



## 과다 복용 위험 평가 및 안전 계획 워크시트

각기 다른 약물은 다른 효과를 나타내며, 일부 약물은 다른 약물에 비해 과다 복용을 유발할 가능성이 더 큼니다. 오피오이드 과다 복용은 심박동수 및 호흡을 느리게 만들 수 있습니다. 각성제 과다 복용(과용)은 심박동수 증가, 불안, 흥분 및 불안 등을 포함하여 한동안 지속되는 다양한 증상을 유발할 수 있습니다. 이 워크시트는 과다 복용 위험을 줄일 수 있는 약물 사용 관행의 변화를 식별하는 데 도움이 됩니다.

이 워크시트는 자율적으로 작성합니다. 여러분은 언제든지 답변을 원하지 않는 질문을 뛰어넘을 수 있습니다. 이름, 생년월일, 주소 등 개인 식별이 가능한 정보를 제공하지 마시기 바랍니다. 이 워크시트는 기밀로 유지됩니다. 귀하가 제공한 모든 정보는 약물 사용 보고로 인한 처벌로 이어지지 않습니다. 귀하의 정보는 안전하게(세션이 끝난 후 귀하가 이 워크시트를 가져가는 경우 귀하에 의해, 사례 관리자가 대신 보관하는 경우 사례 관리자에 의해) 보관되어야 합니다. 귀하가 거주 또는 이용하고 있는 서비스에 영향을 미칠 수 있는 약물 사용 관련 정보를 제공하지 마십시오.

### 약물 사용 관행

다음 중 귀하가 일반적으로 사용하는 약물(처방 또는 비처방)은 어느 것입니까? (해당하는 것을 모두 선택하세요.)

- 헤로인 또는 펜타닐
- 크랙 또는 코카인
- 필로폰
- 정제(오피오이드)
- 정제(벤조디아제핀)
- 알코올
- 기타: \_\_\_\_\_

그러한 약물을 어떻게 사용하십니까? (해당하는 것을 모두 선택하세요.)

- 들이마시거나 코로 흡입
- 흡연
- 주사
- 삼킴
- 기타: \_\_\_\_\_

일반적으로 귀하가 한 번에 사용하는 약물의 양은 어느 정도입니까(예: 1봉지, 2그램, 또는 때에 따라 다름)?

다음 섹션은 귀하의 과다 복용 위험을 평가하고 위험을 줄일 수 있는 방법을 생각하는 데 도움이 됩니다.

### 약물 검사 스트립

약물을 검사하기 위해 펜타닐 또는 자일라진 검사 스트립을 사용하십니까?  예  아니요

예인 경우:

- 약물을 검사하는 데 얼마나 자주 검사 스트립을 사용하십니까? \_\_\_\_\_
- 어떤 약물을 검사하십니까? \_\_\_\_\_

- 약물 검사 결과가 양성인 경우 어떻게 하십니까?
- 
- 약물 검사가 음성인 경우 어떻게 하십니까?

### 약물 혼합

보통 한 번에 한 가지 이상의 약물을 사용하십니까?  예  아니요  
 아니요인 경우, 오피오이드 사용 장애의 내성과 의약품으로 넘어가십시오.

예인 경우:

- 어떤 종류의 약물입니까? (해당하는 것을 모두 선택하세요.)

각성제  억제제  향정신성 의약품  환각제

- 이러한 약물을 어떤 순서로 사용하십니까?

- 한 번에 한 가지 이상의 약물 사용을 피할 수 있습니까?  예  아니요

한 번에 한 가지 이상의 약물 사용을 피할 수 없는 경우, 다음은 가능하십니까?:

- 각 약물의 사용량을 줄일 수 있습니까?  예  아니요
- 다른 약물을 사용하기 전에 기분이 어떤지 기다려 확인할 수 있습니까?  예  아니요

### 오피오이드 사용 장애의 내성과 의약품

하루 이틀이라도 약물 사용을 중단해 본 적이 있습니까?  예  아니요

예인 경우, 중단 후 약물을 사용할 때 다음이 가능하십니까?

- 내성이 감소한 경우 보통 사용하던 양보다 적게 사용할 수 있습니까?

예  아니요

- 더 천천히 사용할 수 있습니까(예: 덜 흡입, 더 천천히 주사 또는 샷에 더 많은 물 첨가)?  예  아니요

현재 메타돈이나 부프레노르핀과 같이 오피오이드 사용 장애 의약품(**medication for opioid use disorder, MOUD**)을 복용하고 있습니까?  예  아니요

예인 경우, 다음 예약까지 유지되는 충분한 처방을 가지고 계십니까?

예  아니요

아니요인 경우, 자신의 오피오이드 사용을 관리하는 데 도움이 되도록 MOUD에 대해 더 자세한 내용을 알고 싶으십니까?  예  아니요

### 날록손

날록손 키트가 없거나, 이미 사용했거나, 분실한 경우 어디에서 날록손 키트를 받을 수 있습니까?  
 확실하지 않은 경우, 도움을 제공하는 직원과 귀하의 선택지에 대해 이야기하십시오.

날록손 키트가 필요한 경우를 대비해 어디에 보관할 수 있습니까?

날록손 키트를 휴대할 수 없는 요인으로 무엇이 있습니까?

