

نصائح السلامة للوقاية من الجرعات الزائدة

ابدأ بجرعة منخفضة وتريث. تتغير قوة التحمل لديك خلال 3 إلى 5 أيام. قم دائماً بإجراء جرعة اختبار كلما استطعت. تعاظى مع شخص ما كلما استطعت. تناوبوا على الاعتناء ببعضكم البعض. لا للأبواب المغلقة. تحقق من الأشخاص الذين هم بمفردهم، واحصل على رد لفظي.

احتياطات عامة

إذا كنت تستخدم الكوكايين، الميثامفيتامين/speed، حبوب الهلوسة، MDMA (الإكستاسي) وغيرها، افترض أنها فنتانيل أو قد تحتوي على فنتانيل واختبرها قبل الاستخدام. أخبر أصدقاءك وأحبائك أن يفعلوا ذلك.

هل تقوم بالكثير من الخلط بين الأدوية؟

إذا كنت تخلط الأدوية الخاصة بك، فاستخدم دائماً الأقوى أولاً. يمكنك دائماً استهلاك المزيد، ولكن ليس أقل حين تناولها. إذا كان لديك الوقت وكان ذلك آمناً، تحقق من جرعتك. هل تبدو مختلفة أم لها رائحة مختلفة أم ذات لون غير طبيعي؟

تذكر: البنزوديازيبينات (يمكن سحق الحبوب مع الفنتانيل) والكحول كلاهما من مثبطات الجهاز التنفسي، كما أنهما يبطئان من التنفس. إذا كنت تتناول البوبرينورفين أو السوبوكسون أو الميثادون، كن حذراً عند استهلاك هذا الخليط.

التخطيط للاستجابة في حالات الطوارئ

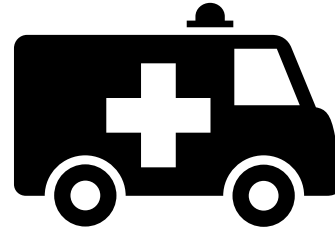
ضع خطة مع الأشخاص الذين تتعاظى معهم قبل حدوث شيء ما. هل يعلم الجميع مكان (الباركان)؟ اجعله دائماً في مكان قريب، وتواصل معنا إذا كنت بحاجة إلى المزيد. قم بزيارة الموقع الإلكتروني neverusealone.com

الصحة العامة

يساعد شرب الماء وتناول الطعام والنوم بانتظام وتناول الأدوية على تحسين جهاز المناعة والحد من مخاطر الجرعة الزائدة.



قم بإعطاء النالوكسون



اتصل بالرقم 911



قم بإجراء التنفس الاصطناعي

قم بإجراء مكالمة هاتفية أو إرسال رسالة نصية أو استخدام تطبيق SIGNAL MAP إذا كنت بحاجة إلى إعادة التعبئة. أخبرنا إذا كنت قد استخدمت النالوكسون الخاص بك

نحن هنا من أجل تقديم الرعاية اللاحقة والدعم!

MAINE ACCESS POINTS

الوقاية من الجرعات الزائدة والاستجابة لها

إعطاء النالوكسون عن طريق الأنف

ما تحتاج لمعرفته حول إعطاء رذاذ واحد من النالوكسون عن طريق الأنف

اتصل بـ Maine Access Points للحصول على النالوكسون أو لمزيد من المعلومات: 207-370-9445 (مكالمة هاتفية أو رسالة نصية) info@maineaccesspoints.org www.maineaccesspoints.org

معلومات عن الفنتانيل

تشمل معظم الجرعات الزائدة الفنتانيل. الفنتانيل هو مادة أفيونية اصطناعية ويعتبر أقوى 80 إلى 100 مرة من المورفين ومن الهيروين بـ 50 مرة. يوجد كل من الفنتانيل ونظائره في مخزون الأدوية وهذا يمكن أن يجعله غير متوقع حقًا. تعد بعض الأنواع أقوى، وبعضها الآخر أضعف من ناحية التأثير. الفنتانيل عبارة عن مسحوق يمكن تدخينه وشمه وحقنه وكذلك استهلاكه عن طريق فتحة الشرج (boofed). لا يمكنك تناول جرعة زائدة بمجرد لمس الفنتانيل. يجب إدخاله في مجرى الدم أو الغشاء المخاطي ليكون له أي تأثير.

يعمل الناركان على عكس آثار الفنتانيل: قم دائماً بإعطائه، حتى لو لم تكن متأكدًا من المزيج.

