



# Nhận sự trợ giúp cần thiết thông qua Đường dây Trợ giúp về Rối loạn Sử dụng Dược chất miễn phí, ẩn danh của chúng tôi



Thật khó để thừa nhận rằng quý vị gặp một vấn đề nào đó hay mọi việc không diễn ra “theo ý muốn”. Thậm chí, quý vị có thể cảm thấy đó là một điểm yếu mà mình cần che giấu. Tuy nhiên, nghiện rượu và ma túy không phải là một căn bệnh. Và nữa, tình trạng này có thể điều trị được. Thật không may, cảm giác tội lỗi và kỳ thị xã hội khiến nhiều người không đi tìm hướng điều trị. Nhất là khi quý vị cảm thấy làm vậy có thể khiến quý vị mất việc, không còn là tấm gương tốt cho gia đình và các con nữa, hoặc khiến quý vị cảm thấy bản thân mình bị giảm giá trị. Nhưng nếu đó là bất cứ căn bệnh đe dọa tới tính mạng nào khác, quý vị sẽ được chăm sóc ngay lập tức. Quý vị có thể đánh bại căn bệnh ấy. Và chúng tôi có thể trợ giúp.

## Các chuyên gia được cấp phép của chúng tôi có thể:

- Lắng nghe để thấu hiểu tình hình của quý vị
- Sắp xếp một buổi gặp với cố vấn phục hồi, người này sẽ lập một chương trình chăm sóc cá nhân hóa cho quý vị
- Giới thiệu quý vị tới các nhà cung cấp, phương án điều trị và nguồn lực hỗ trợ khác
- Giúp xếp lịch hẹn với nhà cung cấp
- Chỉ định cho quý vị một Cố vấn Chăm sóc được cấp phép riêng, người này sẽ hỗ trợ trong tối đa 6 tháng sau khi điều trị

## Tìm trợ giúp cho bản thân hoặc người thân ngay hôm nay

Gọi tới số miễn cước của Đường dây Trợ giúp về Rối loạn Sử dụng Dược chất theo số **1-855-780-5955** hoặc truy cập **liveandworkwell.com/recovery** để sử dụng tính năng trò chuyện trực tiếp. Có sẵn 24/7. Để biết thêm thông tin về cách sử dụng quyền lợi chăm sóc sức khỏe hành vi của quý vị, hãy gọi tới số miễn cước của Dịch vụ Hội viên theo số **1-866-270-5785**, TTY **711**.

*Đây là dịch vụ bảo mật và miễn phí. Thông tin cá nhân của quý vị sẽ được giữ bí mật theo luật pháp của tiểu bang và liên bang.*

[UHCommunityPlan.com/CA](https://UHCommunityPlan.com/CA)

**United  
Healthcare**  
Community Plan

# Tìm hiểu thêm về rối loạn sử dụng dược chất (SUD)

## Rối loạn sử dụng dược chất là gì?

- Rối loạn sử dụng dược chất xảy ra khi việc sử dụng đồ uống có cồn, thuốc lá hoặc các loại thuốc (bao gồm cồn, opioid, thuốc phiện, chất kích thích và chất gây ảo giác) gây ra tình trạng suy giảm nghiêm trọng, bao gồm vấn đề sức khỏe, tình trạng khuyết tật và không thể thực hiện các trách nhiệm chính ở cơ quan, nhà trường hoặc tại nhà.<sup>1</sup>
- SUD là tình trạng bệnh lý mãn tính, phức tạp. Giống như các tình trạng bệnh lý mãn tính khác, SUD cần được chú ý chăm sóc lâu dài bằng các loại hình điều trị và hỗ trợ cần thiết khác nhau qua thời gian.
- Các yếu tố nguy cơ đối với SUD bao gồm tiền sử gia đình có người nghiện, áp lực từ xung quanh và các vấn đề sức khỏe tâm thần khác như trầm cảm, rối loạn tăng động giảm chú ý (ADHD) hay rối loạn stress hậu sang chấn (PTSD).<sup>2</sup>

## Đây có phải một căn bệnh không?

- Có. SUD là một khiếm khuyết trong nhân cách hay dấu hiệu của sự yếu đuối. Đó là một căn bệnh nghiêm trọng đe dọa tới tính mạng. Tuy nhiên, có nhiều cách điều trị hiệu quả và có thể phục hồi.
- Hàng triệu người từ khắp các nẻo đường cuộc đời đang phải vật lộn với điều này. Quý vị không phải là người xấu. Đây là một căn bệnh có thể điều trị được.
- Những người đang mắc bất cứ hình thức SUD nào đều

cần sự hỗ trợ, cảm thông và điều trị thực chứng để phục hồi, giống như với bất cứ căn bệnh nghiêm trọng nào khác vậy. Chúng tôi có thể giúp.

