



## GIẢM THIỂU TÁC HẠI VÀ MỆO AN TOÀN

- Nếu bạn hoặc ai đó sử dụng meth, tránh sử dụng một mình; hãy có người có thể kiểm tra bạn. Nếu sử dụng dụng cụ tiêm, hãy tìm dịch vụ tiêm an toàn (nơi hợp pháp) để giảm nguy cơ bệnh truyền nhiễm.
- Say chất kích thích khác với quá liều opioid. Naloxone (Narcan) đảo ngược quá liều opioid; nó không đảo ngược tác dụng của chất kích thích, nhưng hãy mang theo naloxone nếu có khả năng thuốc bị lẫn opioid (fentanyl). Quá liều liên quan đến chất kích thích (kích động dữ dội, đau ngực, co giật, mất ý thức) cần được cấp cứu y tế ngay.
- Tránh trộn meth với các chất khác (rượu, opioid, benzodiazepine). Sự kết hợp làm tăng tính khó lường và nguy cơ quá liều.
- Nếu nghi ngờ bạn tiếp xúc với hóa chất từ phòng thí nghiệm meth (mùi hóa chất mạnh, cặn bẩn, vết ó), hãy rời khu vực ngay, tránh tiếp xúc và báo cho cơ quan chức năng. Không tự cố gắng làm sạch vì cần có đội xử lý chất thải nguy hại chuyên nghiệp.

## THÔNG ĐIỆP THỰC TẾ: HY VỌNG VÀ HẬU QUẢ

Nhiều người gặp vấn đề liên quan đến meth có thể hồi phục hoặc cải thiện đáng kể khi được điều trị và hỗ trợ ổn định. Thời gian phục hồi hoàn toàn thay đổi tùy mỗi người. Một số tác động nhận thức và cảm xúc có thể cải thiện trong nhiều tháng đến nhiều năm khi ngừng sử dụng và được điều trị; những tác động khác có thể kéo dài hơn. Tìm kiếm sự giúp đỡ sớm sẽ cải thiện kết quả.

## NHÂN VIÊN ỨNG CỨU & NGƯỜI QUA ĐƯỜNG

- Nếu bạn nghi ngờ có người bị phơi nhiễm hóa chất, hãy đưa họ ra khu vực có không khí trong lành và gọi dịch vụ khẩn cấp.
- Điều trị ngay các vấn đề y tế cấp tính (co giật, đau ngực, bất tỉnh). Gọi 911.
- Báo cáo các phòng thí nghiệm nghi ngờ cho cơ quan chức năng để đội xử lý vật liệu nguy hại có thể dọn dẹp an toàn.

## TỰ KIỂM TRA KIẾN THỨC

1. Meth không gây nghiện cao, nên dùng một lần sẽ không sao.  
a. Đúng b. Sai
2. Meth có thể được hút, hít, tiêm hoặc nuốt.  
a. Đúng b. Sai
3. Có thuốc được FDA chấp thuận để chữa nghiện meth.  
a. Đúng b. Sai
4. Sử dụng meth có thể gây ra các vấn đề nghiêm trọng về tim và não.  
a. Đúng b. Sai
5. Nếu một người bất tỉnh do meth, naloxone (Narcan) luôn có tác dụng.  
a. Đúng b. Sai

# MA TÚY ĐÁ METHAMPHETAMINE



Answers: 1.B 2.A 3.B 4.A 5.B



In trên giấy chứa 30% sợi tái chế sau tiêu dùng

STAY SAFE SERIES

© 2025 PRIMO PREVENTION, LLC • PO Box 371 • Reserve, LA 70084  
985-359-7848 • www.primoprevention.com • PAM-SSDA-59

SỰ THẬT KHÔNG MÀU MÈ

## METHAMPHETAMINE HÔM NAY

Methamphetamine (thường được gọi là meth, crystal, ice, hoặc tweak) là một chất kích thích mạnh có thể được hút, hít, tiêm hoặc nuốt.

Trước đây, meth thường được sản xuất trong các “phòng thí nghiệm tại gia” nhỏ trên khắp Hoa Kỳ. Ngày nay, hầu hết meth đều đến từ các cơ sở sản xuất quy mô lớn do các tổ chức buôn bán ma túy quốc tế điều hành, chủ yếu đặt tại Mexico và Trung Mỹ. Các nhóm này sản xuất meth có độ tinh khiết cao bằng các hóa chất công nghiệp và vận chuyển vào Hoa Kỳ, thường được giấu trong các sản phẩm khác.

Các phòng thí nghiệm meth trong nước hiện ít phổ biến hơn nhiều, nhưng khi xuất hiện, chúng vẫn gây nguy hiểm nghiêm trọng cho cộng đồng vì các hóa chất độc hại và dễ cháy nổ được sử dụng.

## NGUY HIỂM ĐANG ĐƯỢC “NẤU” RA METH NHẬP KHẨU GÂY HẠI NHƯ THẾ NÀO CHO CỘNG ĐỒNG

Độ tinh khiết và độ mạnh của meth nhập khẩu đã đạt mức kỷ lục, làm tăng nguy cơ quá liều, loạn thần, và tổn thương lâu dài đến não và tim. Ngay cả liều nhỏ cũng có thể gây ra các phản ứng kích thích cực độ và các vấn đề sức khỏe nguy hiểm.

