

18+

Если ты употребляешь наркотики, то наверняка знаешь, что один из самых больших рисков – передозировка. Информацию, изложенная в этом буклете, поможет тебе узнать, как избежать этого опасного для жизни состояния и что делать, если это уже случилось.

Материалы предназначены исключительно для потребителей наркотических средств

ПЕРЕДОЗИРОВКА ОПИАТАМИ



3. Закрой его нос пальцами (иначе весь вдыхаемый воздух выйдет через нос).
4. Сделай выдох, вдвывая воздух в легкие пострадавшего.



Следи за тем, чтобы при твоём выдохе грудная клетка пострадавшего приподнималась. Если грудная клетка не приподнимается, значит, воздух в легкие не поступает: попробуй еще раз очистить дыхательные пути или вдвуй больше воздуха.

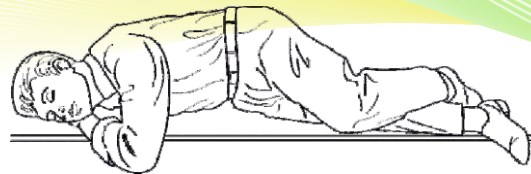
Каждые 2-5 минут останавливайся на несколько секунд, чтобы проверить, не появился ли пульс, и не восстановилось ли самостоятельное дыхание.

Сделать 30 надавливаний на глубину и 2 вдвувания воздуха.

В 1 минуту необходимо сделать 100 надавливаний и 6-8 вдвуваний.

Если человек не дышит, но есть сердцебиение, то следует проводить только искусственное дыхание (см. выше).

Одновременно искусственное дыхание и непрямой массаж сердца проводят, если у пострадавшего **нет ни дыхания, ни сердцебиения**. В этом случае важно знать, что нельзя одновременно делать вдох и давить на грудину - это бессмысленно.



После восстановления пульса и дыхания поверни пострадавшего на бок и подложи ему что-нибудь под голову, чтобы предотвратить западание языка.

Не бросай его до приезда «скорой помощи», следи, чтобы он оставался в сознании. Если он теряет сознание, начинай вновь оказание первой помощи.

Нельзя:

- Курить/отпаивать алкоголем
- Вводить солевой раствор внутривенно
- Бить кулаком (ногой) в грудную клетку
- Помещать в холодную ванну/воду
- Оставлять одного/ «выбрасывать»
- Принимать наркотик после улучшения состояния

Что такое НАЛОКСОН

-это препарат, который временно нейтрализует действие опиатов. Налоксон не является наркотиком и не вызывает эйфорию, безопасен и его можно хранить без юридических последствий. Не бойтесь носить с собой, но помните: хранение любых ампул, с точки зрения полиции, подозри-



Буклет издан в рамках государственного контракта № П00-02163-19-А на оказание услуг по организации и проведению мероприятий, направленных на профилактику смертности от острых отравлений наркотическими средствами в Кемеровской области.

Тираж 2700 экземпляров
© КРО ООО «РКК», 2019.

Все права защищены. Воспроизведение, перепечатка, распространение или дублирование любой части содержания в любой форме и любыми средствами допускается только при условии их некоммерческого использования в дальнейшем.

Кемеровское региональное отделение общественной организации «Российский Красный Крест»
г. Кемерово, ул. Красноармейская, д. 128, тел. (384-2) 75-04-76
г. Новокузнецк, ул. Липорова, д. 4, тел. (384-3) 45-12-66
г. Новокузнецк, ул. Липорова, д. 4, тел. (384-3) 45-12-66
Кемеровское региональное отделение общественной организации «Российский Красный Крест»
г. Кемерово, ул. Красноармейская, д. 128, тел. (384-2) 75-04-76
г. Новокузнецк, ул. Липорова, д. 4, тел. (384-3) 45-12-66
г. Новокузнецк, ул. Липорова, д. 4, тел. (384-3) 45-12-66
г. Кемерово, ул. Пржевальская, д. 3, тел. (384-2) 57-18-12
г. Новокузнецк, пр. Строителей, д. 61, тел. (384-3) 74-92-62
г. Прокопьевск, ул. Советов, д. 26, тел. (384-6) 66-75-99

Важно! Поскольку налоксоном временно блокируются опиатные рецепторы, он может вызвать синдром отмены не только опиатов (то есть «подключивать»). Однако синдром отмены не будет сильным и пройдет примерно через 2-3 дня. Из-за этого иногда человек, получивший препарат, может почувствовать себя плохо, может захотеть «поднять» сразу после того, как отменяется. Важно помнить, что пролонгированный эффект от введения опиатов может привести к дальнейшей передозировке, когда действие налоксона закончится.

