



# 5-minute safety talk

## Understanding opioid pain medications: Know the risks

Prescription medications are often helpful in recovery from illness and injury, and chances are you have received benefits from one or more prescribed by your physician. Almost every medication has some risk associated with taking it, including various side effects. Being an informed consumer is very important, especially for the category of drugs referred to as 'prescription opioid painkillers.'

Opioids are medications that relieve pain. Common brand names include Vicodin, OxyContin, Percocet and Dilaudid. These drugs reduce the intensity of pain signals reaching the brain and affect the brain areas controlling emotion, which diminishes the effects of a painful stimulus. Opioid painkillers can impair you, affecting your ability to drive safely, or perform your work safely and effectively.

Opioid medications are powerful drugs and are highly addictive. The misuse and abuse of these medications is nothing short of an epidemic today, and in 2010, more than 16,000 people died of overdose from these medications. Leading up to overdose is the often untold story of a person who was legitimately prescribed one of these medications in too high a dose for too long, became dependent on that medication, and then addicted.

While typically prescribed with an intention for good and relief of pain, this category of medications has some very serious safety and health concerns.

You or a family member may be prescribed one of these medications for an injury, surgery or ongoing pain. It's important to be an informed consumer as you discuss the potential use of these medications with your medical providers and their impact on your safety at home and at work.

### **Be An Informed Consumer If You Are Prescribed An Opioid Painkiller**

#### **Is There An Alternative?**

There are several alternative, non-opioid pain relievers. Ask your doctor if a non-opioid alternative can be prescribed. If not, ask your physician to limit the dose and length of time you take the medication. Be sure to talk to your doctor about the effect of the medication for safe driving, and the ability to perform your work safely and effectively.

#### **Be Truthful About Your History**

Be very clear and honest with your doctor about your medical history. There is no way to determine who will become addicted to a prescription painkiller, however, people with a history of substance abuse including alcohol or other drugs, or those who experience depression and anxiety, are more vulnerable.

#### **Take As Directed**

If you take an opioid prescription painkiller, over time you will feel less of the effect and need more of the medication. Do not use more without talking to your doctor. Safest use of these medications is generally at the lowest possible dose for the shortest duration.

#### **Store Securely**

Do not store these medications in your medicine cabinet, or a desk drawer at work. Select a very secure location for storage, preferably locked. These drugs are highly abused and are very often 'borrowed,' or stolen from unsecured places.

### **Don't Share Your Medications**

Never share any medication your doctor has prescribed with family members, co-workers or anyone else. You may be endangering someone's life, or enabling someone else's dependency or addiction.

### **Don't Hang On to Old Prescriptions**

Always safely dispose of medications once you have stopped taking them. Contact your community police department or pharmacy about how to do this.

### **Understand Your Workplace Policy About Prescription Medications That Cause Impairment**

Be sure to understand the part of your workplace policy that talks about prescription drug use. Prescription opioid medications greatly increase the risk for incidents and errors. It is important that your physician knows if you are in a safety sensitive job, or responsible for any other work where impairment creates an unsafe or high-risk situation. Work with your employer if legitimate prescription use is necessary.

Working as a team with your medical provider, prescription drugs can be helpful and important for treatment. If prescription opioids are recommended, know the alternatives, understand the safety risks and work with your medical provider about your concerns. You should also understand your employer's policy and what to do if the safety and effectiveness of your work may be affected.

Visit [nsc.org/members](http://nsc.org/members) for more safety tips





# 5-minute safety talk

## Analgésicos opiáceos: Conozca los riesgos

Los medicamentos con receta a menudo son útiles para la recuperación de enfermedades y lesiones, y es muy probable que usted haya recibido los beneficios de uno o varios recetados por su médico. Casi todos los medicamentos tienen algún riesgo asociado con su ingestión, incluidos diferentes efectos secundarios. Es muy importante ser un consumidor informado, especialmente en la categoría de fármacos conocidos como "analgésicos opiáceos con receta".

