

## ورقة عمل تقييم خطورة تناول الجرعات الزائدة ومخطط السلامة

للمخدرات المختلفة آثار مختلفة ولبعضها احتمالية أكبر لتناول جرعة زائدة عن غيرها. تناول جرعة زائدة من الأفيونات قد يؤدي إلى خفض معدل ضربات القلب والتنفس. بينما قد يؤدي تناول جرعة زائدة من المنشطات (الانفعالات العارمة) إلى مجموعة من الأعراض قد تستمر فترة من الوقت، ومنها معدل أسرع لضربات القلب والاهتياج وآلام الصدر والقلق. يمكن أن تساعدك ورقة العمل هذه على التعرف على التغيرات في ممارسات تعاطي المخدرات بما يحد من خطر التعرض لجرعة زائدة.

ورقة العمل هذه تطوعية. يمكنك في أي وقت تخطي الأسئلة التي لا ترغب في الإجابة عنها. برجاء عدم توفير أي بيانات تعريف شخصية مثل اسمك أو تاريخ ميلادك أو عنوانك. ورقة العمل هذه سرية ولن ينتج عن المعلومات التي توفرها أي إجراءات تأديبية فيما يتعلق بتعاطي المخدرات. يجب حفظ معلوماتك بأمان (سواءً بواسطةك إذا أخذت ورقة العمل هذه معك بعد الجلسة أو بواسطة مدير الحالة إذا احتفظ بورقة العمل بالنيابة عنك). لا تقدم معلومات حول تعاطي المخدرات بما قد يؤثر على إقامتك أو الخدمات التي تتلقاها.

### ممارسات تعاطي المخدرات

ما العقاقير (بوصفة طبية أو بدونها) التي تتعاطاها عادة؟ (ضع علامة أمام كل ما ينطبق.)  
 الهيروين أو الفنتانيل  الكوكايين المعالج أو العادي  الميثامفيتامين البلوري  الأقراص (الأفيونات)  الأقراص (مركبات البنزوديازيبين)  الكحول  أخرى: \_\_\_\_\_

كيف تتناول هذه المخدرات؟ (ضع علامة أمام كل ما ينطبق.)

استنشاق  تدخين  حقن  بلع  أخرى: \_\_\_\_\_

ما كمية المخدر التي تتعاطاها عادة في المرة الواحدة (على سبيل المثال، عبوة واحدة، أو جرامين أم أن الكميات تختلف)؟

يمكن للأقسام التالية أن تساعدك على تقييم مخاطر تعرضك لجرعة زائدة والتفكير في طرق لتقليل هذه المخاطر.

### شروط اختبار المخدرات

هل تستخدم شروط اختبار الفنتانيل أو الكزلازين لتختبر المخدرات التي ستتعاطاها؟  نعم  لا  
إذا أجبت بنعم:

- ما مدى استخدامك لشروط الاختبار لتفحص المخدرات التي ستتعاطاها؟ \_\_\_\_\_
- ما المخدرات التي تفحصها؟ \_\_\_\_\_
- ماذا تفعل إن كانت نتيجة الاختبار إيجابية؟ \_\_\_\_\_

- ماذا تفعل إن كانت نتيجة الاختبار سلبية؟ \_\_\_\_\_

### مزج المخدرات

هل تستخدم عادة أكثر من مخدر واحد في الوقت نفسه؟  نعم  لا  
إذا أجبت بلا، فانتقل إلى قسم الأدوية المستخدمة لاضطراب تعاطي المواد الأفيونية ومدى تحمل الجسم لها.  
إذا أجبت بنعم:

- ما نوع المخدرات؟ (ضع علامة أمام كل ما ينطبق.)