علامات وأعراض الجرعة الزائدة

- تحدث الجرعات الزائدة من الفنتانيل بسرعة. يمكن أن تكون العلامات والأعراض:
- وضع متصلب ومتلازمة الصدر الخشبي (تصلب عضلات الصدر والبطن)
 - الكُزاز (في هذه الحالة يجب أن تتنفس من خلال أنفهم)
 - الشخص فاقد للوعي
 - شفاه وأظافر زرقاء أو رمادية
 - بشرة متعرقه
 - أصوات تنفس ضحلة أو خشنة أو شخير أو قرقرة
 - عدم التنفس

إذا كان صديقك يومئ رأسه بصعوبة ولكنه لا يزال واعياً ويتنفس، تأكد من البقاء والسير معه وإبقائه يتحدث ويتحرك. انتبه إلى تنفسه. يمكن لأي شخص أن يتعرض لجرعة زائدة بعد ساعات من تعاطي المخدرات.

الخطوات المتخذة في الاستجابة للجرعة الزائدة

الخطوة 1: تحقق من الاستجابة

تحقق لمعرفة ما إذا كان الشخص سريع الاستجابة. إذا لم يكن هناك ردة فعل، قم بذلك عظمة القص (أدلك مفاصل أصابعك على عظم الصدر) أو أدلك فوق الشفة العليا.

الخطوة 2: أعط ناركان / نالوكسون

أعط جرعة واحدة من 4 ملغ من الرذاذ في فتحة الأنف. لست مضطراً لاختبار الناركان أو تحضيره. تُعطى الجرعة كاملة عند الضغط على مضخة الرذاذ. لا يحتاج الشخص إلى استنشاق الدواء. ينتقل الناركان عبر الأغشية المخاطية إلى مستقبلات الدماغ التي تمنع تأثيرات المواد الأفيونية. إذا كنت بمفردك، قم بإعطاء النالوكسون أولاً ثم اتصل بالرقم 911. إذا لم تكن بمفردك، اطلب من شخص آخر الاتصال بالرقم 911 أثناء إعطاء النالوكسون.

الخطوة 3: اتصل بالرقم 911

اتصل بالرقم 911 وأخبرهم أن الشخص غير مستجيب أو لا يتنفس. امنح خدمات الطوارئ عنواناً أو موقعاً واضحاً. صف ما تراه.

الخطوة 4: إجراء التنفس الاصطناعي

تأكد من عدم وجود أي شيء في فم الشخص، قم بإمالة الرأس إلى الوراء، ارفع الذقن، ثم اضغط على الأنف. أثناء انتظار عمل النالوكسون في الجسم، استمر في التنفس الاصطناعي حتى يبدأ الشخص في التنفس بمفرده. أعط نفساً واحداً كل خمس ثوانٍ.

الخطوة 5: إعطاء المزيد من النالوكسون

انتظر من دقيقة إلى دقيقتين بين الجرعات. إذا لم يكن الشخص قادراً على الاستجابة بعد دقيقة أو دقيقتين، قم بإعطاء الجرعة الثانية في فتحة الأنف المعاكسة واستمر في التنفس الاصطناعي حتى وصول المساعدة الطبية. إذا لم تقم بالاتصال بعد إعطاء الجرعة الثانية، فعليك إيجاد طريقة للاتصال بالرقم 911. يمكنك إعطاء أكبر قدر ممكن من النالوكسون، مع الانتظار من دقيقة إلى دقيقتين بين الجرعات.

الخطوة 6: الرعاية اللاحقة

بمجرد أن يتم إنقاذ الشخص، كن لطيفاً معهم واعتني بنفسك. ذكر الشخص أن النالوكسون سوف تزول آثاره في غضون 20-40 دقيقة وسيشعرون بالتحسن. ابق معهم حتى يذهبوا إلى المستشفى أو حتى تزول آثار النالوكسون للوقاية من مخاطر الجرعات الزائدة المتعددة. ذكرهم أن استهلاك أي مواد أفيونية لن يجعلهم يشعرون بالتحسن حتى تزول آثار النالوكسون.

وضع الإفاقة

إذا اضطررت في أي وقت إلى مغادرة الشخص (للحصول على الناركان، الهاتف، أو الاتصال بصديق)، ضع الشخص في وضع الإفاقة حتى لا يختنقوا عند التقيؤ أو انسداد مجرى الهواء لديهم.

