



Prescription opioid painkillers: A public health crisis

Understand the risks – and your options

Drug overdoses – largely from prescription opioid painkillers – are the leading cause of unintentional death for adults ages 25-64. Opioid painkillers include commonly known drugs such as Vicodin, Oxycontin, Percocet, Norco, morphine and Dilaudid.

- In 2010, enough prescription painkillers were provided to medicate every American around the clock for one month
- More than 70 percent of people who abuse prescription painkillers get the drugs from family or friends
- The U.S. contains only 4.6 percent of the world's population, but consumes 80 percent of the world's opioids and 99 percent of the world's hydrocodone
- Overdose rates among women have risen 400 percent since 1999, compared to 265 percent among men
- Prescription painkillers are gateway drugs to heroin. Many people who are addicted to prescription painkillers switch to heroin when painkillers become difficult to find or too expensive
- Prescription painkillers are not always the best way to treat acute pain. In most cases, a simple combination of over-the-counter pain relievers like ibuprofen or acetaminophen is more effective at relieving acute pain
- Prescription painkillers have more significant side effects than over-the-counter pain relievers. Those taking prescription painkillers have an increased chance of addiction, gastrointestinal bleeding, longer recoveries from surgery or injury, more cognitive impairment, more respiratory depression and decreased sex drives
- Opioid painkiller abuse is a hidden workplace epidemic. Employees who are taking opioid painkillers may be too impaired to work, even if they are taking the properly prescribed dosage
- Workers taking opioid painkillers have higher worker's compensation claims and are more likely to have disability claims

Bring it home

Opioid painkillers are risky and might not be the best answer for treating acute pain. In order to keep you and your family safe:

- Talk to your doctor about other treatment options. In many cases, over-the-counter pain relievers are more effective with fewer side effects
- If you must take opioid painkillers, take only what is prescribed and for the shortest amount of time possible

- Keep opioid painkillers in a locked medicine cabinet and up and away, out of sight
- Never keep leftover medications. Dispose of unused drugs properly – never flush these drugs down the toilet or throw them in the trash
- Check with your local police department to find drug take-back programs and centers in your community

Sources: National Safety Council, Centers for Disease Control and Prevention, Hopkins-Accident Research Fund Study, National Vital Statistics System, Drug Enforcement Administration

Fast Stat:

Prescription opioid painkillers account for more drug overdose deaths than heroin and cocaine combined.

In fact, **45 people die every day** from prescription opioid painkiller overdose. (*Injury Facts*®)

Green Cross Tip

Opioid painkillers may not be the best way to treat acute pain. In most cases, a combination of over-the-counter acetaminophen and ibuprofen are more effective pain relievers.

If you must take opioid painkillers:

Take the smallest dosage possible for the shortest amount of time

If your doctor prescribes opioid painkillers:

Tell him or her about any past or family history of addiction, such as alcoholism or drug abuse. Ask your doctor if a simple over-the-counter combination of NSAID drugs, such as acetaminophen and ibuprofen, is more appropriate.



Analgésicos opioides de venta bajo receta: una crisis de la salud pública

Comprenda los riesgos y sus opciones

Las sobredosis de drogas, especialmente debido a analgésicos opioides de venta bajo receta, constituyen la causa principal de muertes accidentales en adultos de 25 a 64 años. Los analgésicos opioides incluyen medicamentos conocidos comúnmente, tales como Vicodin, Oxycontin, Percocet, Norco, morfina y Dilaudid.

- En 2010, se proporcionaron suficientes analgésicos de venta bajo receta como para medicar a cada estadounidense todo el día durante un mes.
- Más del 70 % de las personas que abusan de analgésicos de venta bajo receta obtienen los medicamentos mediante sus familiares y amigos.
- Los Estados Unidos albergan solo al 4.6 % de la población mundial, pero consumen el 80 % de los opioides y el 99 % de la hidrocodona de todo el mundo.
- Las tasas de sobredosis en las mujeres se han incrementado un 400 % desde 1999, en comparación con un 265 % en los hombres.
- Los analgésicos de venta bajo receta son medicamentos de iniciación en el consumo de heroína. Muchas personas adictas a los analgésicos de venta bajo receta cambian a la heroína cuando les resulta difícil encontrar analgésicos o cuando estos son muy costosos.
- Los analgésicos de venta bajo receta no siempre representan la mejor forma de tratar un dolor agudo. En la mayoría de los casos, una simple combinación de analgésicos de venta libre, como el ibuprofeno o el acetaminofeno (paracetamol), es más efectiva para aliviar un dolor agudo.
- Los analgésicos de venta bajo receta tienen más efectos secundarios significativos que los analgésicos de venta libre. Las personas que consumen analgésicos de venta bajo receta presentan más posibilidades de experimentar adicción, sangrado gastrointestinal, períodos de recuperación más largos después de una cirugía o una lesión, aumento del deterioro cognitivo, mayor depresión del sistema respiratorio y reducción del deseo sexual.
- El abuso de analgésicos opioides es una epidemia oculta en el lugar de trabajo. Los empleados que consumen analgésicos opioides pueden ver afectada su capacidad para trabajar, incluso si están tomando la dosis recetada correcta.
- Los trabajadores que consumen analgésicos opioides reclaman indemnizaciones laborales más altas, y es más probable que presenten reclamaciones por discapacidad.

Incorpórelo

Los analgésicos opioides son riesgosos y tal vez no sean la mejor solución para tratar el dolor agudo. Para mantener su seguridad y la de su familia:

- Analice con su médico otras opciones de tratamiento. En muchos casos, los analgésicos de venta libre son más efectivos y presentan menos efectos secundarios.
- Si usted debe tomar analgésicos opioides, consuma solamente la dosis recetada durante el menor tiempo posible.
- Conserve los analgésicos opioides en un gabinete para medicamentos cerrado bajo llave que se encuentre alejado, fuera de la vista y a una altura prudencial.
- Nunca conserve los medicamentos excedentes. Deshágase de los medicamentos que no consuma del modo adecuado: nunca arroje estos medicamentos por el inodoro ni en la basura.
- Consulte con su departamento de policía local para encontrar programas y centros de devolución de medicamentos en su comunidad.

Fuentes: National Safety Council, Centers for Disease Control and Prevention, Hopkins-Accident Research Fund Study, National Vital Statistics System, Drug Enforcement Administration

Dato breve:

Los analgésicos opioides de venta bajo receta son responsables de más muertes por sobredosis de drogas que la heroína y la cocaína juntas.

De hecho, **45 personas por día mueren** debido a una sobredosis de analgésicos opioides de venta bajo receta. (*Injury Facts*®)

Consejo de Green Cross

Los analgésicos opioides tal vez no sean la mejor solución para tratar el dolor agudo. En la mayoría de los casos, una combinación de acetaminofeno e ibuprofeno de venta libre es más efectiva para aliviar el dolor.

Si usted debe tomar analgésicos opioides:

Tome la menor dosis posible durante la menor cantidad de tiempo posible.

Si su médico le receta analgésicos opioides:

Infórmele si ha tenido algún antecedente de adicción en la familia, como alcoholismo o abuso de sustancias. Pregúntele a su médico si una simple combinación de medicamentos antiinflamatorios no esteroides (AINE) de venta libre, como acetaminofeno e ibuprofeno, podría ser más adecuada.