

费郡青少年 药物使用趋势

增加对以下问题的意识和理解:

- 青少年药物使用的趋势
- 与药物使用相关的风险因素
- 阿片类药物和与之相关的危险
- 使用药物和药物过量的迹象
- 现有的预防和治疗资源以及如何获得这些资源

主持人: Stefan Mascoll, 费郡公立学校 (FCPS) 学生安全与福祉协调人

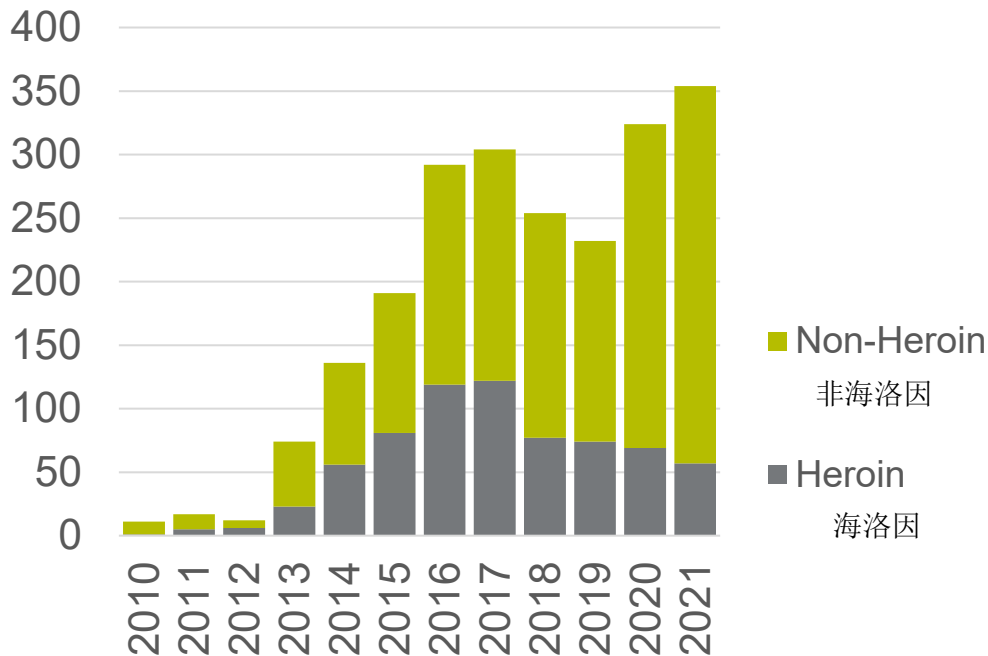
专家小组成员:

- 费郡卫生局 – Adam Allston/René Najera
- 费郡警察局 (FCPD) – Anne Rizza
- 费郡公立学校 –Stephanie Beguin-Howard/Kelly Rankin
- Fairfax-Falls Church社区服务局 (CSB) – David Edelman/Birgit Snellenburg and Marla Zometsky
- 费郡邻里和社区服务部 (NCS) – Jesse Ellis

全国性药物滥用对本地的影响

- 2017年至2019年期间，在费尔法克斯卫生区（费郡、费尔法克斯市和Falls Church市）观察到的致命和非致命阿片类药物过量的减少并没有持续到2020年
- 与全国和维州的数据类似，与2020年相比，2021年本地致命和非致命阿片类药物过量的数据一直呈上升趋势
- 所有年龄段的人都受到阿片类药物流行的影响，其中18至34岁年龄段的人近年来在费尔法克斯卫生区的致命和非致命过量药物的比率最高

