

Zażywasz narkotyki?

Zmniejsz ryzyko

przedawkowania,
WZW typu C i HIV.



Zapobiegaj przedawkowaniu (OD)

- + Sprawdź swoje narkotyki przy użyciu testów paskowych na obecność fentanylu.**
W przypadku uzyskania pozytywnego wyniku testu, weź pod uwagę rezygnację z zażycia narkotyku. Jeżeli jednak się na to zdecydujesz, zacznij od niewielkiej ilości i zwiększaj ją bardzo powoli. Wejdź na stronę nyc.gov/health/fentanyl, aby dowiedzieć się, gdzie można uzyskać testy paskowe na obecność fentanylu.
- + Unikaj zażywania narkotyków w odosobnieniu i zażywaj je na zmianę z innymi osobami.**
Jeżeli jednak zażywasz narkotyki w odosobnieniu, zadzwoń na infolinię Never Use Alone pod numer 800-484-3731.
- + Unikaj mieszania narkotyków z innymi substancjami psychoaktywnymi, w tym z alkoholem.**
- + Miej pod ręką gotowy do podania Naloxon.**
Naloxon to bezpieczny i łatwy w użyciu lek, który odwraca efekty działania opioidów takich jak heroina, leki przeciwbólowe oraz fentanyl. Zadzwoń pod numer **311** lub wejdź na stronę nyc.gov/health i wyszukaj słowo „naloxone”, aby dowiedzieć się, gdzie możesz otrzymać ten lek za darmo.
- + Zachowaj szczególną ostrożność, jeżeli zamierzasz przyjąć narkotyk po dłuższej przerwie.**
Przerwa w zażywaniu mogła obniżyć Twoją tolerancję, co oznacza, że możesz być bardziej narażony(-a) na przedawkowanie.
- + Reaguj na przedawkowanie.**
Jeżeli przebywasz z osobą, która według Ciebie przedawkowała narkotyk, podaj jej Naloxon i zadzwoń pod numer **911**. Poinformuj operatora, jeżeli osoba w której sprawie dzwonisz, nie oddycha.



Zapobiegaj WZW typu C oraz HIV

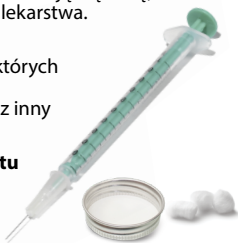
Wirus WZW typu C oraz wirus HIV to wirusy, które krążą we krwi. Udostępnianie innym osobom zakażonym wirusem WZW typu C oraz HIV swojego sprzętu do podawania narkotyków, w tym strzykawek, podgrzewaczy, gazików oraz wody, może doprowadzić do Twojego zakażenia. Wirus WZW typu C może uszkodzić Twoją wątrobę, a na wirus HIV nie wynaleziono jeszcze żadnego lekarstwa.

+ Zawsze stosuj nowy sprzęt.

Istnieją specjalne programy, w ramach których mieszkańcy NYC mogą anonimowo i bezpłatnie otrzymywać strzykawki oraz inny sprzęt do podawania narkotyków.

+ Nigdy nie udostępniaj swojego sprzętu innym osobom,

bez względu na to, czy przyjmujesz narkotyki drogą dożylną, wciągasz je przez nos, czy też palisz.



Instrukcje postępowania ratunkowego w przypadku przedawkowania

1. Zadzwoń pod numer 911.

2. Podaj Naloxon, jeśli go masz.

W postaci aerozolu prowadź go do dziurki od nosa lub wstrzyknij w postaci dożylną domięśniowo, w udo lub ramię. W razie braku reakcji w ciągu dwóch minut od podania leku spróbuj podać go jeszcze raz.

3. Połóż osobę poszkodowaną na boku. Poczekaaj na przyjazd karetki.

Zasoby

+ **Darmowe i tanie strzykawki:** zapytaj w lokalnej aptece lub wejdź na stronę [nyc.gov/alcoholanddrugs](https://www.nyc.gov/alcoholanddrugs), aby sprawdzić listę programów usług dostarczania strzykawek.

+ **Testy i leczenie pod kątem WZW typu C:** zadzwoń pod numer 311 lub wejdź na stronę [nyc.gov/health/hepc](https://www.nyc.gov/health/hepc).

+ **Testy i leczenie pod kątem wirusa HIV:** zadzwoń pod numer 311 lub wejdź na stronę [nyc.gov/health/hiv](https://www.nyc.gov/health/hiv).

+ **Wsparcie i zasoby dotyczące zdrowia psychicznego:** zadzwoń pod numer 888-692-9355, lub wejdź na stronę [nyc.gov/nycwell](https://www.nyc.gov/nycwell).