

药物耐受性和药物过量风险

2019 冠状病毒 (COVID-19) 疫情已从诸多方面影响了纽约民众的生活。对日常活动的严重干扰，包括人们获取和使用药物的方式、脱离正常环境、与疫情相关的隔离等，都可能影响人们对药物的耐受性，并导致药物过量风险增加，尤其是对于阿片类药物使用者来说。

什么是耐药性？它为什么重要？

耐药性是指您的身体对长期固定服用一种药物的适应情况。一旦您对某种药物产生耐药性，您将需要服用更大剂量，才能获得期望的效果。如果您还没有产生耐药性，或者如果您的耐药性较低，则仅需很少量的药物就可能增高您的药物过量风险。

下列情况中，您的耐药性会降低：

- 停止或暂停服用一种药物
- 减少您的服药剂量，即使是在很短的一段时间内
- 改变所服药物的类型
- 改变服药方式
- 服用强度上较以往用药更低的药物，即使是在很短的一段时间内

药物供应的变化也会影响耐药性，包括：

- 药物短缺或获取方式不稳定
- 无法预测的药物质量、纯度和强度变化

重要的是切记，耐药性也可能受到其他因素的影响，包括疾病、压力、新的或不同的环境。近期从看守所、监狱或拘留处获释的人员，或近期从医院或药物滥用治疗专案中出院的人员，均面临着药物过量风险增加的情况，因为他们可能无法再获得这类设施用来治疗阿片类药物使用障碍的药物或药品。

保护自身免于药物过量

想想自己的服药情况在 COVID-19 疫情期间发生了怎样的变化，以及这种变化如何影响了您的耐药性。请问自己：

- 我的服药频率是否降低了？
- 我的服药剂量是否减少了？
- 我是否有时会停止或暂停服药？
- 我所服用的药物质量是否发生了变化？
- 我是否改变了所服用的药物？
- 我的服药方式是否发生了变化？
- 随着本市开始重新开放，我是否会增加服药量？

- 如果我遇到更多的压力因素，例如失业、亲人过世或住房失去保障，我是否有可能增加使用量？

如果您对上述问题中的任何一个回答了是，则您的耐药性就可能受到影响。请务必采取措施，保护自身免于药物过量，特别是在您的耐药性有所降低时。

- 提前计划。与知晓您将服药的人员共同制定一份预防服用过量的安全计划。计划制定模板可在[此处](#)找到。
- 避免单独用药。尝试与他人一起用药，且轮流进行。如果无法与他人一起用药，则考虑致电“Never Use Alone”（请勿单独用药）热线 800-484-3731。
- 尽可能从您信赖的人手中购药，并询问药物品质如何。
- 与其他同样使用药物的人员进行交流，听取他们的用药经验。
- 在准备用药之前，请使用芬太尼试纸检查是否存在芬太尼。如需更多信息及寻找芬太尼试纸，请联系您附近的[注射器服务项目](#) (Syringe Service Program, SSP)。
- 使用比平常更少的剂量，并且慢慢来。
- 随身携带[纳洛酮](#)，且在每次用药时将这种药物放在可见的地方。
- 避免混合用药，包括酒类。如有可能，每次仅服用一种药物。

资源

- 注射器服务项目是为使用药物的人们提供服务和消毒药用设备的计划。请致电您本地的注射器服务项目，查看它们在 COVID-19 疫情期间提供哪些服务。请访问 nyc.gov/health 并搜索“syringe service programs”（注射器服务项目）。
- 如需查找在您附近的纳洛酮，请访问 nyc.gov/naloxone。请在造访社区的项目和药房之前先联络它们，了解纳洛酮的供应情况，因为在 COVID-19 疫情期间，这些设施的营业时间和药物供应情况可能发生了变化。
- 如果您有兴趣开始通过药物来帮助自己控制对阿片类药物的使用，请咨询医疗保健提供者或减轻伤害服务提供者。如需有关 NYC 在线丁丙诺啡诊所的信息，请致电 212-562-2665。
- NYC Well（NYC 健康服务）的工作人员可使用 200 多种语言，全天候提供简短的心理咨询和治疗转诊。如需支持，请致电 888-692-9355，或发送短信“WELL”至 65173，或访问 nyc.gov/nycwell 在线聊天。
- 如需有关财务援助、食品、医疗保健或保险承保范围等方面的资源，请参见[综合资源指南](#)，或访问 nyc.gov/health/coronavirus 并点击“Resources for New Yorkers”（纽约居民资源）。