

**WILSONA SCHOOL DISTRICT**  
**2022-2023 PRESCRIPTION OPIOIDS INFORMATION SHEET**  
***(Applicable Only for the Current School Year)***

Prescription opioids may be used to help relieve moderate-to-severe pain and are often prescribed following a surgery or injury, or for certain health conditions. These medications can be an important part of treatment but also come with serious risks. It is important to work with your health care provider to make sure you are getting the safest, most effective care.

**WHAT ARE THE RISKS AND SIDE EFFECTS OF OPIOID USE?**

Prescription opioids carry serious risks of addiction and overdose, especially with prolonged use. An opioid overdose, often marked by slowed breathing, can cause sudden death.

The use of prescription opioids can have a number of **side effects** as well, even when taken as directed:

- Tolerance – meaning you might need to take more of a medication for the same pain relief.
- Physical dependence – meaning you have symptoms of withdrawal when a medication is stopped.
- Increased sensitivity to pain
- Constipation
- Nausea, vomiting, and dry mouth
- Sleepiness and dizziness
- Confusion
- Depression
- Low levels of testosterone that can result in lower sex drive, energy, and strength
- Itching and sweating

**RISKS ARE GREATER WITH:**

- History of drug misuse, substance use disorder, or overdose
- Mental health conditions (such as depression or anxiety)
- Sleep apnea
- Pregnancy

***Avoid alcohol while taking prescription opioids. Also, unless specifically advised by your health care provider, medications to avoid include:***

- Benzodiazepines (such as Xanax or Valium)
- Muscle relaxants (such as Soma or Flexeril)
- Hypnotics (such as Ambien or Lunesta)
- Other prescription opioids

**KNOW YOUR OPTIONS**

Talk to your health care provider about ways to manage your pain that don't involve prescription opioids. Some of these options **may actually work better** and have fewer risks and side effects. Options may include:

- Pain relievers such as acetaminophen, ibuprofen, and naproxen
- Some medications that are also used for depression or seizures
- Physical therapy and exercise
- Cognitive behavioral therapy, a psychological, goal-directed approach, in which patients learn how to modify physical, behavioral, and emotional triggers of pain and stress

**IF YOU ARE PRESCRIBED OPIOIDS FOR PAIN**

- Never take opioids in greater amounts or more often than prescribed.
- Follow up with your primary health care provider
  - Work together to create a plan on how to manage your pain
  - Talk about ways to help manage your pain that don't involve prescription opioids
  - Talk about any and all concerns and side effects.
- Help prevent misuse and abuse.
  - Never sell or share prescription opioids
  - Never us another person's prescription opioids
- Store prescription opioids in a secure place and out of reach of others including visitors, children, friends, and family.
- Safely dispose of unused prescription opioids: Find your community drug take-back program or your pharmacy mail-back program, or flush them down the toilet, following guidance from the Food and Drug Administration ([www.fda.gov/Drugs/ResourcesForYou](http://www.fda.gov/Drugs/ResourcesForYou)).
- Visit [www.cdc.gov/drugoverdose](http://www.cdc.gov/drugoverdose) to learn about the risks of opioid abuse and overdose.
- If you believe you may be struggling with addiction, tell your health care provider and ask for guidance or call SAMHSA's National Helpline at 1-800-662-HELP.

**Be Informed!** Make sure you know the name of your medication, how much and how often to take it, and its potential risks and side effects.

For more information, visit: [www.cdc.gov/drugoverdose/prescribing/guideline.html](http://www.cdc.gov/drugoverdose/prescribing/guideline.html)

*Cut and RETURN bottom portion only. Please keep upper portion for your information.*

-----

I have reviewed and understand the provided document regarding prescription opioid information:

|                               |                                    |       |
|-------------------------------|------------------------------------|-------|
| _____                         | _____                              | _____ |
| Student-athlete Name          | Student-athlete Signature          | Date  |
| _____                         | _____                              | _____ |
| Parent or Legal Guardian Name | Parent or Legal Guardian Signature | Date  |

**DISTRITO ESCOLAR DE WILSONA**  
**2022-2023 FORMULARIO DE RECETAS DE ESTUFICIENTES**  
***(Aplicable solo para el año escolar actual)***

Los opioides recetados se pueden usar para ayudar a aliviar el dolor moderado a severo y usualmente se recetan después de una cirugía o lesión, o para ciertas condiciones médicas. Estos medicamentos pueden ser una parte importante del tratamiento, pero también llevan riesgos graves. Es importante trabajar con su proveedor médico para asegurarse de que esté recibiendo la atención más segura y efectiva.