- منشطات  مثبطات  مضادات الذهان  مهلوسات
- ما الترتيب الذي تتناول به هذه المخدرات؟

- هل يمكنك تجنب استخدام أكثر من مخدر في الوقت نفسه؟  نعم  لا

إذا تعذر عليك تجنب استخدام أكثر من مخدر في الوقت نفسه، فهل يمكنك:

- استخدام كمية أقل من كل مخدر؟  نعم  لا
- الانتظار للتحقق مما تشعر به قبل تناول مخدر آخر؟  نعم  لا

### الأدوية المستخدمة لاضطراب تعاطي المواد الأفيونية ومدى تحمل الجسم لها

- هل توقفت من قبل عن استخدام المخدرات، حتى ليوم واحد أو بضعة أيام؟  نعم  لا
- إذا أجبت بنعم، فهل يمكنك:

- تعاطي كمية أقل من المعتاد في حال قل مدى تحمل جسمك لها؟  نعم  لا
- التعاطي بوتيرة أبطأ (على سبيل المثال، استنشاق أقل أو حقن أبطأ أو إضافة ماء أكثر إلى الحقنة)؟  نعم  لا

إذا كنت تتناول حاليًا أدوية لاضطراب تعاطي المواد الأفيونية (medication for opioid use disorder, MOUD) مثل الميثادون أو البوبرينورفين؟  نعم  لا

إذا أجبت بنعم، فهل لديك ما يكفي من الوصفة الطبية حتى موعد الكشف التالي؟  نعم  لا

إذا أجبت بلا، فهل أنت مهتم لتعرف المزيد عن MOUD للمساعدة في إدارة تعاطيك للأفيونات؟  نعم  لا

### النالوكسون

أين يمكنك الحصول على عدة نالوكسون إذا لم يكن لديك واحدة أو إذا استخدمت العدة التي لديك أو أضعتها؟ إذا لم تكن متأكدًا، فناقش الخيارات المتاحة أمامك مع فريق العمل الذي يساعدك.

أين يمكنك العثور على عدة نالوكسون إن احتجت إليها؟

ما الذي قد يمنعك من حمل عدة نالوكسون؟

هل تضع عدة نالوكسون في مكان واضح بينما تتعاطى المخدرات؟  نعم  لا

هل يوجد حولك أشخاص لديهم عدة نالوكسون خاصة بهم؟  نعم  لا  لست متأكدًا

هل يوجد حولك أشخاص يعرفون طريقة استخدام النالوكسون؟  نعم  لا  لست متأكدًا

هل يوجد حولك أشخاص يعرفون المكان الذي تحتفظ فيه بعدة النالوكسون الخاصة بك؟  نعم  لا  لست متأكدًا

هل يسهل الوصول إلى النالوكسون في المكان الذي عادة ما تتعاطى فيه المخدرات؟  نعم  لا

### المكان

أين تتعاطى المخدرات عادةً؟

هل المكان الذي تتعاطى فيه المخدرات عادةً له باب؟  نعم  لا  
إذا أجبت بنعم، هل يمكن إحكام غلق الباب؟  نعم  لا

هل يمكن لشخص ما أن يراك في هذا المكان؟  نعم  لا

هل يمكن لأي شخص تفقدك في هذا المكان أو الوصول إليك إذا تناولت جرعة زائدة؟  نعم  لا

هل تضطر إلى الاستعجال عند التعاطي في هذا المكان؟  نعم  لا

هل توجد منطقة معقمة يمكنك فيها إعداد مخدراتك؟  نعم  لا  
إذا أجبت بنعم، فهل المنطقة جيدة الإضاءة؟  نعم  لا

ما الذي يمكنك فعله لتجعل المكان الذي تتعاطى المخدرات فيه عادةً أكثر أماناً؟

### الأشخاص الذين يمكنهم تقديم المساعدة

هل تتعاطى بمفردك أم مع أشخاص آخرين؟  
 بمفرد  مع شخص واحد آخر  في مجموعة  بمفرد أحياناً، وأحياناً مع آخرين

هل لديك هاتف محمول؟  نعم  لا  أحياناً  
إذا أجبت بنعم أو أحياناً، فهل يمكنك ضبط مؤقت أو تنبيه على هاتفك من ثلاث لخمس دقائق حتى يتفقدك شخص ما بالقرب منك إن لم تقدر على قفل التنبيه أو المؤقت؟  
 نعم  لا