## Vì sao việc điều trị SUD lại quan trọng?

- Đây là một vấn nạn quốc gia. Gần 21 triệu người Mỹ đang vật lộn với chứng rối loạn sử dụng dược chất. Hàng triệu người khác có thể lạm dụng đồ uống có cồn hay thuốc kê toa hoặc sử dụng dược chất bất hợp pháp, khiến họ có nguy cơ bị nghiện.<sup>3</sup>
- Vấn nạn này gây chết người. Số ca tử vong, mắc bệnh và khuyết tật do sử dụng dược chất nhiều hơn bất cứ tình trạng có thể phòng ngừa nào khác.<sup>4</sup> Trong giai đoạn từ năm 2002 đến 2017, tỷ lệ tử vong do dùng thuốc quá liều đã tăng hơn 200%, trong khi số ca tử vong do dùng quá liều liên quan tới opioid thì tăng gấp bốn (các loại thuốc opioid, dù kê toa hay bất hợp pháp, đều là nguyên nhân chính gây tử vong do dùng thuốc quá liều).<sup>5</sup> Ước tính, mỗi năm có 88,000 người tử vong do nguyên nhân liên quan tới đồ uống có cồn, điều này khiến đồ uống có cồn trở thành nguyên nhân hàng đầu thứ ba gây tử vong có thể phòng tránh được.<sup>6</sup>
- Tình trạng này thường không được điều trị. Chỉ có khoảng 1 trong số 10 người mắc SUD là sẽ được điều trị.<sup>7</sup>

## Điều trị bằng thuốc hỗ trợ (MAT) là gì?

- Đường dây Trợ giúp về SUD

giới thiệu người gọi mắc rối loạn sử dụng opioid tới MAT bất cứ khi nào thấy cần thiết. MAT là một cách điều trị rối loạn sử dụng opioid thực chứng, kết hợp giữa các loại thuốc được FDA phê duyệt với liệu pháp cố vấn, hành vi và dịch vụ hỗ trợ phục hồi. Tất cả những cách điều trị này đều là điều mấu chốt để phục hồi thành công.

- Người được nhận MAT cho chứng rối loạn sử dụng opioid hoặc đồ uống có cồn có kết quả tốt hơn và khả năng phục hồi cao hơn so với người chỉ được khử độc hoặc điều trị tâm lý xã hội. Các loại thuốc theo chế độ MAT giúp:
  - Giảm cảm giác thèm và triệu chứng cai nghiện.
  - Chặn ảnh hưởng của đồ uống có cồn và/hoặc opioid trong trường hợp tái phát.
  - Thay đổi tình trạng mất cân bằng hóa học trong bộ não mà hình thành trong suốt quá trình mắc nghiện.
- Nghiên cứu cho thấy rằng nếu thiếu loại thuốc duy trì phù hợp để kiểm soát cảm giác thèm và hình thức hỗ trợ tâm lý xã hội phù hợp, hầu hết mọi người sẽ bị tái phát. Khi đó, kết quả thường dẫn đến thảm kịch. Cụ thể, đối với trường hợp bị rối loạn sử dụng opioid, việc bỏ opioid thậm chí có thể làm giảm mức độ chịu đựng của cơ thể, điều này dẫn đến khả năng dùng quá liều cao hơn khi người đó lại sử dụng opioid.

---

<sup>1</sup> Substance Abuse and Mental Health Services Administration (SAMHSA)

<sup>2</sup> US National Library of Medicine National Institutes of Health

<sup>3</sup> U.S. Department of Health and Human Services (HHS), Office of the Surgeon General, Facing Addiction in America: The Surgeon General's Report on Alcohol, Drugs, and Health. Washington, DC: HHS, tháng 11 năm 2016. Có sẵn tại: <https://addiction.surgeongeneral.gov/surgeon-generals-report.pdf>

<sup>4</sup> National Institute on Drug Abuse. Có sẵn tại: <https://www.drugabuse.gov/publications/healthconsequences-drug-misuse/death>

<sup>5</sup> National Institute on Drug Abuse. Overdose Death Rates – United States. Tháng 8 năm 2018. Có sẵn tại: <https://www.drugabuse.gov/related-topics/trends-statistics/overdose-death-rates>

<sup>6</sup> National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism (NIAAA). Alcohol facts and statistics. U.S. Department of Health and Human Services, Cập nhật tháng 8 năm 2018; <https://www.niaaa.nih.gov/alcohol-health/overviewalcohol-consumption/alcohol-facts-and-statistics>

<sup>7</sup> U.S. Department of Health and Human Services (HHS), Office of the Surgeon General, Facing Addiction in America: The Surgeon General's Report on Alcohol, Drugs, and Health. Washington, DC: HHS, tháng 11 năm 2016. Có sẵn tại: <https://addiction.surgeongeneral.gov/surgeon-generals-report.pdf>