

オーバードーズの危険性について

近年、市販薬によるオーバードーズが10~20代の若者を中心に増加しており、社会的に問題となっています。オーバードーズとは過量服用とも言って、薬の量や飲み方を守らずに短時間に多量の薬を飲んでしまうことです。オーバードーズの結果、長い治療が必要になったり、最悪の場合死に至ることもあります。



オーバードーズって…
市販薬だから安全？
不安が解消される？
幸せな気分になれる？
やめようと思えばすぐやめられる？

その考え、
間違ってます！



薬は飲み方(用法)や1回に飲む量(用量)が決まっています。市販薬であっても、治療目的以外の間違った使い方をするのは大変危険です！

不安の解消や幸福感を得る目的で薬を使用しても、その効果は決して長くは続きません。そして同じ量ではだんだんと効果がなくなり、大量に薬を使用するようになるのです。

さらに大量に薬を使用し続けると、薬物依存の状態になり、自分の意志では簡単にはやめられなくなってしまいます。



「薬物乱用」という言葉を聞くと、大麻や覚醒剤などの違法薬物を想像すると思いますが…
市販薬を治療目的以外で使用する行為も「薬物乱用」です!!

オーバードーズって
そんなに危険なの？



下記はオーバードーズの
主な症状です



立ちくらみ・めまい



吐き気・おう吐



錯乱状態



呼吸困難



幻聴・幻覚

上記以外にも使用した薬の種類によっていろいろな症状が出ます。オーバードーズは、肝臓、腎臓などの臓器や脳に多大なダメージを与え、命をおびやかす大変危険な行為です。

薬は、用法・用量を守り、正しく使用しましょう！

お問合せ：台東保健所 生活衛生課 医務薬事衛生担当 ☎ 03-3847-9416

ゲートキーパー養成 出前講座のご案内 ~困っている人の「架け橋」に~

台東区の自殺死亡率は全国や東京都と比べて高い状況です。自殺は、健康・家庭・経済・生活問題など、さまざまな要因が複雑に絡み合った末に起こると言われています。あなたの周りにも一人で悩みを抱えている人がいるかもしれません。家族や仲間の変化に気づき、寄り添えるようになるために、区ではゲートキーパー養成出前講座を実施しています。ぜひご利用ください。

ゲートキーパーとは

悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聴いて、必要な支援につなげ、見守る人のことです。求められるのは専門的な知識や特別な技術ではなく、専門機関につなぐための「架け橋」になることです。周りに悩んでいる人がいたら、まずは優しく声をかけてみることから始めてみませんか。

声をかける

話をよく聞く

見守る

支援先につなぐ

ゲートキーパー4つの役割

ゲートキーパー養成講座 出前講座の内容

- ・ゲートキーパーの役割
 - ・台東区の自殺の状況
 - ・悩んでいる人への対応方法
 - ・相談窓口
 - ・ゲートキーパー自身のメンタルヘルスなど
- ★その他、ご要望があれば、ご相談ください。

ご利用条件

- ・台東区在住、在勤、在学の方で構成されているグループ・団体(5名以上)
 - ・実施日時：月~金曜日(祝日・年末年始を除く)、9:00~17:00
 - ・所要時間：20~30分程度
 - ・会場の確保や設営はグループ・団体でご用意ください。
- ★費用は無料です。★土日祝日・夜間の開催についてはご相談ください。
★お申込み状況によってはご希望にお応えできない場合があります。予めご了承ください。

申し込み方法

電子申請または下記問い合わせ先へ電話・FAXでお申込みください。FAXの場合、右の二次元コードから申込書をダウンロードし、必要事項を記入のうえ送信してください。



(電子申請)



(FAX用申込書)



お問合せ：台東保健所 保健予防課 精神保健担当 ☎ 03-3847-9405 FAX 03-3847-9424