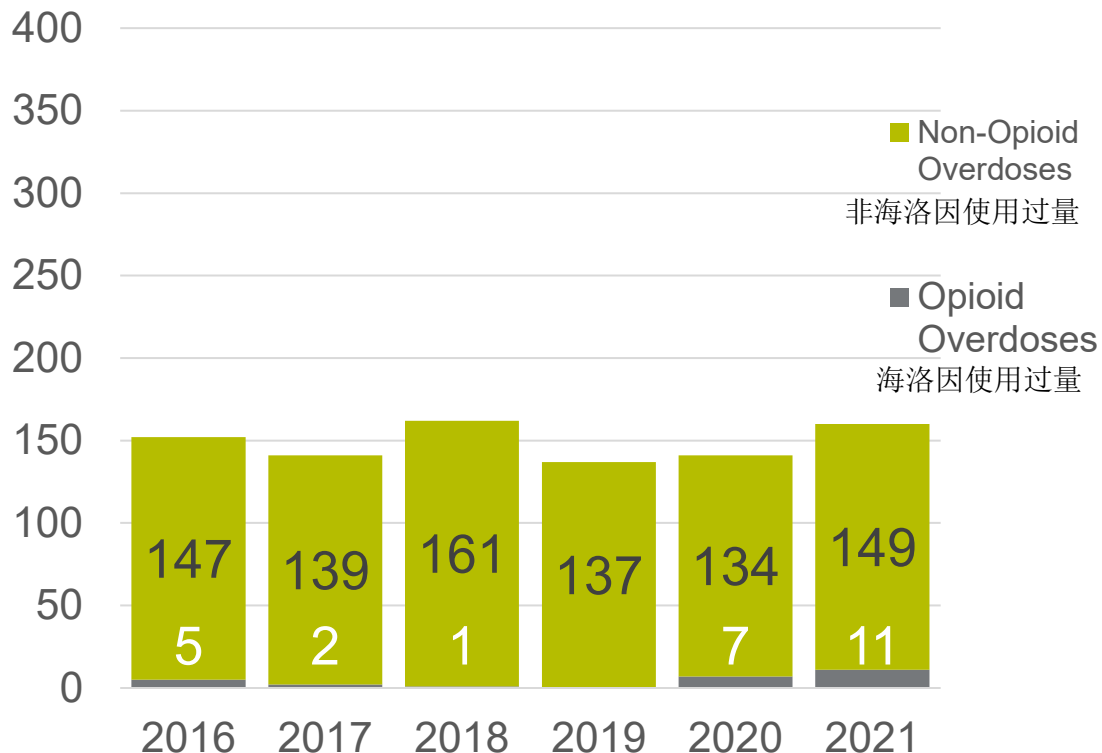
费尔法克斯卫生区因阿片类药物过量而到急诊科就诊的人数，按阿片类药物的类型分列，
2010年到2021年



青少年药物过量

- 来自费郡、费尔法克斯市和Falls Church的急诊室和紧急护理中心的12-17岁的青少年用药过量数据
- 在从2016年的5例下降到2019年的0例之后，阿片类药物过量的数量在2021年增加到11例
 - 截止2022年3月21日6例
- 芬太尼是所有年龄组中被确认为过量使用最多的阿片类药物

2017年至2021年费尔法克斯卫生区12至17岁青少年因药物过量到急诊室和紧急护理中心就诊的人数

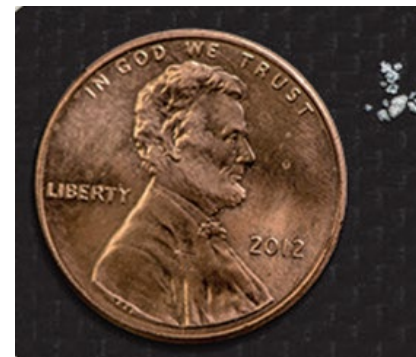


非阿片类药物过量包括酒精、THC、处方药等物质。

- **2021: 271起非致命过量调查**
 - 近50%的人以前曾用药过量
 - 9起涉及18岁以下的个人
- **2022 (截止3/20/2022): 49起非致命过量调查**
 - 7起涉及18岁以下的个人
- **2021: 89起致命过量调查**
 - 一起涉及18岁以下的个人
- **2022 (截止3/20/2022): 17起致命过量调查**

- 在假冒的处方药中，芬太尼的含量明显增加 (Percocet/Xanax)
 - 药品执法管理局实验室测试显示，每10颗芬太尼药丸中就有4颗含有致命剂量 (dea.gov)
- 芬太尼是非法麻醉品（如可卡因、摇头丸和海洛因）中常见的替代品或切割剂

芬太尼为什么如此危险？



芬太尼是一种强大的合成阿片类镇痛剂，与吗啡相似，但其效力是吗啡的**80至100倍**。曾有过其他物质掺入芬太尼的案例，增加了药效。

数据来源: 药品执法管理局 (DEA)