Algunas marcas conocidas son Vicodin, OxyContin, Percocet y Dilaudid. Estos fármacos reducen la intensidad de las señales de dolor que llegan al cerebro y afectan las áreas del cerebro que controlan las emociones, lo cual disminuye los efectos de un estímulo doloroso. Los analgésicos opiáceos pueden ser perjudiciales y afectar su capacidad de conducir de manera segura o realizar su trabajo de manera segura y efectiva.

Los medicamentos opiáceos son potentes fármacos altamente adictivos. El uso indebido y el abuso de estos medicamentos es una epidemia hoy en día, y en 2010, más de 16.000 personas murieron por sobredosis de estos medicamentos. Lo que genera la sobredosis es la historia a menudo no contada de una persona a quien se le recetó legítimamente uno de estos medicamentos en una dosis muy alta durante mucho tiempo, se hizo dependiente de ese medicamento y luego se hizo adicto.

Si bien generalmente se receta con la intención de generar bienestar y aliviar el dolor, esta categoría de medicamentos plantea algunas cuestiones graves relacionadas con la seguridad y la salud.

A usted o a un familiar se le podría recetar uno de estos medicamentos por una lesión, cirugía o dolor constante. Es importante ser un consumidor informado cuando analiza con sus proveedores médicos el uso potencial de estos medicamentos y cómo afectarán su seguridad en el hogar y en el trabajo.

### Sea un consumidor informado si le recetan un analgésico opiáceo

#### ¿Hay alguna alternativa?

Hay muchos analgésicos alternativos no opiáceos. Pregúntele a su médico si puede recetarle una alternativa no opiácea. De lo contrario, solicítele a su médico que limite la dosis y el período en el que tomará la medicación. Asegúrese de hablar con su médico sobre el efecto del medicamento en el manejo seguro y en la capacidad de realizar su trabajo de manera segura y efectiva.

#### Sea sincero sobre sus antecedentes

Sea claro y honesto con su médico sobre su historia clínica. No hay forma de determinar quién se volverá adicto a un analgésico con receta, sin embargo, las personas con antecedentes de abuso de sustancias, incluidos el alcohol y otras drogas, o aquellos que experimentan depresión y ansiedad son más vulnerables.

#### Tómelo como le indicaron

Si toma un analgésico opiáceo con receta, con el paso del tiempo, sentirá menos el dolor y necesitará más medicación. No se administre mayor cantidad sin consultarlo con su médico. El uso más seguro de estos medicamentos generalmente es la dosis más baja posible durante el período más breve.

#### Almacenamiento seguro

No almacene estos medicamentos en su botiquín o en un cajón del escritorio en el trabajo. Elija un lugar muy seguro para su almacenamiento, preferentemente bajo llave. Realmente hay un abuso de estos fármacos, y a menudo se "toman prestados" o se roban de lugares poco seguros.

### No comparta sus medicamentos

Nunca comparta ningún medicamento recetado por su médico con familiares, compañeros de trabajo u otras personas. Puede estar poniendo en peligro la vida de otra persona o facilitando la dependencia o adicción de alguien.

### No guarde recetas anteriores

Siempre deseche de manera segura los medicamentos una vez que haya dejado de tomarlos. Comuníquese con la farmacia o el departamento de policía de su comunidad para saber cómo hacer esto.

### Comprenda la política de su lugar de trabajo sobre medicamentos con receta que generan deterioro

Asegúrese de entender la parte de la política de su lugar de trabajo que trata el uso de fármacos con receta. Los medicamentos opiáceos con receta aumentan en gran medida el riesgo de incidentes y errores. Es importante que su médico sepa si usted se desempeña en un trabajo en el que la seguridad es importante o si es responsable de cualquier otro trabajo en el que el deterioro crea una situación peligrosa o de alto riesgo. Hable con su empleador si es necesario el uso legítimo de medicamentos con receta.

Si trabaja en equipo con su proveedor médico, los fármacos con receta pueden ser útiles e importantes para su tratamiento. Si se recomiendan opiáceos con receta, conozca las alternativas, entienda los riesgos de seguridad y hable con su proveedor médico sobre sus inquietudes. También debe comprender la política de su empleador y qué hacer si la seguridad y efectividad de su trabajo se ven afectadas.

Visit [nsc.org/members](http://nsc.org/members)  
for more safety tips