Налоксон не помогает при передозировке стимуляторами (амфетамин, кокаин и т.п.), алкоголем и различными снотворными препаратами. тельно, а потому лучше носить с собой памятку для правоохранительных органов.

Правила применения налоксона при передозировке:

1. Очисти дыхательные пути пострадавшего.
2. Введи внутримышечно/внутривенно 1 мл. налоксона.
3. Делай пострадавшему искусственное дыхание, пока он не начнет дышать самостоятельно.

Налоксону требуется определенное время, чтобы подействовать. Обычно это 1-3 минуты. Если твой друг/подруга не показывает признаков жизни за это время, сделай еще один укол.

Помни!

Если ты пока не можешь прекратить употребление опиатов, постарайся всегда иметь с собой налоксон. Расскажи о его действии другим наркопотребителям. **Поделись с ними налоксоном!**

В случае передозировки мы рекомендуем тебе всегда звонить в службу неотложной медицинской помощи. Если можешь, вызови скорую помощь. Если боишься полиции, не говори по телефону «передозировка». Можно сказать остановка сердца, или что человек потерял сознание.

Если ты видишь, что человеку плохо, и у тебя есть подозрение на передозировку опиатами, используй налоксон. Хуже не будет, но ты можешь спасти человеку жизнь!

Где можно взять НАЛОКСОН
Кемеровское региональное отделение Российского Красного Креста
г. Кемерово, ул. Горькая, д. 8
г. Новокузнецк, ул. Липорова, д. 4
или в мобильном консультировании по пункту (машина Российского Красного Креста)

Помощь при наркозависимости, лечение и медицинская реабилитация
Наркологическая служба Кемеровской области, телефон доверия (384-2) 57-07-07
г. Кемерово, ул. Пржевальская, д. 3, ☎ (384-2) 57-18-12
г. Новокузнецк, пр. Строителей, д. 61 ☎ (384-3) 74-92-62
г. Прокопьевск, ул. Советов, д. 26 ☎ (384-6) 66-75-99

Квалификационная психологическая помощь для созависимых (3842) 33-01-01

Что такое передозировка?

-это состояние, вызванное превышением привычной для организма дозы наркотика.

Количество наркотика, которое может привести к передозировке, для всех разное. Если наркотик употребляется регулярно и часто, организм начинает к нему привыкать и становится меньше эффект. Чтобы достичь прежнего эффекта, требуется увеличить дозу. Непрерывное увеличение дозы часто заканчивается передозировкой.

Признаки передозировки:

- Замирание в одной позе, невнятная речь
- Замедленное сердцебиение и пульс
- Затрудненное дыхание
- Посинение губ и/или ногтей
- Булькающее, хриплое дыхание
- Потеря сознания
- Рвота
- Бледность и сухость кожи
- Вялое состояние

Если ты заметил признаки передозировки у человека, находящегося рядом с тобой — помоги ему. Несколько простых действий помогут спасти ему жизнь.

Причины передозировки

Одновременный прием нескольких наркотиков

Смешивание усиливает «приход» или эффект эйфории, но может быть очень опасным. Это одна из основных причин

ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ 8-923-617-72-70

Попробуй не вводить резко в вену все содержимое шприца, а сделай это медленно и плавно.

Первая помощь при передозировке

Если передозировка случилась у тебя:

1. Постарайся не уснуть.

Если чувствуешь, что после употребления наркотика тело начинает неметь и тебя клонит ко сну, похлопай себя по щекам, разотри уши ладонями, ходи, громко разговаривай.

2. Вызови «скорую помощь»

Или сообщи о своем состоянии тому, кто окажется рядом. При вызове лучше просто сказать, что плохо с сердцем. Это облегчит и ускорит оказание медицинской помощи (112 или 030 с мобильного телефона, 03-со стационарного).

3. Открой дверь в квартиру

Если до приезда «скорой» ты потеряешь сознание, а дверь окажется запортой, врачи просто не смогут войти в квартиру.

4. Если у тебя есть **НАЛОКСОН** - введи 1 мл. раствора внутривенно/внутримышечно (в ягодицу, плечо).