---

약물을 사용하는 동안 눈에 잘 보이는 곳에 날록손 키트를 보관합니까?  예  아니요

주변에 자신의 날록손 키트를 보유한 사람이 있습니까?  예  아니요  확실하지 않음

주변에 날록손 사용 방법을 아는 사람이 있습니까?  예  아니요  확실하지 않음

주변에 귀하의 날록손 보관 위치를 아는 사람이 있습니까?  예  아니요  확실하지 않음

날록손은 귀하가 보통 약물을 사용하는 환경에서 쉽게 접근할 수 있습니까?  예  아니요

## 환경

보통 어디에서 약물을 사용하십니까?

---

보통 약물을 사용하는 환경에 문이 있습니까?  예  아니요

예인 경우 그 문은 잠깁니까?  예  아니요

누군가 귀하가 그 환경에 있는 걸 볼 수 있습니까?  예  아니요

그 환경에서 귀하가 과다 복용하는 경우 누군가 귀하를 확인하거나 접근할 수 있습니까?

예  아니요

해당 환경에서 약물을 사용할 때 서둘러야 합니까  예  아니요

귀하가 약물을 준비할 소독 공간이 있습니까?  예  아니요

예인 경우 그 공간에 조명이 밝습니까?  예  아니요

보통 약물을 사용하는 환경을 더 안전하게 만들기 위해 무엇을 할 수 있습니까?

---

## 도움을 줄 수 있는 사람

혼자 사용합니까 아니면 다른 사람들과 함께 사용합니까?

혼자  다른 한 사람과  단체로  때로는 혼자 때로는 여럿이

휴대전화에 있습니까?  예  아니요  가끔

예 또는 가끔인 경우 휴대전화에 3~5분 타이머나 알람을 설정해 귀하가 타이머나 알람을 끌 수 없는 경우 근처의 누군가 귀하를 확인하도록 할 수 있습니까?

예  아니요

혼자 사용하는 경우나 때에, 근처에 귀하를 확인할 사람이 있습니까?  예  아니요

예인 경우 귀하로부터 3~5분 동안 소식이 없는 경우 그들이 저에게 확인하도록 요청할 수 있습니까?  예  아니요

아니요인 경우 귀하로부터 3~5분 동안 소식이 없는 경우 도움을 보낼 누군가에게 전화하거나 문자할 수 있습니까?  예  아니요

아니요인 경우 “Never Use Alone”(마약을 혼자 사용하지 마세요 상담전화, 877-696-1966으로 전화할 수 있습니까?  예  아니요

다른 사람과 함께 사용하는 경우 또는 때에:

- 누군가 과다 복용하는 경우를 대비해서 한 번에 한 사람씩 사용(분산 사용)할 수 있습니까?  
 예  아니요
- 누군가 과다 복용하는 경우를 대비해서 날록손을 보유하고 있을 수 있습니까?  
 예  아니요
- 누군가 과다 복용하는 경우 서로를 안전하게 지키는 방법에 관해 이야기해 본 적이 있습니까?  
 예  아니요

아니요인 경우 어떻게 대화를 시작할 수 있을까요?  내 안전 계획 공유하기

그들의 안전 계획 묻기  내 날록손 보관 장소 이야기하기

기타: \_\_\_\_\_

## 전반적인 건강

호흡에 영향을 미치는 질환을 알고 있습니까?

천식  만성 폐쇄성 폐 질환(chronic obstructive pulmonary disease, COPD)

기관지염  호흡기 바이러스

알레르기  기타: \_\_\_\_\_

이러한 질환에 처방받은 의약품을 복용하고 계십니까?  예  아니요

예인 경우, 해당 의약품이 증상을 조절합니까?  예  아니요

예인 경우, 다음 예약까지 복용할 의약품이 충분합니까?

예  아니요

아니요인 경우, 다음 예약을 위해 담당 의료 서비스 제공자에게 전화할 수 있습니까?

예  아니요

아니요인 경우, 약을 리필하거나 담당 의료 서비스 제공자와의 다음 예약을 잡을 수 있습니까?

예  아니요

다음 약물을 흡연하십니까?

담배  대마초  K2  크랙  기타: \_\_\_\_\_

이러한 약물의 흡연을 중단하거나 줄이기 위한 선택지에 대해 더 자세히 알고 싶으십니까?

예  아니요

담배 흡연량을 줄이기 위한 니코틴 패치나 껌 사용에 관심이 있으십니까?

예  아니요

## 나의 과다 복용 안전 계획

내가 과다 복용하고 싶지 않은 이유

---

내가 겪을 가능성이 있는 위험:

---

내가 겪을 가능성이 없는 위험:

---

나의 과다 복용 위험을 줄이기 위한 전략:

---

혼자 사용하는 경우 나의 안전을 지키는 방법:

---

다른 사람들과 함께 복용하는 경우 나의 안전을 지키는 방법:

---

더 안전하게 사용하는 데 문제를 일으키는 것들:

---

내 건강을 개선하고 과다 복용 및 기타 유해성에 대한 위험을 줄이기 위해 이용할 수 있는 리소스(예: 주사 서비스 프로그램, 과다 복용 예방 센터 및 약물 확인 사이트):

---

내 건강을 개선하고 위험을 줄이기 위해 취할 수 있는 단계:

---