sử dụng trong trường hợp quá liều khẩn cấp và an toàn cho người dùng thuốc.

**Quý vị có thể làm gì?** Vui lòng nói về những mối nguy hiểm của fentanyl và sự có sẵn thuốc đối kháng opioid với học sinh của quý vị và những người khác mà quý vị quan tâm. Hãy cân nhắc việc chuẩn bị sẵn naloxone tại nhà để có ứng phó nhanh nhất trong trường hợp cấp cứu. Tìm hiểu thêm về cách làm sao để có và sử dụng naloxone , hãy truy cập tại đây: [Thuốc đảo ngược tình trạng quá liều opioid](https://www.oregon.gov/oha/PH/PREVENTIONWELLNESS/SUBSTANCEUSE/OPIOIDS/Pages/ReverseOverdose.aspx).

**Khu học chánh của quý vị đang làm gì?** (Ghi tên khu học chánh) cung cấp giáo dục toàn diện về thuốc phiện và rượu phù hợp với [Tiêu chuẩn Giáo dục Sức khỏe Oregon năm 2023.](https://www.oregon.gov/ode/educator-resources/standards/health/Documents/Health%20Standards%20Adopted%2010.19.23.pdf) Ngoài ra, chúng tôi quan tâm sâu sắc đến sức khỏe và sự an toàn của mọi học sinh trong cộng đồng trường học của chúng tôi.

* Theo chính sách của khu học chánh, tất cả các trường sẽ dự trữ naloxone và các vật tư y tế cần thiết. Nhân viên có thể sử dụng naloxone cho bất kỳ người nào bị nghi ngờ dùng quá liều opioid. Bất cứ khi nào sử dụng naloxone, nhân viên nhà trường sẽ gọi 911 và thông báo cho phụ huynh hoặc người giám hộ của học sinh.
* Theo chính sách của khu học chánh, một số trường sẽ dự trữ naloxone và các vật tư y tế cần thiết tại các trường sau: (liệt kê các trường). Nhân viên có thể sử dụng naloxone cho bất kỳ người nào bị nghi ngờ dùng quá liều opioid. Bất cứ khi nào dùng naloxone, nhân viên nhà trường sẽ gọi 911 và thông báo cho phụ huynh hoặc người giám hộ của học sinh.
* Không trường học nào được dự trữ naloxone. Nhân viên nhà trường sẽ liên hệ với 911 và thông báo cho phụ huynh hoặc người giám hộ của học sinh nếu học sinh đó đang trong tình huống khẩn cấp về y tế.

Chúng tôi biết những cuộc trò chuyện này có thể khó khăn. Người tốt nhất để liên hệ nếu quý vị có câu hỏi là: \_(Điền tên người liên hệ của trường).

Trân trọng,

(Điền tên Hiệu trưởng/Trưởng Khu học chánh /Trưởng phòng Y tế Trường học)

**Sau đây là một số thông tin xin chia sẻ với các em học sinh và gia đình:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Thuốc từ bạn bè và thuốc quý vị mua trực tuyến hoặc từ phương tiện truyền thông xã hội không an toàn.** | * Nếu một loại thuốc đến từ bất kỳ ai không phải là bác sĩ hoặc dược sĩ, xin đừng uống. Nó có thể là thuốc giả.
* Thuốc giả không được kiểm soát. Mỗi viên thuốc có thể có một lượng thuốc khác nhau. Mỗi viên thuốc giả là một nguy cơ.
 |
|  | **Thuốc bác sĩ kê đơn cho một người chỉ được sử dụng cho người đó, đúng theo hướng dẫn.** | * Không uống thuốc đã được kê đơn cho người khác hoặc quý vị nhận được từ bạn bè hoặc các nguồn khác.
* Mỗi cơ thể đều khác nhau. Một viên thuốc an toàn cho một người nhưng có thể gây hại cho người khác.
* Bất kỳ viên thuốc nào cũng có thể nguy hiểm nếu dùng sai, chẳng hạn như quá nhiều hoặc quá thường xuyên.
 |
|  | **Thuốc giả có thể trông giống như thuốc thật.** | * Viên thuốc giả có tẩm fentanyl có thể có bất kỳ màu nào. Các viên thuốc đó thường là những viên thuốc có màu xanh lam, xanh lá cây hoặc màu nhạt.
* Một số viên thuốc giả có nhãn hiệu giống như viên thuốc thật. Một số viên thuốc được đánh dấu “M30”, “K9”, “215” hoặc “V48”. Thuốc giả có thể có dấu khác hoặc không có dấu.
 |
|  | **Nhà trường và gia đình muốn trợ giúp.** | * Việc xin trợ giúp được hoan nghênh.
* Những học sinh mà nói với chúng tôi rằng họ đang sử dụngcác chất gây nghiện, hoặc xin trợ giúp, sẽ không bị trừng phạt.
* Học sinh có thể nói chuyện với (Điền tên nhân viên: cố vấn học đường, nhân viên xã hội học đường, y tá trường học, hiệu trưởng, nhân viên SBHC), hoặc một người trưởng thành khác đáng tin cậy.
* Nếu học sinh cảm thấy không an toàn hoặc biết ai đó cảm thấy không an toàn hoặc đang đau khổ về mặt tinh thần, họ có thể gọi điện, nhắn tin hoặc trò chuyện với [988](https://988lifeline.org/) và nói chuyện miễn phí với cố vấn giải quyết khủng hoảng.
 |