- Nhiều loại meth hiện bán tại Hoa Kỳ bị pha trộn hoặc nhiễm fentanyl hay các loại ma túy tổng hợp khác. Sự kết hợp này làm tăng mạnh nguy cơ tử vong do quá liều, đặc biệt khi người dùng không biết họ đang sử dụng gì.
- Các mạng lưới buôn lậu vận chuyển meth qua biên giới bằng các lô hàng được giấu kín, khiến nó xuất hiện rộng rãi ở hầu hết mọi cộng đồng. Giá rẻ và độ mạnh cao khiến meth trở thành một trong những loại ma túy bất hợp pháp nguy hiểm và dễ tiếp cận nhất trong cả nước.



## HẬU QUẢ PHÁP LÝ

Việc sản xuất, tàng trữ, phân phối hoặc bán meth đều là bất hợp pháp. Các kết án có thể bao gồm tiền phạt nặng, án tù dài, và những hệ quả kéo dài như khó tìm nhà ở, việc làm, giáo dục hoặc hỗ trợ phúc lợi. Mức hình phạt khác nhau tùy theo khu vực.

## TÁC ĐỘNG NGẮN HẠN

Sử dụng meth tạo ra sự tăng nhanh các tác dụng kích thích: năng lượng tăng, tỉnh táo hơn, nhịp tim và huyết áp tăng, giảm cảm giác thèm ăn và cảm giác hưng phấn dữ dội. Các rủi ro tức thời gồm:

- Nhịp tim nhanh, đau ngực, nguy cơ đau tim hoặc đột quỵ (đặc biệt khi dùng nhiều)
- Nhịp tim nhanh, đau ngực, nguy cơ đau tim hoặc đột quỵ (đặc biệt khi dùng nhiều)
- Cơ giật hoặc thân nhiệt tăng cao khi dùng liều lớn hoặc bị quá nóng.
- Hành vi nguy hiểm khi say thuốc (lái xe, bạo lực, quan hệ tình dục không toàn).

## TÁC ĐỘNG DÀI HẠN

Sử dụng meth lâu dài hoặc với liều cao có liên quan đến:

- Các vấn đề nhận thức và cảm xúc: suy giảm trí nhớ và sự tập trung, kém khả năng đưa ra quyết định, tăng tỷ lệ lo âu, trầm cảm và loạn thần liên quan đến chất kích thích ở một số người. Một số thay đổi trong não có thể cải thiện khi ngừng sử dụng lâu dài; các thay đổi khác có thể kéo dài. Mức độ phục hồi phụ thuộc thời gian và mức độ sử dụng cũng như yếu tố cá nhân.
- Các vấn đề răng miệng (“miệng meth”): khô miệng, vệ sinh kém, nghiến răng, uống nhiều đồ ngọt — không phải do một “hóa chất làm tan răng”. Chăm sóc răng miệng đúng cách và ngừng sử dụng có thể cải thiện tình trạng.
- Tổn thương da do gãi hoặc do ảo giác xúc giác, nhiễm trùng, sụt cân và tăng nguy cơ mắc các bệnh truyền nhiễm khi tiêm (HIV, viêm gan C) nếu không sử dụng dụng cụ vô trùng.



## NGHIỆN VÀ CÁCH NÓ XẢY RA

Meth làm tăng dopamine và các chất dẫn truyền thần kinh khác trong não, tạo ra tín hiệu tương thưởng mạnh. Theo thời gian, khả năng tự nhiên của não trong việc sản xuất và phản ứng với các chất này có thể thay đổi, khiến người dùng khó cảm thấy bình thường khi không sử dụng thuốc và thúc đẩy hành vi sử dụng cưỡng bức. Nghiện có thể ảnh hưởng đến bất cứ ai, ở mọi độ tuổi, giới tính, hoặc hoàn cảnh.

## CAI VÀ TRẠNG THÁI “SỤP ĐỔ”

Khi tác dụng kích thích giảm dần, nhiều người trải qua “giai đoạn sụp đổ” với triệu chứng mệt mỏi nặng, thèm ăn tăng, trầm cảm, lo âu và thèm thuốc mạnh. Những triệu chứng này có thể dữ dội và dẫn đến tiếp tục sử dụng để tránh cai.

## ĐIỀU TRỊ

### NHỮNG GÌ THỰC SỰ HIỆU QUẢ

- Hiện không có thuốc được FDA chấp thuận đặc hiệu để điều trị rối loạn sử dụng methamphetamine. Tuy nhiên, các phương pháp điều trị hành vi có bằng chứng mạnh mẽ gồm: quản lý hành vi dựa trên phần thưởng (contingency management), liệu pháp nhận thức-hành vi (CBT), phỏng vấn tạo động lực, và các hình thức hỗ trợ tâm lý-xã hội kết hợp. Trong đó, contingency management cho thấy kết quả tốt nhất trong việc giảm sử dụng chất kích thích. Điều trị hiệu quả nhất khi được cá nhân hóa và khi các nhu cầu y tế, tâm lý và xã hội được giải quyết đồng thời.
- Cai nghiện dưới giám sát y tế và điều trị các vấn đề sức khỏe tâm thần đi kèm là rất quan trọng. Một số loại thuốc đang được nghiên cứu trong các thử nghiệm lâm sàng, nhưng hiện chưa có thuốc nào là phương pháp điều trị tiêu chuẩn được phê duyệt.