

危険です！！

市販薬の過剰摂取

オーバードーズ

Overdose

OD



オーバードーズか…

※オーバードーズ（OD）とは
医薬品を決められた量を超えて
たくさん飲んでしまうことです。

気持ちが楽になるのかな？

1度ならやってもいいかな？

Stop!

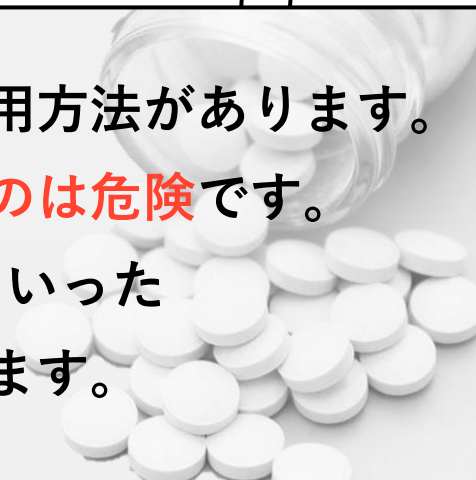


医薬品には、決められた使用方法があります。

決められた量を超えて飲むのは危険です。

副作用・中毒・依存症といった

体や心に大きな影響を与えます。



過去1年以内に

市販薬の乱用経験がある高校生

約**60**人に**1**人

という調査結果もあります。

薬物使用と生活に関する全国高校生調査2021
（国立精神・神経医療研究センター）



オーバードーズを やめられない・・・



オーバードーズに興味を持ったのは
なぜですか？

生きづらさ

気持ちのもやもや

を変えられると思ったから？

オーバードーズに関することで困っていることがあれば

ひとりで抱え込まず、周りの人や各種相談窓口にご相談してみましょう。
誰かと話をするだけで気分が晴れるかもしれません。
相談は、本人だけでなく家族の方からでも大丈夫です。

各種相談窓口

こころの健康相談

- 場 所** 松山市保健所保健予防課
松山市萱町6丁目30-5
- 内 容** こころの相談、精神疾患、ひきこもり等の相談
- 日 時** 毎週火曜日 9:30～11:30
毎週木曜日 13:30～15:30
※面接相談は要予約（休日・祝日・年末年始除く）
- 連絡先** 089-911-1816



愛媛県心と体の健康センター

- 場 所** 松山市本町7丁目2
- 内 容** アルコール健康障害、薬物依存症、ギャンブル等依存症の相談
- 日 時** 月～金曜日 8:30～17:15
※面接相談は要予約（休日・祝日・年末年始除く）
- 連絡先** 089-911-3880

まもろうよこころ（厚生労働省のホームページ）

各種相談窓口を紹介しています。
右の二次元コードを読み込むとアクセスできます。



ひとりで悩まないで、相談してみましょう。