Maryland's Largest School District
MONTGOMERY COUNTY PUBLIC SCHOOLS
Expanding Opportunity and Unleashing Potential

የዕፅ መጠቀምን እና ኦፒኦድ (Opioid) ከመጠን በላይ መጠቀምን በወጣቶች ላይ መከላከል

- **ኦፒኦድ (Opioid)-ተዛማጅ ከመጠን በላይ መጠቀም (overdose) ሀገራዊ ማህበረሰባዊ የጤና አደጋ/ቀውስ ነው።** በህገወጥ ፌንታኒል (fentanyl) የተነሳ የሚከሰቱ ከመጠን በላይ መጠቀሞች እና ሞቶች በወጣቶች ላይ እየጨመሩ ነው።
- **MCPS ምን እያደረገ ነው?** MCPS ከሞንትጎመሪ ጎውዝ ፐርፐል / Montgomery Goes Purple ማህበረሰብ ጥምረት ጋር በመሆን የዕፅ አጠቃቀም ዙሪያ መከላከል እና ድጋፍን እየሰራ ያለው በ፦
  - ለ ናሎክሶን / naloxone (ናርካን / Narcan) ከመጠን በላይ መጠቀም የአደጋ ጊዜ መድሀኒት ግንዛቤን ማሳደግ እና ተደራሽ ማድረግ
  - ት/ቤቶችን ከወጣት ድጋፎች እና ፕሮግራሞች ጋር ማገናኘት
  - የወጣቶች ዕፅ መጠቀምን መፍትሄ እንዲሰጡ እና ስለ አስጨነቃቸው ውሳኔ በተግባር እንዲወስኑ የሚያስችላቸውን ብቃት/አቅም ለቤተሰቦች ለመፍጠር ግብዓቶችን ማቅረብ

*ለተጨማሪ መረጃ፣ የእኛን የ 12/9/22 የማህበረሰብ መልዕክት ስለ ህገወጥ ፌንታኒል (fentanyl) ተመልከቱ

Maryland's Largest School District
MONTGOMERY COUNTY PUBLIC SCHOOLS
Expanding Opportunity and Unleashing Potential

የወጣት ዕፅ ከመጠን በላይ መጠቀም በሞንትጎመሪ ካውንቲ፦ 2021-2022

የወጣት ከመጠን በላይ ዕፅ መጠቀሞች	2021	2022	% ለውጥ 2021 እስከ 2022
ገዳይ	5	11	+120%
ገዳይ-ያልሆነ	22	37	+68%
አጠቃላይ ድምር	27	48	+78%

እነዚህ መረጃዎች የሚያሳዩት የ MCPD ሰራተኞች ምላሽ የሰጡባቸውን ገዳይ እና ገዳይ-ያልሆኑ ከመጠን በላይ መጠቀም ክስተቶችን ነው

አብዛኛዎቹ ከኦፒኦዶች (opioids) ጋር ተዛማጅ የሆኑ ከመጠን በላይ መጠቀሞች በህገወጥ ፌንታኒል (fentanyl) የተነሳ ነው የተከሰቱት፣ በአብዛኛው በሌላ ዕፆች ውስጥ ይገኛል ሀሰተኛ ኪኒኖችን ጨምሮ (ለምሳሌ፦ ኦግዚኮንቲን (Oxycontin)፣ ፐርኮሴት (Percocet)፣ ዛናክስ (Xanax)፣ አደራል (Adderall))።

- እነዚህ መረጃዎች የተሰበሰቡት በሞንትጎመሪ ካውንቲ ፖሊስ ዲፓርትመንት (MCPD) ነው
- ለአጠቃላይ የካውንቲ ነዋሪዎች፣ ገዳይ ያልሆኑ ከመጠን በላይ ዕፅ መጠቀሞች ወደ 21% ቀንሰዋል፣ እና ገዳይ የሆኑ ከመጠን በላይ ዕፅ መጠቀሞች ወደ 26% ቀንሰዋል፣ ይሄም በ 2022 ከቀድሞው አመት ጋር ሲነፃፀር ነው።
- ነገር ግን፣ በ 2022 ከመጠን በላይ ዕፅ መጠቀሞች ለወጣቶች ጨምረዋል እና አሁንም እየጨመሩ ነው

Maryland's Largest School District
MONTGOMERY COUNTY PUBLIC SCHOOLS
Expanding Opportunity and Unleashing Potential

ለመርዳት ወላጆች/አሳዳጊዎች ምን ማድረግ ይችላሉ?