如何识别



正宗Percocet

Authentic Percocet



Counterfeit Percocet

正宗Xanax



假冒Percocet

Authentic Xanax



Counterfeit Xanax

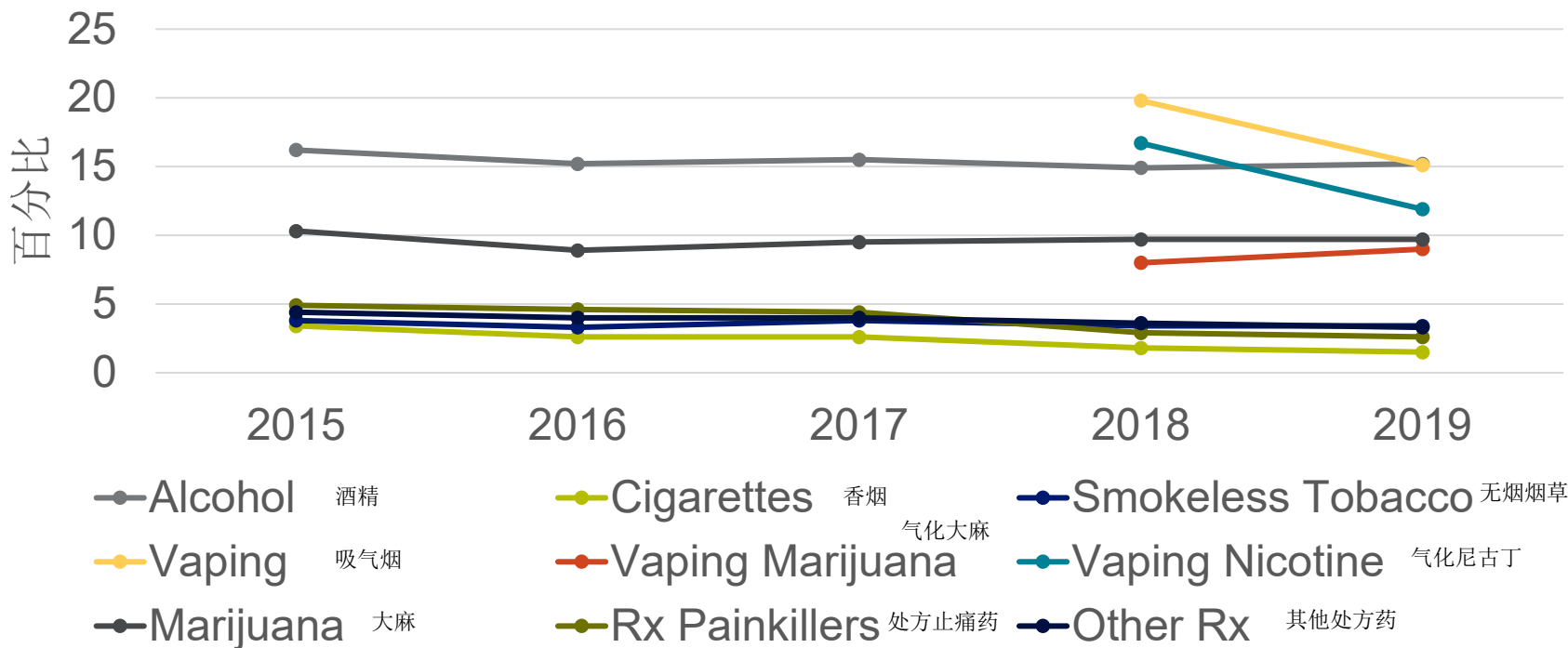
假冒Xanax

保障措施和执法反应

- 鼓励监护人监督青少年与何人交往，身在何处
- 敦促监护人定期审查通过电子设备和社交媒体发送的信件
- 在发生用药过量事件后，执法部门的首要目标是查明并逮捕供应来源
- 受害人/监护人的合作是追踪供应来源的关键，但更重要的是找到并没收受害人可能获得的任何其他毒品