إن كنت تتعاطى وحدك أو عندما تفعل ذلك، هل يوجد أحد بالقرب منك ليتفقدك؟  نعم  لا  
إذا أجبت بنعم، فهل يمكنك أن تطلب من الشخص أن يتفقدك إن لم تتواصل معه لمدة من ثلاث لخمس دقائق؟  نعم  لا  
إذا أجبت بلا، فهل يمكنك الاتصال بشخص أو إرسال رسالة نصية إليه بحيث يرسل المساعدة إن لم تتواصل معه لمدة من ثلاث لخمس دقائق؟  نعم  لا  
إذا أجبت بلا، فهل يمكنك الاتصال بالخط الساخن "Never Use Alone" (لا تتعاطى بمفردك أبداً) على الرقم 877-696-1966؟  نعم  لا

إن كنت تتعاطى مع أشخاص آخرين أو عندما تفعل ذلك:

- هل يمكن التعاطي كل شخص على حدة (تعاطي بالتناوب) تحسباً إن تناول أحدكم جرعة زائدة؟  
 نعم  لا
- هل يمكنك إبقاء النالوكسون متوفراً تحسباً إن تناول أحدكم جرعة زائدة؟  نعم  لا
- هل تحدثتم عن طرق الحفاظ على سلامة كل شخص منكم إن تناول أحدكم جرعة زائدة؟  
 نعم  لا

إذا أجبت بلا، فكيف يمكنك بدء النقاش؟  مشاركة خطة السلامة الخاصة بي  
 سؤالهم عن خطط السلامة الخاصة بهم  إخبارهم بمكان احتفاظي بالنالوكسون  
 أخرى:

### الصحة العامة

هل تعاني من أي حالة صحية تؤثر على تنفسك؟

□ الربو □ مرض الانسداد الرئوي المزمن (chronic obstructive pulmonary disease, COPD) □ الالتهاب الشعبوي □ فيروس تنفسي □ الحساسيات □ أخرى: \_\_\_\_\_

هل تتناول أدوية وفق الوصفة الطبية لهذه الحالات المرضية؟ □ نعم □ لا  
إذا أجبت بنعم، فهل تقلل الأدوية من الأعراض التي تعاني منها؟ □ نعم □ لا  
إذا أجبت بنعم، فهل لديك ما يكفي من العلاج حتى موعد الكشف التالي؟  
□ نعم □ لا  
إذا أجبت بلا، هل يمكنك الاتصال بمقدم الرعاية الصحية الخاص بك لتحديد موعد متابعة؟  
□ نعم □ لا  
إذا أجبت بلا، هل يمكنك الحصول على كمية أخرى أو تحديد موعد متابعة مع مقدم الرعاية الصحية الخاص بك؟  
□ نعم □ لا

هل تدخن أيًا من هذه المواد؟  
□ التبغ □ الحشيش □ K2 □ الكوكايين المصنع □ أخرى: \_\_\_\_\_

هل أنت مهتم بمعرفة خيارات الإقلاع عن تدخين هذه المواد أو التقليل منها؟ □ نعم □ لا

هل أنت مهتم باستخدام رقع النيكوتين أو العلكة لتقليل استخدامك للتبغ؟  
□ نعم □ لا

## خطة السلامة الخاصة بتناول جرعة زائدة

أسباب عدم رغبتني في تناول جرعة زائدة:

---

المخاطر التي يحتمل أن أتعرض لها:

---

المخاطر التي من غير المحتمل أن أتعرض لها:

---

استراتيجيات الحد من تعرضي لمخاطر الجرعة الزائدة:

---

كيف يمكنني الحفاظ على سلامتي عندما أتعاطي وحدي:

---

كيف يمكنني الحفاظ على سلامتي عندما أتعاطي مع أشخاص آخرين:

---

الأسباب التي تجعل التعاطي الآمن أصعب بالنسبة لي:

---

المصادر التي يمكنني الوصول إليها لتحسين صحتي والحد من مخاطر التعرض لجرعة زائدة وغيرها من المخاطر (مثل برامج خدمات الوقاية الطبية من انتشار الأمراض (syringe service program) أو مراكز الوقاية من الجرعة المفرطة أو مواقع فحص المخدرات):

---

الخطوات التي يمكنني تنفيذها لتحسين صحتي والحد من المخاطر التي قد أتعرض لها:

---