- ስለ ወጣቶች ዕፅ መጠቀም እና ስለ ህገወጥ ፌንታኒል (fentanyl) አደገኛነት ብልጥ/አዋቂ ሁኑ።
- ለልጆችዎ ስለ ዕፅ መጠቀም አደገኛነት ይንገሩ ህገወጥ ፌንታኒልን (fentanyl)፣ መጠቀምን እንዴት ማስቀረት እንደሚችሉ፣ መጠቀም ላይ ቤተሰብ የሚጠብቅባቸውን ነገሮች፣ እና የእርዳታ እና ድጋፍ ተደራሽነትን ጨምሮ
- የዕፅ መጠቀም ምልክቶችን፣ መረበሽ/የሀዘን፣ እና የአዕምሮ ጤና ህመም ምልክቶችን ሊሆኑ የሚችሉን መለየትን በመማር በተቻለ ፍጥነት ግለሰቦች ድጋፍን ማግኘት እንዲችሉ አድርጉ
- የዕፅ መጠቀምን በሚመለከት አግላይ-ያልሆነ ቋንቋ ተጠቀሙ – ይሄም ሰዎች እርዳታ ሲያስፈልጋቸው መፈለግ/መጠየቅ እንዲችሉ ቀላል ያደርግላቸዋል
- ስለ ናሎክሶን / naloxone (ናርካን / Narcan) ተማሩ/እወቁ እና እንደ በቤታች ተቀማጭ መድሀኒቶች የደህንነት እቅድ አድርጋችሁ በቤት ውስጥ ማስቀመጥን አስቡ።

Maryland's Largest School District
MONTGOMERY COUNTY PUBLIC SCHOOLS
Expanding Opportunity and Unleashing Potential

ለመርዳት ወጣቶች ምን ማድረግ ይችላሉ?

- ስለ ኦፒኦዶች (opioids) እና ስለ ህገወጥ ፌንታኒል (fentanyl) አደገኛነት ብልጥ/አዋቂ ሁኑ። ሌሎች ዕፆች (እንደ የሀሰተኛ የሀኪም ትእዛዝ ኪኒኖች ወይም ማሪዋና አይነት) ከፌንታሊን ጋር ሊታመሩ ይችላሉ ስለዚህም ሰዎች እየወሰዱት እንደሆነ እንኳን ላያውቁ ይችላሉ። በጣም ትንሽ መጠኖች ገዳይ ወደ ሆነ ከመጠን በላይ ዕፅ መጠቀሞች ያመራሉ።
- ስለ አዕምሮ ጤናቸው ወይም የዕፅ መጠቀማቸው ሲያሳስባችሁ ጓደኞችን እና ቤተሰብን እንዴት መደገፍ እንደምትችሉ ተማሩ። ማሰባችሁን ማሳየት እና ሰዎች ግብዓቶችን በፍጥነት/አስቀድመው እንዲያገኙ መርዳት ህይወታቸውን ያድናል።
- የዕፅ መጠቀምን በሚመለከት አግላይ-ያልሆነ ቋንቋ ተጠቀሙ – ይሄም ሰዎች እርዳታ ሲያስፈልጋቸው መፈለግ/መጠየቅ እንዲችሉ ቀላል ያደርግላቸዋል.
- ስለ ናሎክሰን / naloxone (ናርካን / Narcan) ተማሩ እና ስለ እዚህ ህይወት-አዳኝ፣ የአደጋ ጊዜ መድሀኒት ለሌሎችም ንገሩ።

Maryland's Largest School District
MONTGOMERY COUNTY PUBLIC SCHOOLS
Expanding Opportunity and Unleashing Potential

የምታውቁት ሰው እርዳታ የሚያስፈልገው/ጋት ከሆነ...

የምታውቁት ሰው በዕፅ መጠቀም ላይ እርዳታ የሚያስፈልገው/ጋት ከሆነ፦

Montgomery Goes Purple (https://montgomerygoespurple.org/)**:**
የሞንትጎመሪ ካውንቲ የመንግስት ኤጀንሲዎች፣ የማህበረሰብ ድርጅቶች እና ግለሰቦች ጥምረት የአደንዛዥ ዕፅ መጠቀምን እና ማገገምን በተመለከተ ለመላው ማህበረሰብ ትምህርት፣ ግብዓቶችን እና ድጋፎችን ለመስጠት በትብብር ይሰራሉ። ይሄንን ክፍል በ ወጣት እና ቤተሰብ ግብዓቶች ላይ ተመልከቱ።