自我报告的 药物滥用

在2019年费郡青少年调查中，报告在过去一个月使用药物的学生在费郡公立学校8年级、10年级和12年级学生中的百分比

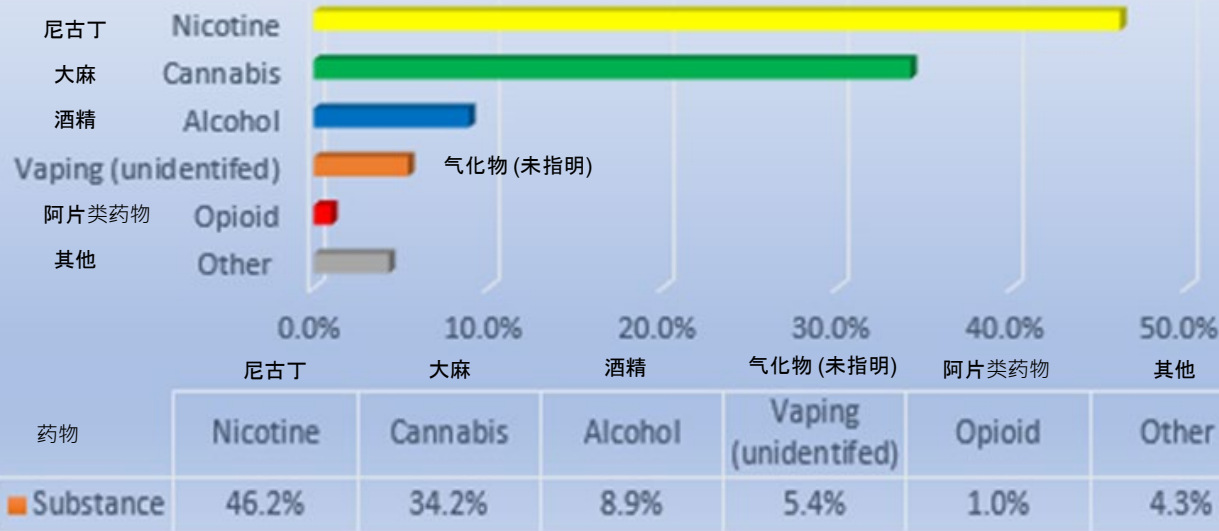


转介到费郡公立学校预防药物滥用计划时的首要关注物质

Top Substances of Concern at Time of Referral to FCPS SAP Program

Sept 2021 - Feb 2022

2021年9月 - 2022年2月



注:

“其他”毒品包括: 苯二氮卓和其他非阿片类药物/药物 (处方药和非处方药)、可卡因/ 霹雳可卡因、吸入剂、致幻剂, 等等。

由于费郡公立学校的预防毒品滥用服务处收集了更准确的过去/当前使用信息 (在建立关系和持续咨询期间), 他们发现阿片类药物的使用比例实际上比转诊时报告的要高一些。

青少年为什么使用药物



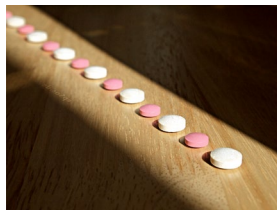
年轻人为什么使用药物

- **合群:** 同龄人压力或认为同龄人都在使用
- **感觉良好:** 愉悦或欣快的感觉
- **感觉更好:** 处理创伤、精神、情感、身体疼痛或压力
- **为了做得更好:** 提高身体或认知性能
- **试验:** 新的体验，消除无聊
- **成瘾和依赖性:** 耐受性增加，长期寻求药物，与戒断有关的不良症状

来源: 全国药物滥用研究所, bit.ly/36mBchn

成癮

- 许多美国人以某种方式受到毒癮的影响。
- 成癮无关种族、宗教、民族或社会经济地位。它可以发生在每个人身上。
- 每一个患有毒癮的人都是从第一次喝酒、吃药或吸食开始的。
- 教育自己或从药物滥用预防服务处了解有关成癮阶段的信息。



给家长/ 监护人的建议:

不要因为担心谈论毒品和酒精会让孩子产生使用药物的想法而回避。确保您的孩子理解您对药物使用的价值观。据统计，如果父母认为使用毒品和酒精是错误的，其子女就不太可能使用。

什么是成瘾？

- 一种大脑疾病
- 成瘾的特征是：
 - 无法长期**戒用**；
 - 对**行为控制**造成影响；
 - **渴望**，或对毒品或奖励性经历的 "饥饿感" 增加；
 - 对自己的行为和人际关系的重大问题的**认识减弱**；以及
 - **情绪反应**的功能失调。

来源: 美国成瘾医学会2016年

药物和青少年的大脑

Some drugs target the brain's pleasure center

一些药物针对大脑的愉悦中心

Brain reward (dopamine pathways)

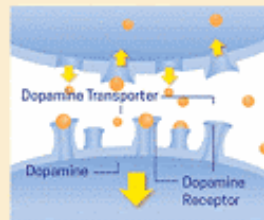
大脑奖励 (多巴胺通道)

How drugs can increase dopamine

药物怎样增加多巴胺

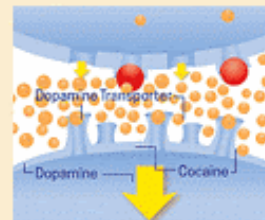


These brain circuits are important for natural rewards such as food, music, and sex.



While eating food

Typically, dopamine increases in response to natural rewards such as food. When cocaine is taken, dopamine increases are exaggerated, and communication is denied.



While using cocaine

吃食物时
通常情况下，多巴胺的增加是对食物等自然奖励的反应。当服用可卡因时，多巴胺的增加会被夸大，并且交流被拒绝。

使用海洛因时
多巴胺的增加是对食物等自然奖励的反应。当服用可卡因时，多巴胺的增加会被夸大，并且交流被拒绝。

这些脑回路对自然奖励很重要，如食物、音乐和性。

- 青少年大脑中的多巴胺水平较低，意味着他们感到厌烦，并使他们更容易受到药物带来多巴胺的虚假激增
- 奖励系统在青少年中高度发达，但前额叶皮层却不那么发达
- 更有可能承担风险，只注意他们决定/行动的积极部分
- 多巴胺产生平静和控制的感觉
- 在这段时间里，大脑经历重大变化: 修剪，形成新的神经连接，以及髓鞘。

