

# Cómo mantenerse seguro mientras controla el dolor y la ansiedad

Información importante para pacientes y familias



Algunas personas toman analgésicos opioides y benzodiazepinas para la ansiedad o el sueño. Tomar estos medicamentos juntos puede ser peligroso. Este folleto explica cómo mantenerse seguro.

## Tomar ciertos medicamentos juntos puede ser peligroso.

Tanto los opioides como las benzodiazepinas funcionan ralentizando el cuerpo. Cuando se toman juntos, pueden ralentizar o detener la respiración. Esto puede causar daños graves o la muerte, incluso cuando se toman según las indicaciones.

## Qué puede hacer para mantenerse seguro:

- Pregúntele a su médico si puede evitar tomar opioides y benzodiazepinas al mismo tiempo.
- Nunca beba alcohol mientras toma estos medicamentos.
- Tome los medicamentos según las indicaciones.
- Informe a sus médicos y farmacéuticos sobre todos los medicamentos que toma.
- Hable con su médico antes de dejar de tomar un medicamento.

## Llame al 911 de inmediato si alguien tiene:

- Respiración lenta o dificultosa
- Dificultad para despertarse o somnolencia extrema
- Confusión o dificultad para hablar
- Labios o uñas azules o grises

## Pregunte sobre la naloxona.

La naloxona es un medicamento que puede revertir una sobredosis de opiáceos. Puede salvarle la vida a usted o a su ser querido. Pregúntele a su médico o farmacéutico si la naloxona es adecuada para usted o su familia.

## Es posible que haya opciones más seguras disponibles.

Muchas personas pueden controlar el dolor, la ansiedad o los problemas para dormir con otros tratamientos. Estos pueden incluir medicamentos no opioides, terapia, fisioterapia, relajación o asesoramiento. Hable con su médico sobre las alternativas que podrían ser adecuadas para usted.

## Recuerde:

El peligro proviene de la combinación de los medicamentos, no de la persona que lo toma. Incluso las personas que han tomado estos medicamentos durante mucho tiempo pueden estar en riesgo.

## ¿Preguntas?

Obtenga más información sobre el uso seguro de medicamentos en

- [cms.gov](https://www.cms.gov)
- [cdc.gov](https://www.cdc.gov)
- [fda.gov](https://www.fda.gov)
- [nida.nih.gov](https://www.nida.nih.gov)
- [va.gov](https://www.va.gov)