**Dưới đây là những hành động cần thực hiện nếu quý vị chứng kiến tình trạng sử dụng thuốc quá liều tại nhà hoặc trong cộng đồng của quý vị:**

|  |  |
| --- | --- |
| **NHẬN BIẾT: Biết các dấu hiệu của quá liều opioid:*** Co đồng tử
* Thở chậm, nông hoặc không thở
* Nói lảm nhảm hoặc ngáy
* Khó đánh thức hoặc không thể đánh thức
* Buồn ngủ cực độ
* Da ẩm lạnh
* Da, móng tay hoặc môi xám hoặc xanh
 | **ỨNG PHÓ nếu nghi ngờ quá liều opioid:**∉ Sử dụng thuốc đảo ngược tình trạng quá liều như naloxone\* (nếu có) và gọi 911.∉ Cố gắng giữ cho người đó tỉnh táo và thở.∉ Đặt người đó nằm nghiêng để tránh bị nghẹt sặc.∉ Ở lại bên cạnh người đó cho tới khi nhân viên cứu hộ tới. |
| Quý vị có thể tìm hiểu thêm về cách làm sao để có và sử dụng naloxone (Narcan) bằng cách truy cập trang [Opioid Reversal Medications](https://www.oregon.gov/oha/PH/PREVENTIONWELLNESS/SUBSTANCEUSE/OPIOIDS/Pages/ReverseOverdose.aspx) (Thuốc đảo ngược tác dụng của opioid) của Bộ Y tế Oregon. |

**Dưới đây là một số trang mạng hữu ích:**

|  |
| --- |
| Hỗ trợ cho sinh viên và gia đình* + - [Youth Substance Use Disorder](https://www.oregon.gov/oha/HSD/BH-Child-Family/Pages/Youth-SUD.aspx) (Rối loạn sử dụng chất kích thích ở thanh thiếu niên) nguồn lực điều trị và phục hồi của Bộ Y tế Oregon
		- [Oregon Family Support Network](https://ofsn.org/) (Mạng lưới hỗ trợ gia đình Oregon) kết nối, trao quyền và giáo dục gia đình và cộng đồng của họ
		- [The New Drug Talk Oregon](https://www.thenewdrugtalk.org/oregon) (Trò chuyện về ma túy mới Oregon) cung cấp cho phụ huynh giáo dục và công cụ để kết nối với fentanyl
		- [Oregon Recovery High Schools](https://www.oregonrecoveryschools.org/) (Trường Trung học Phục hồi Oregon) cung cấp nền giáo dục an toàn, tỉnh táo và hỗ trợ cho thanh thiếu niên trong quá trình phục hồi

Thông tin về sơ cứu opioid, fentanyl và naloxone/Narcan* + - [April 2022 Community Threat Bulletin](https://drive.google.com/file/d/1tFF6htjpUeELwkcJniGEmH8fXyqDlB73/view?usp=sharing) (Bản tin về mối đe dọa cộng đồng tháng 4 năm 2022) của High Intensity Drug Trafficking Area (HIDTA) (Khu vực buôn bán ma túy cường độ cao) Oregon
		- [Fentanyl Aware](https://fentanylaware.com/) (Nhận thức về Fentanyl) chiến dịch nâng cao nhận thức cộng đồng của Quận Lane về fentanyl, quá liều và naloxone
		- [Save Lives Oregon](https://www.savelivesoregon.org/) (Cứu mạng Oregon) tìm hiểu thêm về naloxone, cách sử dụng và truy cập các hướng dẫn đào tạo
		- [Opioid overdose reversal medication](https://www.oregon.gov/oha/PH/PREVENTIONWELLNESS/SUBSTANCEUSE/OPIOIDS/Pages/ReverseOverdose.aspx) (Thuốc đảo ngược tác dụng quá liều của opioid) nguồn thông tin của Bộ Y tế Oregon
		- [Fentanyl Overdose Deaths, Multnomah County 2018-2023](https://multco-web7-psh-files-usw2.s3-us-west-2.amazonaws.com/s3fs-public/fentanyl_overdose_mortality_report_2023.pdf) (Tử vong do dùng quá liều Fentanyl, Quận Multnomah 2018-2023) một báo cáo từ Sở Y tế Quận Multnomah
	+ **Đường dây trợ giúp**
		- [Youthline](https://oregonyouthline.org/?utm_medium=email&utm_source=govdelivery) (Đường dây trợ giúp thanh niên) là một đường dây trợ giúp giải quyết khủng hoảng từ thanh thiếu niên đến thanh thiếu niên. Hãy gọi 1-877-968-8491 hoặc nhắn tin “teen2teen” tới 839863.
		- [**988 Lifeline**](https://988lifeline.org/)(Đường dây cứu sinh 988)Nếu quý vị hoặc ai đó quý vị biết đang gặp khó khăn hoặc khủng hoảng, chúng tôi luôn sẵn sàng trợ giúp 24/7 (24 giờ trên 7 ngày). Hãy gọi hoặc nhắn tin 988 hoặc trò chuyện trực tuyến tại [988Lifeline.org.](https://988lifeline.org/) 988 Lifeline trả lời các cuộc gọi, tin nhắn và trò chuyện bằng tiếng Anh hoặc tiếng Tây Ban Nha, với dịch vụ thông dịch cho hơn 250 ngôn ngữ. Những người điếc, khiếm thính hoặc muốn sử dụng Ngôn ngữ Ký hiệu Hoa Kỳ có thể kết nối trực tiếp với cố vấn 988 được đào tạo về ASL.
 |