来源: 国家药物滥用研究所和Siegel, Dan, *Brainstorm*, 2014年

什么是阿片类药物？



什么是阿片类药物？

阿片类药物是指整个阿片类药物家族，包括天然、合成和半合成药物。

这些药物在化学上是相关的，并与身体和大脑中神经细胞上的阿片类受体相互作用。

阿片类药物包括：

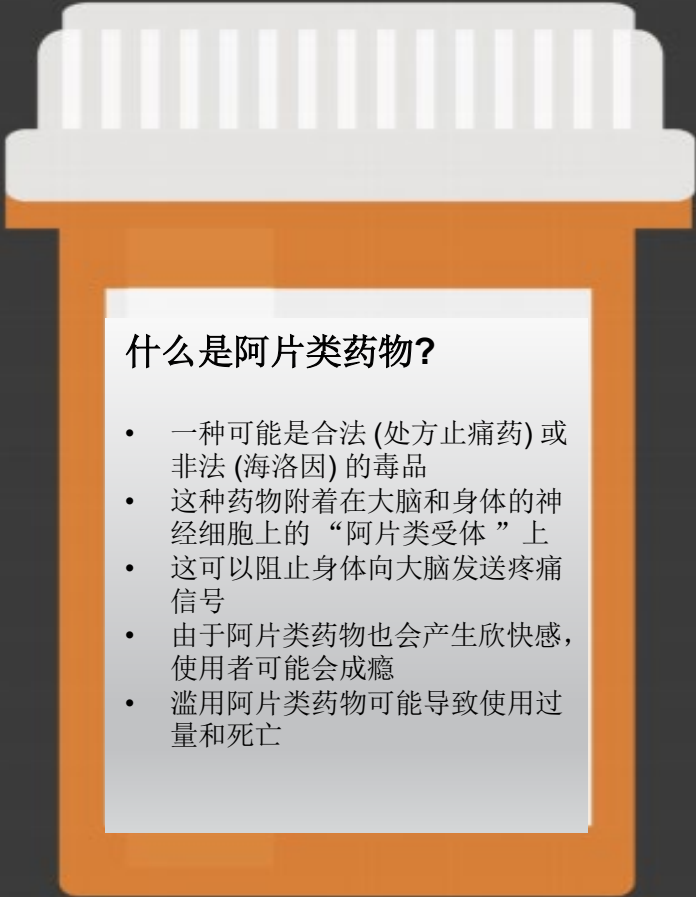
- 海洛因
- 丁丙诺啡
- 可待因
- 芬太尼
- 氢可酮
- 哌克西特 = 羟考酮 + 对乙酰氨基酚
- 氢溴酸苯丙胺
- 美佩里丁
- 美沙酮
- 吗啡
- 羟考酮



注：阿普唑仑（"Xanax"）通常被误认为是阿片类药物，而它实际上是一种苯二氮卓类药物。

什么是阿片类药物? (续)

- 阿片类药物具有**高度的成瘾性**。
- 阿片类药物是用于帮助人们控制疼痛的**必要止痛药**。
- 阿片类药物也可以是在街上出售的**非法药物**。
- 阿片类药物是造成全美国和维州大多数**药物过量**的原因。
- 医生开的阿片类药物 (用于运动伤害等) **可能被滥用**, 并可能导致成瘾。
- **任何人都可能**对阿片类药物成瘾。

