

هل تستخدم المخدرات؟



**الجرعة المفرطة والإصابة بالتهاب الكبد
C وفيروس نقص المناعة البشرية HIV.**

تجنب الجرعة المفرطة (OD)

- ✚ **اختبر مخدراتك باستخدام شرائط اختبار فينتانيل.** إذا كانت النتيجة إيجابية، فاحرص على عدم تعاطي المخدرات. إذا كنت تخطط لتعاطيها بالفعل، فابدأ بكمية صغيرة واستخدمها بتمهل. تفضل زيارة موقع nyc.gov/health/fentanyl لمعرفة أين تجد شرائط اختبار فينتانيل.
- ✚ **تجنب التعاطي بمفردك وتناوب في التعاطي.** إذا كنت تتعاطى بمفردك، فاتصل بالخط الساخن الذي يشجع الأفراد على عدم تعاطي المخدرات بمفردهم أبدًا (Never Use Alone) على الرقم 800-484-3731.
- ✚ **تجنب خلط المخدرات، بما في ذلك الكحول.**
- ✚ **اجعل نالوكسون جاهزًا للاستخدام وفي متناول اليد.** نالوكسون دواء آمن وسهل الاستخدام يعكس آثار تعاطي المواد الأفيونية، مثل الهيروين ومسكنات الألم والفينتانيل. اتصل بالرقم 311، أو تفضل زيارة nyc.gov/health وابحث عن "naloxone" (نالوكسون) لمعرفة من أين تحصل على مجموعة مجانية.
- ✚ **خذ حذرك إذا لم تتعاط منذ فترة.** يمكن أن يكون تحملك أقل، مما يزيد احتمال أن تكون جرعتك جرعة مفرطة.
- ✚ **الاستجابة للجرعة المفرطة.** إذا كنت برفقة شخص تظن أنه تعاطى جرعة مفرطة، أعطه نالوكسون واتصل بـ 911. أخبر عامل الهاتف بأن الشخص لا يتنفس.



الوقاية من التهاب الكبد C (Hep C) وفيروس نقص المناعة البشرية HIV

التهاب الكبد C وفيروس نقص المناعة البشرية HIV فيروسان يصيبان الدم. يمكن أن تصيبك مشاركة معدات تعاطي المخدرات، بما في ذلك المحاقن وأوعية الخلط والتسخين والقطن والمياه، مع شخص مصاب بالتهاب الكبد C أو فيروس نقص المناعة البشرية HIV بالعدوى. يمكن أن يُتلف التهاب الكبد C كبدك، ولا يوجد علاج شافٍ من فيروس نقص المناعة البشرية HIV حتى مع تناول الدواء.



+ استخدم دائماً معدات جديدة.

هناك برامج غير كاشفة للهوية في مدينة NYC تقدم مجاناً محاقن ومعدات استخدام المخدرات.

+ لا تشارك معداتك أبداً،

وهذا يشمل إذا كنت تحقن المخدرات أو تستنشقها أو تدخنها.

تعليمات لحالات الجرعة المفرطة الطارئة

1. اتصل بـ 911.

2. أعط نالوكسون إذا كان بحوزتك.

قم ببخ نالوكسون الأنفي في فتحة الأنف، أو احقن نالوكسون العضلي في أعلى الذراع أو الفخذ. إذا لم تكن هناك استجابة خلال دقيقتين، فأعط جرعة ثانية.

3. اجعل الشخص يستلقي على جانبه. انتظر حتى تصل المساعدة.

الموارد

+ **المحاقن المجانية ومنخفضة التكلفة:** ارجع إلى الصيدليات المحلية، أو تفضل بزيارة nyc.gov/alcoholanddrugs للحصول على قائمة ببرامج توفير المحاقن.

+ **اختبار التهاب الكبد C والرعاية المتعلقة به:** اتصل بالرقم 311، أو تفضل بزيارة nyc.gov/health/hepc.

+ **اختبار فيروس نقص المناعة البشرية HIV والرعاية المتعلقة به:** اتصل بالرقم 311، أو تفضل بزيارة nyc.gov/health/hiv.

+ **وسائل دعم وموارد الصحة النفسية:** اتصل بالرقم 888-692-9355 أو أرسل "WELL" في رسالة نصية إلى الرقم 65173 أو تفضل بزيارة nyc.gov/nycwell.