



TRÒ CHUYỆN VỚI THANH THIẾU NIÊN VỀ FENTANYL

Hầu hết các thanh thiếu niên nói rằng họ tin tưởng cha mẹ hoặc người chăm sóc hơn bất kỳ ai khi nói đến thông tin và lời khuyên về ma túy. Trò chuyện với thanh thiếu niên về việc sử dụng ma túy có thể làm hại tới các em và tương lai của chúng như thế nào. Bởi vì với chúng, quý vị chính là chuyên gia.

NHỮNG ĐIỀU CẦN BIẾT

Thanh thiếu niên đang tìm đến những người lớn tin cậy để tìm hiểu về fentanyl và thuốc giả.

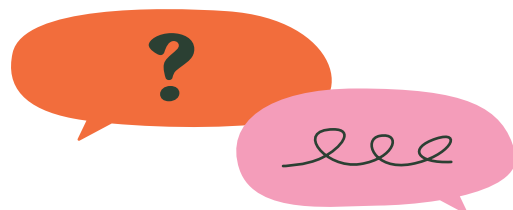
Dưới đây là một số thông tin cơ bản:

- Fentanyl là một loại opioid mạnh, tác dụng nhanh, được sử dụng để kiểm soát cơn đau.
- Fentanyl không có hình dáng, mùi vị hoặc mùi đặc trưng để xác định.
- Fentanyl được kiểm soát (hợp pháp) được sử dụng trong các cơ sở y tế.
- Fentanyl không được kiểm soát (bất hợp pháp) được bán trên đường phố ở dạng thuốc viên hoặc bột.
- Fentanyl bất hợp pháp rất khó lường. Liều lượng nào cũng có thể đủ để gây quá liều hoặc tử vong.
- Nhiều người đã chết vì ngộ độc fentanyl vì nghĩ rằng họ đang dùng Adderall, Percocet hoặc Xanax.

Giải đáp các câu hỏi thường gặp tại:
WAFriendsForLife.com

NHỮNG ĐIỀU CẦN LÀM

- **Chọn một nơi và thời điểm mà cả hai có thể tập trung.**
Nghỉ đến thời gian đi xe, giờ ăn và những thời điểm khác trong ngày.
- **Hãy hỏi những câu hỏi mở và chăm chú lắng nghe.**
- **Giữ bình tĩnh và không phán xét.**
- **Tránh các hành động gây sợ hãi. Không hiệu quả.**
- **Nói với các em rằng quý vị đã lo lắng như thế nào.**
- **Tiếp tục trò chuyện.**
Nhiều cuộc trò chuyện ngắn sẽ hiệu quả hơn là một "Cuộc Trò Chuyện Dài Dòng"



NHỮNG ĐIỀU NÊN NÓI

“Con đã nghe nói về một loại ma túy tên là fentanyl chưa? Con đã biết những gì về nó?”

Tại sao: Quý vị có thể học được những gì các em biết và chia sẻ những gì quý vị biết.

“Ba/mẹ biết những viên thuốc trông có vẻ an toàn khi con nhận từ bạn bè — hoặc thậm chí là từ người lớn — nhưng một vài loại trong số chúng có thể gây quá liều hoặc tử vong.”

Tại sao: Quý vị có thể nêu ra những rủi ro thực sự của thuốc giả và đặt kỳ vọng cho các em về việc chỉ dùng thuốc được kê đơn.

“Ba/mẹ đã đọc một bài báo/xem một video/nghe báo cáo về fentanyl và muốn nói chuyện với con về loại thuốc này.”

Tại sao: Sử dụng tin tức mới giúp quý vị chia sẻ thông tin và nói về cảm giác của quý vị.

“Nếu con có thắc mắc về fentanyl — hay các loại ma túy khác — hãy nói với ba/mẹ. Ba/mẹ có trách nhiệm giữ con an toàn và khỏe mạnh.”

Tại sao: Thanh thiếu niên cần biết rằng các em có thể tìm đến quý vị khi có thắc mắc và quý vị sẽ luôn sẵn sàng giúp đỡ.

CÁCH TỪ CHỐI MA TÚY

Dạy kỹ năng từ chối cho thanh thiếu niên và có thể giúp các em ứng phó với áp lực từ việc thử dùng ma túy.

- **Gửi tin hiệu** Chọn một mã mà các em có thể nhắn tin hoặc gọi điện để quý vị đến đón càng sớm càng tốt.
- **Đổ lỗi** “Tôi sẽ bị cấm túc cả đời nếu ba mẹ tôi (người chăm sóc) phát hiện ra.”
- **Đưa ra một phương án khác** “Thay vào đó tôi sẽ cần một miếng thôi.”
- **Xin lỗi** “Tôi không thể. Tôi có một bài kiểm tra quan trọng vào ngày mai.”
- **Thành thật** “Không, cảm ơn. Tôi không thích.”
- **Tránh những trường hợp như vậy** Tránh đến những nơi có thể có ma túy.

Sự thật là hầu hết thanh thiếu niên không thử dùng bất kỳ loại thuốc nào, vì vậy không thử chúng cũng không sao. Những người bạn tri kỷ luôn quan tâm đến nhau và không gây áp lực cho nhau để chấp nhận những rủi ro không an toàn.



Tìm hiểu thêm tại
WAFriendsForLife.com

Washington State
Health Care Authority