

# MAINE ACCESS POINTS

## پیشگیری از ورود و پاسخ به آن

### نالوکسان داخل بینی

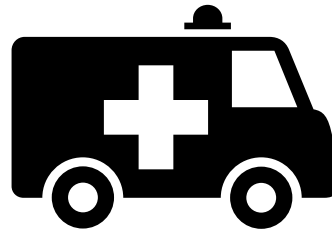
آنچه باید درباره مصرف یک اسپری نالوکسان داخل بینی بدانید

برای دریافت نالوکسان یا کسب اطلاعات بیشتر از طریق شماره 207-370-9445 (تماس تلفنی یا پیامکی) با Maine Access Points تماس بگیرید

[info@maineaccesspoints.org](mailto:info@maineaccesspoints.org)  
[www.maineaccesspoints.org](http://www.maineaccesspoints.org)



مصرف نالوکسان



تماس با 911



انجام تنفس مصنوعی

در صورت نیاز به تمدید نسخه تماس بگیرید، پیامک بفرستید یا نقشه را مخابره کنید. اگر نالوکسان خود را مصرف کرده‌اید، به ما اطلاع دهید.

ما برای ارائه مراقبت در دوران نقاهت و پشتیبانی اینجا هستیم!

### نکات ایمنی درباره پیشگیری از ورود

با یک دوز کمتر شروع کنید و آهسته پیش بروید. تحمل دارویی شما در عرض 3-5 روز تغییر می‌کند. در صورت امکان همیشه یک تزریق آزمایشی انجام دهید. در صورت امکان همراه با یک فرد دیگر مصرف کنید. برای مراقبت از یکدیگر به نوبت مصرف کنید. درب‌ها را قفل نکنید، مراقب کسانی باشید که تنها هستند، و پاسخ کلامی دریافت کنید.

#### اقدامات احتیاطی عمومی

اگر کوکائین، کراک، اسپید/متامفتامین، قرص، MDMA و غیره مصرف می‌کنید، فرض کنید که فنتانیل است یا داخل آن فنتانیل وجود دارد و قبل از مصرف آن را تست کنید. به دوستان و عزیزان خود بگویید که این کار را انجام دهند.

#### آیا زیاد مواد ترکیبی مصرف می‌کنید؟

اگر مواد خود را ترکیب می‌کنید، اول همیشه از مواد قوی‌تر استفاده کنید. همیشه بعد از مصرف آن می‌توانید مقدارش را بیشتر کنید اما امکان کم کردنش وجود ندارد. اگر وقت دارید و بی‌خطر است، دوز خود را بررسی کنید. آیا ظاهرش متفاوت است، بوی متفاوتی می‌دهد، یا رنگ آن غیرطبیعی است؟

به خاطر داشته باشید: بنزودیازپین‌ها (قرص‌ها را می‌توان فنتانیل پرس کرد) و الکل هر دو تضعیف‌کننده تنفس هستند، آنها تنفس را کند می‌کنند. اگر بوپرنورفین، سوباکسون یا متادون مصرف می‌کنید، مراقب ترکیب آنها باشید.

#### برنامه‌ریزی اضطراری

قبل از اینکه اتفاقی بیفتد، همراه با کسانی که با آنها مواد مصرف می‌کنید یک برنامه تهیه کنید. آیا همه می‌دانند نارکان کجاست؟ آن را همیشه در نزدیکی خود داشته باشید، در صورت نیاز به مقدار بیشتر، با ما تماس بگیرید.

به سایت [neverusealone.com](http://neverusealone.com) مراجعه کنید

#### سلامت عمومی

حفظ آب بدن، خوردن، و خوابیدن به طور منظم، مصرف دارو، به بهبود سیستم ایمنی بدن کمک می‌کند و خطر ورود را کاهش می‌دهد.

## مراحل پاسخ به اوردوز

### مرحله 1: بررسی واکنش پذیری

بررسی کنید که آیا فرد واکنش نشان می‌دهد یا خیر. اگر عکس‌العملی ندارد، مالش استرنوم انجام دهید (استخوان قفسه سینه او را با بند انگشتان خود مالش دهید) یا لب بالایی او را مالش دهید.

### مرحله 2: مصرف نارکان/نالوکسان

یک دوز 4 میلی‌گرم اسپری بینی را داخل سوراخ بینی اسپری کنید.

لازم نیست نارکان را تست یا هواگیری کنید. با فشار دادن دکمه کل دوز بیرون می‌آید. نیازی نیست فرد دارو را به داخل بینی بکشد تا اثر کند. نارکان از طریق غشاهای مخاطی به سمت گیرنده‌های مغز حرکت می‌کند و مانع از تاثیر مواد افیونی می‌شود. اگر تنها هستید، ابتدا نالوکسان را به فرد بدهید و سپس با 911 تماس بگیرید. اگر تنها نیستید، در حین استفاده از نالوکسان از فرد دیگری بخواهید تا با 911 تماس بگیرد.