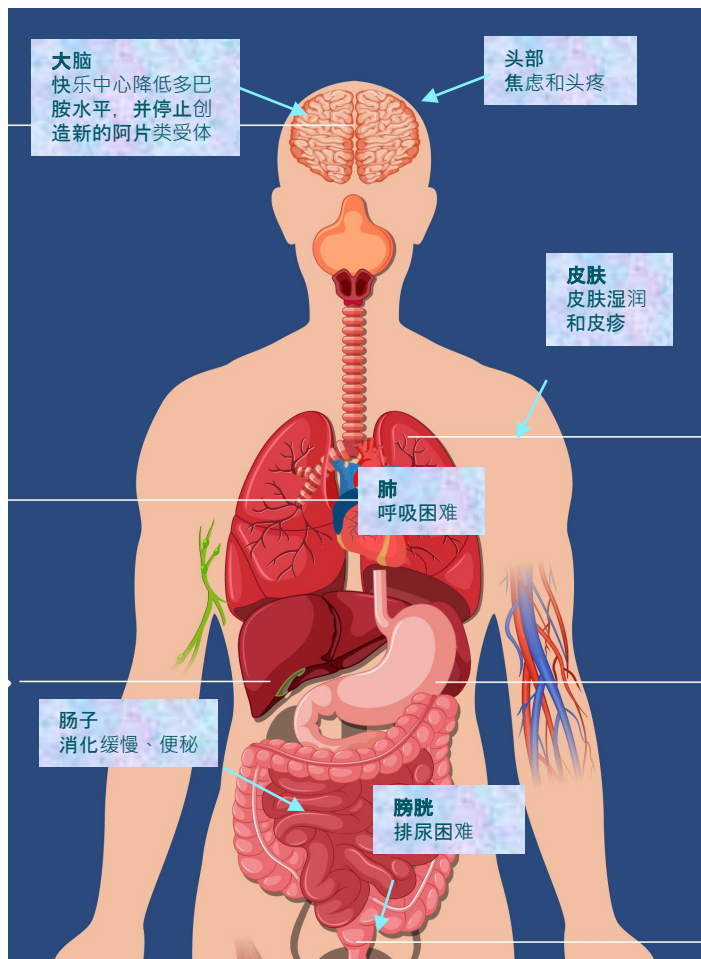


什么是阿片类药物?

- 一种可能是合法 (处方止痛药) 或非法 (海洛因) 的**毒品**
- 这种药物附着在大脑和身体的神经细胞上的“阿片类受体”上
- 这可以阻止身体向大脑发送疼痛信号
- 由于阿片类药物也会产生欣快感, 使用者可能会**成瘾**
- 滥用阿片类药物可能导致使用**过量**和死亡

使用阿片类药物的副作用

- 对疼痛更为敏感
- 焦虑和抑郁症
- 呼吸缓慢
- 严重便秘
- 排尿困难
- 免疫系统减弱
- 器官衰竭



图像来源:
费郡公立
学校预防
滥用药物
项目

阿片类药物过量是什么样子？

知道迹象



无反应

不动，不能被唤醒



呼吸缓慢或无呼吸

每5秒钟呼吸一次属于正常



噪音

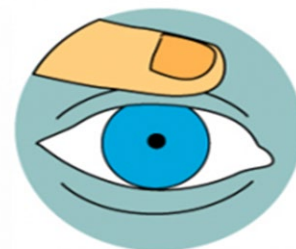
窒息声、潺潺声或打鼾声



嘴唇和指甲发紫



寒冷或潮湿的皮肤



瞳孔缩小

Opiate Withdrawal Timeline

阿片类药物戒断时间表

72小时



Last Dose

最后一剂

症状开始

Symptoms Begin

6-12小时

6-12 hours

Short-Acting Opiates

短效阿片剂



30 hours

30小时

Long-Acting Opiates

长效阿片剂



72 hours

Symptoms Peak

症状峰值

- ✓ Nausea 恶心
- ✓ Vomiting 呕吐
- ✓ Stomach Cramps 胃痛
- ✓ Diarrhea 腹泻
- ✓ Goosebumps 鸡皮疙瘩
- ✓ Depression 抑郁
- ✓ Drug Cravings 药瘾



胃痛

家长可以做些什么？



在家里出现的迹象和症状

- 回避接触或谈话
- 您不认识的新朋友
- 情绪波动增加，易怒，爆发性的愤怒
- 饮食和睡眠模式的改变
- 家里丢失钱或处方药
- 身体外观的变化
- 对嗜好或体育失去兴趣
- 说谎 (尤其是关于什么人，什么以及什么地方)
- 与朋友秘密谈话