**¿CUÁLES SON LOS RIESGOS Y EFECTOS SECUNDARIOS DEL USO DE ESTUFICIENTES?**

Los opioides recetados llevan graves riesgos de adicción y sobredosis, especialmente con el uso prolongado. Una sobredosis de opioides recetados, marcada por respiración lenta, a menudo puede causar la muerte súbita.

El uso de opioides recetados también puede tener varios efectos secundarios, incluso cuando se toma según las indicaciones:

- Tolerancia - lo que significa que podría necesitar tomar más de un medicamento para el mismo alivio del dolor.
- Dependencia física –lo que significa que tiene síntomas de abstinencia cuando se suspende el uso de un medicamento.
- Mayor sensibilidad al dolor
- Estreñimiento
- Náuseas, vómitos y sequedad de boca
- Somnolencia y mareos
- Confusión
- Depresión
- Bajos niveles de testosterona que pueden resultar en un menor deseo sexual, energía y fuerza
- Comezón y sudoración.

**LOS RIESGOS SON MAYORES CON:**

- Historial de uso indebido de drogas, trastorno por uso de sustancias o sobredosis
- Condiciones de salud mental (como depresión o ansiedad)
- Apnea del sueño
- El embarazo

***Evite el alcohol mientras esté tomando opioides recetados. Además, a menos que su proveedor médico lo indique específicamente, los medicamentos que debe evitar incluyen:***

- Benzodiazepinas (como Xanax o Valium)
- Relajantes musculares (como Soma o Flexeril)
- Hipnóticos (como Ambien o Lunesta)
- Otros opioides recetados

**CONOCE TUS OPCIONES**

Hable con su proveedor de atención médica sobre formas de controlar su dolor que no impliquen opioides recetados. Algunas de estas opciones **pueden funcionar mejor** y tener menos riesgos y efectos secundarios. Las opciones pueden incluir:

- Analgésicos como el paracetamol, ibuprofeno y naproxeno
- Algunos medicamentos que también se usan para la depresión o las convulsiones.

- Fisioterapia y ejercicio.
- Terapia cognitiva conductual, un enfoque psicológico orientado hacia el objetivo, en el que los pacientes aprenden cómo modificar los desencadenantes físicos, conductuales y emocionales del dolor y el estrés.

**SI TIENES OPIOIDES PRESCRITOS PARA EL DOLOR**

- Nunca tome opioides en cantidades mayores o con mayor frecuencia de lo recetado.
- Haga un seguimiento con su proveedor de atención medica
  - Trabajen juntos para crear un plan para el mantenimiento de su dolor
  - Hable sobre maneras de ayudar a controlar su dolor que no involucren opioides recetados
  - Hable acerca de todas y cada una de las preocupaciones y efectos secundarios.
- Ayude a prevenir el mal uso y abuso.
  - Nunca vender o compartir opioides recetados
  - Nunca use opioides de otra persona
- Guarde los opioides recetados en un lugar seguro y fuera del alcance de otros, incluyendo a los visitantes, los niños, los amigos y la familia.
- Deseche de forma segura los opioides recetados que no haya utilizado: encuentre el programa de devolución de medicamentos de la comunidad o el programa de devolución de medicamentos de su farmacia o deséchelos en el excusado siguiendo las instrucciones de la Administración de Medicamentos y Alimentos ([www.fda.gov/Drugs/ResourcesForYou](http://www.fda.gov/Drugs/ResourcesForYou)).
- Visite [www.cdc.gov/drugoverdose](http://www.cdc.gov/drugoverdose) para conocer los riesgos del abuso de opioides y la sobredosis.
- Si cree que puede estar luchando contra la adicción, infórmeselo a su proveedor de atención médica y solicite orientación o llame a la línea de ayuda nacional de SAMHSA al 1-800-662-HELP.

**¡Manténgase informado!** Asegúrese de saber el nombre de su medicamento, cuánto y con qué frecuencia debe tomarlo, y sus posibles riesgos y efectos secundarios.

Para más información visite: [www.cdc.gov/drugoverdose/prescribing/guideline.html](http://www.cdc.gov/drugoverdose/prescribing/guideline.html)

***Por favor corte y REGRESE la parte inferior solamente. Mantenga la información anterior para su información.***

He revisado y entiendo el documento provisto con respecto a la información de opioides recetados:

\_\_\_\_\_  
Nombre del estudiante-atleta

\_\_\_\_\_  
Firma del estudiante-atleta

\_\_\_\_\_  
Fecha

\_\_\_\_\_  
Nombre del padre o tutor legal

\_\_\_\_\_  
Firma del padre o tutor legal

\_\_\_\_\_  
Fecha