### مرحله 3: تماس با 911

با 911 تماس بگیرید و اطلاع دهید که فرد عکس‌العملی ندارد یا نفس نمی‌کشد. آدرس یا موقعیت مکانی دقیق را به خدمات اورژانس ارائه دهید. مشاهدات خود را اعلام کنید.

### مرحله 4: انجام تنفس مصنوعی

مطمئن شوید که چیزی در دهان او نیست، سر را به عقب متمایل کنید، چانه را بلند کرده و بینی او را میان دو انگشت خود فشار دهید. در مدتی که منتظر هستید نالوکسان اثر کند، به انجام تنفس مصنوعی ادامه دهید تا زمانیکه فرد خودش شروع به نفس کشیدن کند. هر پنج ثانیه یک تنفس مصنوعی بدهید.

### مرحله 5: تزریق مقدار بیشتر نالوکسان

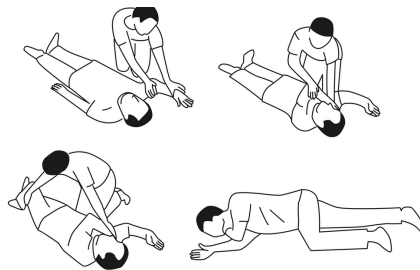
بین هر دوز 1-2 دقیقه صبر کنید. اگر فرد بعد از 1-2 دقیقه عکس‌العملی نداشت، دوز دوم را در سوراخ بینی مقابل اسپری کنید و تا رسیدن کمک به تنفس مصنوعی ادامه دهید. اگر بعد از تزریق دوز دوم تماس نگرفته‌اید، باید راهی برای تماس با 911 پیدا کنید. شما می‌توانید با رعایت فاصله 1-2 دقیقه‌ای بین دوزها، هر چقدر لازم است نالوکسان تزریق کنید.

### مرحله 6: مراقبت در دوران نقاهت

پس از اینکه فرد نجات پیدا کرد، با ملایمت با او رفتار کنید و مراقب خودتان باشید. به او بگویید که اثر نالوکسان بعد از حدود 20-40 دقیقه از بین می‌رود و حال او بهتر خواهد شد. برای پیشگیری از خطر اوردوز متعدد، تا زمانیکه به بیمارستان می‌رود یا تا وقتی اثر نالوکسان از بین می‌رود، کنار او بمانید. به او یادآوری کنید که تا وقتی اثر نالوکسان از بین نرود، مصرف هر گونه مواد افیونی حال او را بهتر نخواهد کرد.

### موقعیت ریکاوری

اگر مجبور هستید شخص را ترک کنید (برای دریافت نارکان، تماس تلفنی، صدا کردن دوست)، او را در موقعیت ریکاوری قرار دهید تا در صورت استفراغ/مسدود شدن راه تنفسی دچار خفگی نشود.



## درباره فتانیل

اکثر موارد اوردوز به فتانیل مربوط می‌شوند. فتانیل یک ماده افیونی مصنوعی است و 80 تا 100 برابر قوی‌تر از مورفین و 50 برابر قوی‌تر از هروئین است. فتانیل و مشابه فتانیل در عرضه داروها وجود دارند و این امر می‌تواند آن را به شدت غیر قابل پیش‌بینی کند. برخی از انواع آن قوی‌تر و برخی دیگر ضعیف‌تر هستند. فتانیل به شکل پودر است و می‌توان آن را از طریق دود کردن، استنشاق، تزریق، و شیاف مقعدی (boofed) مصرف کرد. شما با لمس فتانیل اوردوز نمی‌کنید. این ماده باید وارد گردش خون یا غشای مخاطی شود تا تاثیر بگذارد. نارکان روی فتانیل مؤثر است: همیشه آن را مصرف کنید حتی اگر از ترکیب آن مطمئن نیستید

## نشانه‌ها و علائم اوردوز

اوردوز با فتانیل به سرعت اتفاق می‌افتد. نشانه‌ها و علائم آن شامل موارد زیر می‌شوند:

- حالت سفت شدن و سندرم قفسه سینه چوبی (سفتی عضلات قفسه سینه و شکم)
- قفل شدن فک (در این صورت باید به بینی او تنفس مصنوعی بدهید)
- شخص عکس‌العمل ندارد
- لب‌ها و ناخن‌های انگشت آبی یا خاکستری هستند
- پوست خیس و عرق کرده
- تنفس سطحی یا تند، صدای خر خر یا غر غر
- شخص نفس نمی‌کشد

اگر دوست شما مقدار زیادی مواد مصرف کرده است، اما هنوز هشیار است و نفس می‌کشد، حتماً کنار او بمانید، با او قدم بزنید، او را وادار کنید که به صحبت حرکت کردن خود ادامه دهد. مراقب تنفس او باشید. برخی افراد ممکن است چند ساعت بعد از مصرف مواد مخدر دچار اوردوز شوند.