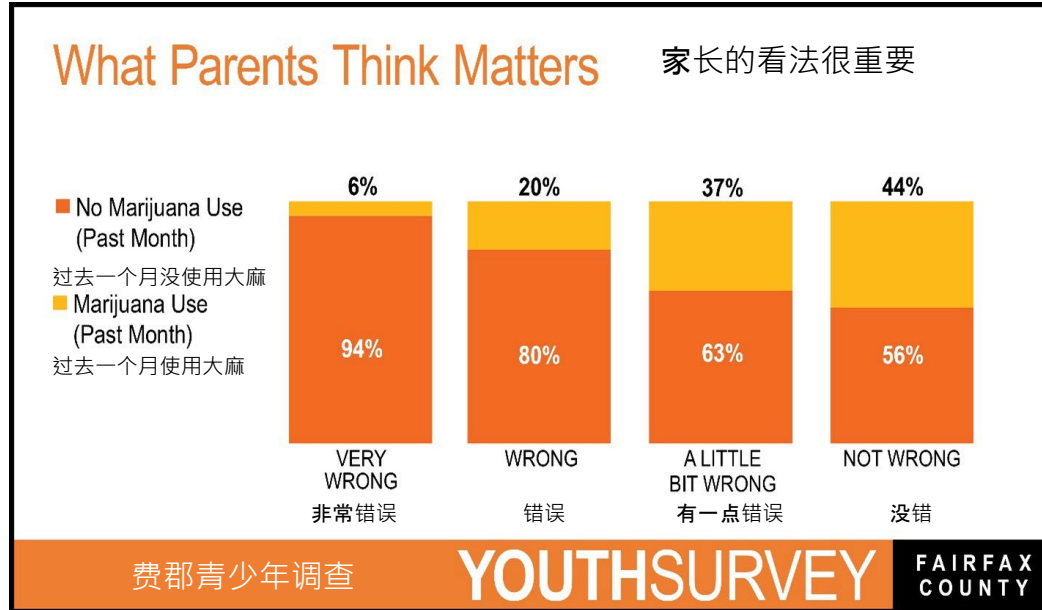
在学校里的迹象和症状



- 逃学 (翘课或整天不上学)
- 被停学
- 成绩不及格
- 不按时完成作业
- 缺乏动力，态度冷漠
- 上课时瞌睡
(特别是在午饭后)
- 蔑视规则，不断出现纪律问题
- 欺骗
- 偷窃
- 无拘素地谈论药物使用
- 每天都有不稳定的行为变化

与您的青少年就药物问题进行沟通

- 以爱的方式和他们交谈。
- 讨论为什么使用药物。
- 明确说明**家庭规则**和对您孩子的**期待**。
- 让他们参加**积极的**活动。
- 帮助他们**接受治疗**或其他帮助。
- 家长成为好的**行为楷模**。





THREE to SUCCEED

The Factors That Matter

预防战略

- 家长/照顾者监督
- 与您的孩子谈一谈毒品和有关毒品使用的家庭规则/期望
- 鼓励青少年参加体育/活动/俱乐部/嗜好
- 家长成为积极的行为楷模
- 让儿童/家庭接受创伤、悲痛、家庭成瘾、心理健康问题等方面的治疗。
- 照顾好家庭成员的身体、情绪和心理健康。

PREVENTION
is key 

预防最重要

预防战略

- 与医生讨论疼痛管理，避免使用不必要的阿片类药物；询问替代品。
- 绝不要比处方量更多或更频繁地服用阿片类药物。
- 绝不要出售或分享阿片类药物。
- 监督孩子对方药的使用。
- 处理药物并锁好处方、其他通常被滥用的药物和酒精（联系药物滥用预防办公室以获得药物锁箱和处理工具，或访问当地化学品安全办公室：<http://bit.ly/med-lock-box>）
- 参加化学品复苏培训，学习怎样识别和处理阿片类药物过量救助



了解和谨慎
使用处方药



扫描本二维码，获得更多信息。

访问 www.KnowRX.org，获得更多信息

复苏!

- 复苏! 提供以下培训:
 - 怎样识别阿片类药物过量的迹象和症状
 - 如何使用纳洛酮扭转阿片类药物过量的影响
 - 应该做什么和不做什么
- 每个参与者获得一个免费的复苏!袋, 其中包括施用纳洛酮所需的所有用品。
- 免费向费郡居民提供纳洛酮
- 提供西班牙语课程
- 了解更多信息和培训日期: <http://bit.ly/revive-csb>

复苏! 阿片类药物过量
和纳洛酮教育虚拟课程

REVIVE!
Opioid Overdose and
Naloxone Education

Virtual class 



扫描本二维
码, 获得更
多信息。

早期干预和治疗服务



费郡公立学校药物滥用预防 (SAP)

服务:

- ★ **第一层次: 向所有学生、家庭、工作人员和社区提供教育和宣传**
 - 预防课程/演讲
 - 实况, 网络研讨会, 播客, 社交媒体, 课堂, 社区
 - 学生, 家长, 教师, 社区成员
 - 社区宣传
 - 预防运动、倡议、社交媒体信息