ልጅ እና ታዳጊ ግምገማ አገልግሎቶች (CAAS)
በሞንትጎመሪ ካውንቲ የአደጋ/ቀውስ ማዕከል ውስጥ የ CAAS ፕሮግራም ለሞንትጎመሪ ካውንቲ ወጣቶች አዕምሮ ጤና እና የአደንዛዥ እፅ መጠቀምን ግምገማ ያካሂዳል። የበለጠ መረጃ ለማግኘት በ CAAS@montgomerycountymd.govይገናኙ።

የ SAMHSA ሀገራዊ እርዳታ-መስመር እና ኦንላይን የህክምና ፈልጎ ማግኛ
ለአዕምሮ ጤና እና አደንዛዥ ዕፅ መጠቀም ጉዳዮች ነፃ እና ሚስጥራዊ 24/7 ሪፈራል እና የመረጃ አገልግሎት የሚሰጥ የፌደራል ግብዓት። ወደ ሀገራዊ እርዳታ-መስመር ይደውሉ ወይም የኦንላይን የህክምና ፈልጎ ማግኛተጠቀሙ።

የምታውቁት ሰው እርዳታ የሚያስፈልገው/ጋት ከሆነ...

ከመጠን በላይ እፅ የመጠቀም ማሳያ ምልክቶች

- ዝግ ያለ፣ አነስተኛ/የተቆራረጠ ወይም የቆመ አተነፋፈስ
- እንቅልፋምነት እና መራመድ ማቃት፣ ወይም ከልቦና አለመሆን/አለመንቃት
- ሰማያዊ ከንፈሮች ወይም የጣት ጫፎች
- የገረጣ/ገብስማ የሰውነት ቆዳ
- ጮክ ብሎ ማንኮራፋት እን ጉሮሮ ላይ የሚንኮራኮሩ ድምፆች

ከመጠን በላይ ዕፅ መጠቀምን ከጠረጠራችሁ፦

- ከመጠን በላይ ዕፅ መጠቀም የህክምና አደገኛ ሁኔታ ነው - ወደ 911 ደውሉ እና የሚገኝ ከሆነ ናሎክሶን / naloxone (ናርካን / Narcan) ስጡ
- እዚህ ጋር በመጫን ከመጠን ላለፈ የዕፅ አጠቃቀም ምላሽ ስለመስጠት እና ናርካን (Narcan) ስልጠና እና ግብዓቶችን ስለማግኘት የበለጠ መረጃ ያግኙ
- የሜሪላንድ በጎ ሰው ህግ / Good Samaritan Law ከመጠን ባለፈ ዕፅ አጠቃቀም የሚመጣ አደገኛ ሁኔታ ላይ ድጋፍ የሚያደርጉ ሰዎችን ከእስራት ወይም በአንዳንድ ወንጀሎች ከመከሰስ ጥበቃ/የህግ ከለላ ይሰጣቸዋል

Maryland's Largest School District
MONTGOMERY COUNTY PUBLIC SCHOOLS
Expanding Opportunity and Unleashing Potential

የምታውቁት ሰው እርዳታ የሚያስፈልገው/ጋት ከሆነ...

በጁላይ 2022 ላይ፣ ሀገራዊ የራስን ማጥፋት መከላከል የህይወት መስመር ተቀይሮ “988 ራስ ማጥፋት እና አደጋ/መቃወስ ህይወት መስመር” ሆኗል

እርስዎ ወይም የምታውቁት ሰው ራስን የማጥፋት ሀሳብ ካለባችሁ ወይም ማንኛውም የአዕምሮ ጤና ድንገተኛ አደጋ ካለባችሁ፦

988 ደውሉ ወይም የፅሁፍ መልዕክት ላኩ

- 988 በስልክ ጥሪ፣ በፅሁፍ መልዕክት፣ ወይም በመልክት መለዋወጥ (በ 988lifeline.org) መገኘት ይችላል

Montgomery County Crisis Center
የሞንትጎመሪ ካውንቲ የችግር ቀውስ ማእከል

- ወደ የአደጋ ጊዜ/መቃወስ ማዕከል በ 240-777-4000 ይደውሉ ወይም ወደ 1301 Piccard Dr., Rockville, MD 20850 በአካል መጥተው ይግቡ
- 24 ሰአታት፣ 365 ቀናት በአመት ክፍት ነው

የ MCPS ጠንካራ ተማሪ መተግበሪያ / MCPS Stronger Student App (አሁን ይገኛል)

- 988 ይደውሉ
- የአደጋ (መቃወስ)/አዕምሮ ጤና እና ደህንነት ግብዓቶች