



**您可以通过我们的免费匿名物质使用障碍求助热线**

## 获得所需的帮助



您很难承认自己有问题或者事情发展得“不太顺利”。您甚至会觉得这是您需要隐藏的弱点。但酒精和药物成瘾是一种疾病。这种疾病是可以治愈的。不幸的是，内疚和耻辱阻碍了許多人寻求治疗。尤其是当您认为这会让您被辞退，在家庭和孩子中失去榜样地位，或者自己不被重视的时候。但如果是其他危及生命的疾病，您会立刻去治疗。您可以战胜这种疾病。我们可以提供帮助。

### 我们的授权专家可以：

- 倾听您的诉说，了解您的情况
- 安排一次与恢复宣导人的会面，他会为您制定个性化治疗计划
- 向您推荐医疗服务提供者、治疗方案和其他资源
- 帮助预约医疗服务提供者
- 为您指派一名专业的授权治疗宣导人，其将在治疗后为您提供长达 6 个月的支持

### 立即为自己或亲人寻求帮助

拨打物质使用障碍求助热线免费电话 **1-855-780-5955** 或访问 [liveandworkwell.com/recovery](https://liveandworkwell.com/recovery) 使用实时聊天。服务时间是每周 7 天，每天 24 小时。要详细了解使用您的行为医疗保健获益的信息，请拨打会员服务免费电话 **1-866-270-5785**，听障专线 **711**。

这是一项保密的免费服务。您的个人信息将根据州和联邦法律得到保密。

# 详细了解物质使用障碍 (Substance Use Disorder, SUD)

## 什么是物质使用障碍？

- 当使用酒精、烟草或药物（包括酒精、阿片类药物、大麻、兴奋剂和致幻剂）造成重大病损，包括健康问题、残疾和无法在工作单位、学校或家庭承担重大责任时，即认为发生了物质使用障碍<sup>1</sup>。
- SUD 是一种慢性、复杂的医疗状况。与其他慢性医疗状况相同，它们需要使用不同类型的治疗和支持进行长期照护。
- SUD 的危险因素包括成瘾家族史、同伴压力和其他心理健康问题，如抑郁症、注意力缺陷/多动障碍 (Attention Deficit/Hyperactivity Disorder, ADHD) 或创伤后应激障碍 (Post-traumatic Stress Disorder, PTSD)<sup>2</sup>。

## 它属于疾病吗？

- 是的。SUD 不是性格缺陷或软弱的标志。它是严重危及生命的疾病。不过有许多有效治疗方法，可以实现恢复。
- 数以百万计来自各行各业的人正在被该疾病折磨。您不是坏人。这是一种可以治疗的疾病。
- 任何形式的 SUD 患者都需要支持、同情治疗和循证治疗才能恢复，就像其他任何严重疾病一样。我们可以提供帮助。

## 为什么治疗 SUD 很重要？

- 这是一个全国性问题。近 2100 万美国人与物质使用障碍作斗争。还有数百万人可能滥用酒精或处方药或使用违禁药物，这使他们面临成瘾风险<sup>3</sup>。
- 这是致命的。药物使用造成的死亡、疾病和残疾比任何其他可预防的不良状况都要多<sup>4</sup>。2002 年至 2017 年期间，用药过量致死的比率增加了 200% 以上，其中涉及阿片类药物的过量致死比率增加了四倍（处方类阿片和非法阿片都是药物过量死亡的主要原因）<sup>5</sup>。据估计，每年有 8.8 万人死于与酒精有关的原因，使酒精成为可预防死亡的第三大原因<sup>6</sup>。
- 它经常得不到治疗。只有大约十分之一的 SUD 患者会得到治疗<sup>7</sup>。

## 什么是药物辅助治疗 (Medication-assisted Treatment, MAT)？

- SUD 求助热线在必要时为阿片类药物使用障碍患者提供 MAT 服务。MAT 是一种对阿片类药物使用障碍的循证治疗，它结合了美国食品药品监督管理局批准的药物治疗和咨询、行为疗法和恢复支持服务。所有这些治疗都是成功恢复的关键。

- 因阿片类药物或酒精使用障碍接受 MAT 治疗的个体比仅接受解毒或心理治疗的个体达到更好的疗效和更高的恢复几率。MAT 药物治疗有助于：
  - 减少药物渴求和戒断症状
  - 如果复发，阻断酒精和/或阿片类药物的影响。
  - 改变在成瘾发展过程中产生的大脑化学失衡。
- 研究表明，如果没有合适的维持药物治疗来控制欲望以及合适的心理支持，大多数人会复发。结果往往是悲惨的。特别是对于阿片类药物使用障碍，即使戒掉阿片类药物也会降低一个人的耐受性水平，导致以后阿片类药物用药过量的几率更高。

<sup>1</sup>物质使用障碍和心理健康服务管理局 (Substance Abuse and Mental Health Services Administration, SAMHSA)

<sup>2</sup>美国国家医学图书馆国立卫生研究院

<sup>3</sup>美国卫生与公众服务部 (Health and Human Services, HHS)，卫生局局长办公室，面对美国的成瘾：卫生局局长关于酒精、药物和健康的报告 华盛顿特区：HHS，2016 年 11 月。获取地址：<https://addiction.surgeongeneral.gov/surgeon-generals-report.pdf>

<sup>4</sup>国家物质使用障碍研究所。获取地址：<https://www.drugabuse.gov/publications/healthconsequences-drug-misuse/death>

<sup>5</sup>国家物质使用障碍研究所。用药过量死亡率——美国。2018 年 8 月。获取地址：<https://www.drugabuse.gov/related-topics/trends-statistics/overdose-death-rates>

<sup>6</sup>国家酒精滥用和酒精中毒研究所 (National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism, NIAAA)。酒精的事实和统计数据。美国卫生与公众服务部，2018 年 8 月更新；<https://www.niaaa.nih.gov/alcohol-health/overviewalcohol-consumption/alcohol-facts-and-statistics>

<sup>7</sup>美国卫生与公众服务部 (Health and Human Services, HHS)，卫生局局长办公室，面对美国的成瘾：卫生局局长关于酒精、药物和健康的报告 华盛顿特区：HHS，2016 年 11 月。获取地址：<https://addiction.surgeongeneral.gov/surgeon-generals-report.pdf>