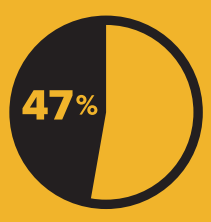
ያረጁ ወይም ያልተጠቀሙባቸውን መድኃኒቶች ይተው።

የአጠቃቀም አላግባብ መጠቀምን ያቁሙ።

ይህን ማድረግ ቀላል ነው።

በአቅራቢያዎ የሚገኝ የመልሶ ማግኛ ኪዮስክ ለማግኘት እና ደህንነቱ በተጠበቀ ሁኔታ የማስወገድ መመሪያዎችን ለማግኘት ይቃኙ።

ሕይወት ማዳን ይችላሉ



ህመም ማስታገሻ መድሃኒቶች፣ በሐኪም የሚታዘዙ አጠቃቀም ጨምሮ፣ አላግባብ ከሚጠቀሙ ሰዎች መካከል ግማሽ ያህሉ የሚወስዱት ከጓደኛ ወይም ከቤተሰብ አባል ነው።[1]

[1] ምንጭ:- Substance Abuse and Mental Health Services Administration

የበለጠ ይወቁ በ
MedTakeBackWashington.org

Washington State Health Care Authority

Washington State Hospital Association