передозировок. Следует также по возможности избегать одновременного приема медицинских препаратов (реланиум, радедорм, феназепам, фенобарбитал и др.).



Употребление опиатов в состоянии алкогольного опьянения также приводит к увеличению риска передозировки. В сочетании с героином токсическое воздействие алкоголя на организм увеличивается. Еще один важный момент: в состоянии алкогольного опьянения человек теряет способность контролировать происходящее и может случайно превысить безопасную для жизни дозу опиатов.

Нестабильное качество и сила наркотика

Риск передозировки увеличивается, если наркотик приобретается в новом месте, или когда приходит новая партия наркотика.

Если нет уверенности в силе действия наркотика, употреби половину привычной дозы.

Перерыв в употреблении

Самый высокий риск смертельного передозировки – после перерывов в употреблении наркотиков, то есть после того, как человек:

-«перекумарил» (в наркологической больнице или самостоятельно);

-прошел реабилитацию;

-вышел из тюрьмы или колонии.

ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ 8-923-617-72-70

Если передозировка случилась у другого:

Вот несколько приемов, которые помогут пострадавшему продержаться до приезда скорой помощи:

- Вызови «скорую помощь» или попроси, чтобы это срочно сделали соседи или прохожие: с мобильного «112», «030», со стационарного – «03»;
- Уложи пострадавшего на твердую поверхность (например, на пол или тротуар, но не на кровать);
- Очисти дыхательные пути. При передозировке пострадавшему чаще всего мешают дышать запавший язык или скопившиеся рвотные массы. Рвотные массы нужно удалить пальцем, повернув голову пострадавшего набок. Лучше перед этим обмотать палец тканью, носовым платком или бинтом.
- Если у тебя, или у того с кем произошла передозировка, есть **НАЛОКСОН** - введи 1 мл. раствора внутривенно /внутримышечно (в ягодицу, плечо).
- Непрямой массаж сердца

1. Часть ладони (та, что ближе к запястью) одной руки расположить в области нижней части грудины, посередине, на два пальца выше края грудины (чтобы избежать повреждения печени), вторую руку положить сверху, охватывая ее пальцами.

1. Попробуй разделить обычную дозу пополам, сделать «тестовую» инъекцию и подождать, возможно, меньшая доза привела к желаемому эффекту.

2. Постарайся принимать наркотик в присутствии другого человека на случай передозировки.

Накопление

Употребление слишком большого количества наркотика за слишком короткий промежуток времени.

Состояние здоровья

Недавно перенесенная болезнь, обезвоживание, недоедание могут настолько ослабить организм, что он не справится с привычной дозой наркотика. В этом случае меньшая доза, скорее всего, окажет более значимый эффект, а нормальная может привести к передозировке.

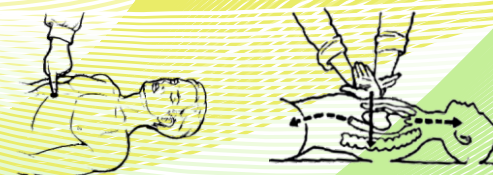
Употребление в одиночестве

Увеличивает риск смерти от передозировки, потому что рядом нет никого, кто бы мог оказать помощь. Рекомендации: если ты находишься в одиночестве и есть страх, что твое состояние близкое к передозировке, позови человека, которому ты доверяешь, или вызови «скорую помощь», если ты еще в состоянии это сделать, оставь дверь незапертой.

Способ употребления наркотика

Влияет на то, как быстро он начнет действовать. Если раствор вводить резко, за одно нажатие поршня, вероятность передозировки повышается.

ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ 8-923-617-72-70



2. Твой торс должен находиться выше грудной клетки пострадавшего, локти должны быть выпрямлены.

Сделать 30 надавливаний выше места соединения ребер на 2-3 пальца, на глубину 4-5 см.

В 1 минуту необходимо сделать 100 надавливаний.

Массаж не следует прекращать ни на минуту, поскольку выброс крови увеличивается постепенно в течение первых 8 - 10 давлений, и даже непродолжительная остановка оказывает очень неблагоприятное действие.

- Искусственное дыхание. Если у человека очень слабое дыхание или оно отсутствует, самое лучшее, что ты можешь сделать - это обеспечить его легкие кислородом посредством искусственной вентиляции легких.

1. Сделай глубокий вдох.
2. Открой рот пострадавшего и плотно обхвати его губы своими губами.



