

TOOLBOX SAFETY TALK



INTRODUCTION

1. Review any accidents or “near accidents” from the past week.
2. Describe the hazards of the work as they relate to your project. Explain or show the SAFE way of doing the job.
3. Give the TOOLBOX SAFETY TALK.

COMMON RISKS AT WORK DUE TO OPIOID PAINKILLER USE

You may be prescribed an opioid painkiller for an injury, surgery or ongoing pain. It’s important to be an informed consumer about how the use of this medication may impact your safety at work.

Common Opioid Side Effects

Common side effects include dizziness, sleepiness, upset stomach or constipation, blurred vision or dry mouth. In addition to these side effects, studies have shown that opioid painkillers may impair your thinking and reactions. In some people, opioid use can cause confusion, unusual thoughts, impulsive behavior, delayed reaction or difficulty in following directions.

Opioids May Affect your Ability to Work or Drive Safely

Dizziness or severe sleepiness can cause falls, vehicle crashes or contribute to other safety incidents. One study determined that opioid use increased the risk of committing an unsafe driving act. Opioid use can lead to serious errors when performing job tasks which require focus, attention to detail or the need to react quickly.

Changes in Opioid Dose Increase your Risk at Work

Research has shown that there is a greater risk of impairment when first starting to take opioids, when your dose increases or if you also use other drugs or substances such as anti-anxiety medicines or alcohol. It is important to note that people who use opioids for nonmedical purposes frequently increase the amount of opioids they take. Nonmedical use includes taking more than the prescribed dose or taking it for the feeling it causes or to “get high.” Many workplaces have policy that bans nonmedical use of prescription medicines and drug tests include prescription drugs to reduce the potential safety risks.

Staying Safe At Work

It is important to inform your physician if you have a safety sensitive job, or are responsible for work where impairment may create an unsafe situation. Discuss how opioid painkillers may effect your ability to drive or perform your work safely and effectively.

TOOLBOX SAFETY TALK



Ask for non-opioid alternatives

There are several non-opioid pain relievers. Ask your doctor if a non-opioid alternative can be prescribed. Many non-steroidal anti-inflammatory drugs (NSAIDs) are as effective in relieving pain as opioids. If not, ask your doctor to limit the dose and the length of time you take the medication.

Use personnel policies

Consider using your company personnel benefits such as sick leave or short-term disability while using opioids.

Request a temporary change of job duties

Inform your supervisor about your use of this medication. Request a job accommodation or change in your work assignments.

Follow your workplace policy

Be sure to understand the part of your workplace policy that talks about prescription drug use. At many companies, taking prescription medicines in doses higher than prescribed or without a current prescription may result in a positive drug test and disciplinary action. Work with your employer to reduce any potential safety risk if prescription use is necessary.

It is important to understand the risks of opioid use and how it may affect your work. If prescription opioids are recommended, know the alternatives, understand the safety risks and work with your medical provider about your concerns. You should also understand your employer's policy and what to do if the safety and effectiveness of your work may be affected.

TOOLBOX SAFETY TALK



INTRODUCCIÓN:

1. Revise cualquier accidente o “casi accidentes” de la semana pasada.
2. Describa los peligros del trabajo en relación con su proyecto. Explique o muestre la forma SEGURA de hacer el trabajo.
3. Presenta la platica “TOOLBOX SAFETY TALK” caja de herramientas de seguridad.

RIESGOS COMUNES EN EL TRABAJO DEBIDO AL USO DE ANALGÉSICOS OPIÁCEOS

Le pueden recetar un analgésico opiáceo para una lesión, una cirugía o para un dolor continuo. Es importante que, como consumidor, usted esté informado del impacto que el uso de este medicamento puede tener en la seguridad de su trabajo.

Efectos secundarios comunes de los opiáceos

Los efectos secundarios comunes incluyen mareos, somnolencia, malestar estomacal o estreñimiento, visión borrosa o boca seca. Además de estos efectos secundarios, se ha demostrado por medio de estudios que los analgésicos opiáceos pueden alterar su pensamiento y sus reacciones. Para algunas personas el uso de opiáceos puede ocasionarles confusión, pensamientos inusuales, comportamiento impulsivo, reacción retardada o dificultad para seguir instrucciones.

Los opiáceos pueden afectar su capacidad para trabajar o manejar de manera segura

Los mareos o la somnolencia aguda pueden ocasionar caídas, accidentes de auto o contribuir a otro tipo de incidentes contra la seguridad. Un estudio determinó que el uso de opiáceos aumentaba el riesgo de cometer una acción insegura al conducir. El uso de opiáceos puede llevar a cometer graves errores al momento de hacer tareas que requieren concentración, atención a los detalles o en donde se necesita una reacción rápida.

Los cambios en la dosis de los opiáceos aumenta sus riesgos en el trabajo

Las investigaciones han demostrado que existe un mayor riesgo de trastornos cuando se empieza a tomar opiáceos por primera vez, cuando aumenta su dosis o si además usa otro tipo de drogas o sustancias como medicinas para la ansiedad o si consume alcohol. Es importante destacar que las personas que usan opiáceos por motivos no medicinales, con frecuencia aumentan la cantidad de opiáceos que toman. El uso con fines no medicinales incluye tomar más que la dosis recetada o tomarla por la sensación que ocasiona o para “ponerse High”. Muchos lugares de trabajo tienen una política que prohíbe el uso de medicinas recetadas para fines no medicinales y las pruebas antidrogas incluyen fármacos recetados para disminuir los riesgos potenciales para la seguridad.

TOOLBOX SAFETY TALK



Cómo mantenerse seguro en el trabajo

Es importante informarle a su médico si usted hace un trabajo delicado en cuanto a la seguridad, o si es responsable de trabajo donde un trastorno pueda crear una situación insegura. Hable de cómo los analgésicos opiáceos pueden afectar su capacidad para manejar o para hacer su trabajo de forma segura y eficaz.

Pregunte por las opciones sin opiáceos

Considere usar las prestaciones que ofrece su compañía como días de licencia por enfermedad o discapacidad de corto plazo cuando esté tomando opiáceos.

Solicite un cambio temporal de las responsabilidades de su trabajo

Informe a su supervisor que usted está usando este medicamento. Solicite un arreglo especial para su trabajo o un cambio en las tareas de su trabajo.

Siga la política de su lugar de trabajo

Asegúrese de entender la parte de la política de su lugar de trabajo referente al uso de medicinas con receta. En muchas compañías, tomar medicamentos recetados en dosis mayores a las recetadas o sin una receta actual puede tener como resultado una prueba antidrogas positiva y una acción disciplinaria. Póngase de acuerdo con su empleador para reducir cualquier riesgo potencial si necesita usar medicinas recetadas.

Es importante comprender los riesgos del uso de opiáceos y cómo esto puede afectar su trabajo. Si le recomiendan opiáceos con receta, sepa cuáles son las alternativas, conozca los riesgos a la seguridad y resuelva con su proveedor de servicios médicos cualquier preocupación que tenga. También necesita comprender la política de su empleador y qué hacer en caso de que la seguridad y eficacia de su trabajo se puedan ver afectados.