- ★ **第二层次: 个人和小组简要干预/咨询**
 - 转介
 - 纪律与非纪律
 - 简单的筛查、教育、咨询

- ★ **第三层次: 向学生/家庭推荐外部资源**
 - (更高层次的关照)
 - 和CSB及其他社区和私人机构以及治疗中心合作



SCAN ME



请扫描或登录

<https://bit.ly/3tG5Mw0>

571-423-4270

- 门诊
 - 个人治疗
 - 家庭治疗
 - 小组治疗
- 日间治疗/部分住院
- 住家治疗/住院治疗/排毒
- 熟悉最低限制性环境的概念



扫描本二维码，获得更多信息。

<https://bit.ly/3LxqofK>

支持接受治疗的学生

当学生在学校里上学并接受治疗的时候

- 在学校里找到安全的地方
- 参加没有毒品的活动
- 和家长保持联系

从住院、住宿或日间治疗返回的学生

- 为了支持学生重返学校，治疗机构应制定出院计划
- 在出院前与药物滥用预防或学校社会工作部门联系，以确保没有服务的空白。

儿童参加的健康活动

寻找有趣和安全的项目

康乐项目的好处

- 安全
- 有趣
- 健康活动
- 学习支持
- 社会情感发展
- 积极的关系
- 良好的行为楷模

邻里和社区服务

项目	年级	地点	课后	暑期
学龄儿童照顾	幼儿园-6年级	100+	✓	✓
社区中心	幼儿园-12年级	9 (很快再开放3个!)	✓	✓
青少年中心	7-12年级	12	✓	✓
技术中心	幼儿园-12年级	14	✓	✓
治疗性娱乐	幼儿园-12年级	10+	✓	✓

- 中学课后项目
- 公园管理局“Parktakes”项目
- 社区体育项目
- 社区课后项目

连接资源/服务



如果情况存在生命危险，请打911。

Fairfax-Falls Church社区服务局紧急服务 (24/7) - 供患有精神疾病、药物使用障碍和/或发育障碍需要立即帮助的人使用。

703-573-5679 <https://bit.ly/CSB247>

社区服务局进入和转介 - 为青年、成人和孕妇提供评估和转诊服务，包括基于办公室的阿片类药物治疗。

703-393-8500 <https://bit.ly/CSBentry>

社区服务局Fairfax排毒中心 (24/7) - 短期住宿计划，帮助成年人安全地从毒品和/或酒精的影响中解毒。

703-502-7000 <https://bit.ly/CSBdetox>

CR2 (24/7) - 为面临心理健康和/或药物使用危机的儿童、青年和成人提供快速反应。

572-364-7390 www.cr2crisis.com

REACH (24/7) - 稳定发育障碍人士的危机。

855-897-8278 <https://bit.ly/3Lc6YwX>

社区服务局复苏! - 学习如何识别和扭转阿片类药物过量的情况， <http://bit.ly/revive-csb>

药品的安全储存/处置 - 要求得到免费的药物锁箱/药物处理包

<http://bit.ly/med-lock-box>

扫描本二维码，获得更多信息。



全国自杀预防热线: 1-800-273-8255

- 退伍军人 – 按 1
- 西班牙语: 1-800-628-9454
- suicidepreventionlifeline.org

危机短信热线: 发短信“HOME”到 741741

- 一个受过训练的危机顾问收到短信，并通过一个安全的在线平台作出回应。
- <https://www.crisistextline.org/>

PRS危机热线: 703-527-4077 短信热线: 发短信“CONNECT”到 855-11

- 为个人提供危机干预、自杀预防和支持，以便通过提供解决问题的技能和社区资源的信息来促进自主自立，使打电话和发短信的人能够更好地应对情感创伤、个人和家庭危机。
- <https://prsinc.org/crisislink/>

费郡公立学校药物滥用预防

- ❖ 家长/监护人可以给孩子的学校前台工作人员打电话，
或要求辅导员与学校指定的药物滥用预防专家联系。

或者

- ❖ 和学生安全和福祉办公室联系: <https://bit.ly/3tG5Mw0>
571-423-4270

更多药物滥用预防项目信息:

- ❖ 费郡公立学校资源

➤ 搜寻关键词: ATOD, SSAW, Vaping



请扫描

SCAN ME



更多资源



邻里和社区服务-预防: 根据学校/组织的要求，提供关于药物使用和有效育儿等主题的预防方案; 电邮:

ncs-prevention@fairfaxcounty.gov

儿童思维研究所: 提供父母可以用来教导孩子心理健康和应对技巧的资源

<https://childmind.org>

青少年心理健康急救服务: 为从事青少年工作的成年人开设的认证课程

<https://bit.ly/3tEp1pF>

Chris Atwood基金会: 提供广泛的药物使用服务的当地非营利组织

<https://www.thecaf.org/>

北维州家庭服务 (NVFS): 提供许多项目，包括青少年心理健康服务和多元文化心理健康服务；可以通过与您的孩子的费郡公立学校社会工作者、辅导员或家长联络员联系，或通过网站/电话获得北维州家庭服务

www.nvfs.org

费尔法克斯健康心灵: 提供关于识别行为健康需求和寻找护理的信息

<https://bit.ly/36OAha0>

费郡阿片类药物和药物使用特别工作组: 全郡努力解决阿片类药物的流行问题

<https://bit.ly/3JJ18Th>

有问题吗？