

برامج الوقاية من تعاطي جرعات زائدة من المواد الأفيونية، التي توفر تدريبات تتعلق بالجرعات الزائدة والنالوكسون مجانًا، تجدها هنا:

[.providerdirectory.aidsinstituteny.org](http://providerdirectory.aidsinstituteny.org)



من بين برامج الوقاية من تعاطي جرعات زائدة من المواد الأفيونية، برامج استبدال المحاقن في ولاية نيويورك، التي توفر تدريبات تتعلق بالجرعات الزائدة والنالوكسون مجانًا، متاحة هنا:

[www.health.ny.gov/diseases/aids/consumers/prevention/needles\\_syringes/docs/sep\\_hours\\_sites.pdf](http://www.health.ny.gov/diseases/aids/consumers/prevention/needles_syringes/docs/sep_hours_sites.pdf)



برنامج المراسلة الوطني للأفراد غير المؤمن عليهم:

[www.naloxoneforall.org](http://www.naloxoneforall.org)



هل تتعاطى أنت أو أي شخص تعرفه مواد أفيونية؟

احرص على سلامتك.  
امنع تعاطي جرعة زائدة مميتة.

احرص على توافر  
Naloxone لديك.



Department  
of Health

New York State  
nyspQc  
Perinatal Quality Collaborative

### 3. ابق معه.

ابق معه إلى أن تصل المساعدة الطبية الطارئة. إذا ظل فاقدًا للوعي وكنت تعرف إجراء تنفس الإنقاذ أو الإنعاش القلبي الرئوي (Cardiopulmonary Resuscitation, CPR) فاستخدم هذه الأساليب. إذا كنت لا تعرف كيفية إجراء تنفس الإنقاذ أو الإنعاش القلبي الرئوي، فضع الشخص على جانبه حتى لا يختنق. إذا عاد التنفس إلى طبيعته، فشجّع الشخص الذي تناول جرعة زائدة على الذهاب مع سيارة الإسعاف حتى لو كان يشعر بتحسن.

### يتوفر النالوكسون في:

صيدليتك المحلية. توجد الآلاف من الصيدليات حيث يمكنك الحصول على Naloxone بدون وصفة طبية. بناءً على التأمين الخاص بك، قد يكون هناك خصم على تكلفة هذا الدواء أو مشاركة في دفع تكلفته. ومع ذلك، سيغطي برنامج (Naloxone Copayment Program, N-CAP) في ولاية نيويورك المشاركات في الدفع حتى 40 دولارًا. يمكنك العثور على صيدلية تابعة لـ N-CAP هنا:

[www.health.ny.gov/diseases/aids/general/opioid/overdose\\_prevention/directories.htm](http://www.health.ny.gov/diseases/aids/general/opioid/overdose_prevention/directories.htm)



## الاستجابة للجرعة الزائدة.

بادر بالتصرف! إذا كنت تعتقد أن شخصاً ما يتعاطى جرعة زائدة، فاتبع الخطوات التالية:

### 1. اتصل على 911.

اتصل على 911 واتبع تعليمات المرسل. لا تدع الخوف من الاعتقال يمنعك من إجراء هذه المكالمات. يحمي قانون نيويورك لفاعلي الخير الأفراد الذين يتعاطون جرعات زائدة وأي شخص يساعدهم في حالة الطوارئ من توجيه الاتهامات والمقاضاة لحيازة المخدرات.

### 2. أعطه naloxone.

هز الشخص واصرخ باسمه لإيقاظه. إذا لم يستجب، فأعطه جرعة واحدة من naloxone في الأنف. ضع طرف البخاخ على أنف الشخص ثم ادفع المكبس لأسفل. يمكن العثور على معلومات حول كيفية استخدام naloxone هنا:

<https://www.nyoverdose.org/Docs/12028.pdf>. إذا لم تُعد الجرعة الأولى من naloxone التنفس خلال دقيقتين إلى ثلاث دقائق، فأعطه جرعة ثانية.

نصية بعد 3 إلى 5 دقائق من الاستخدام. يمكنك أيضاً التحدث مع مشغل على الخط في أثناء الاستخدام من هنا: <https://neverusealone.com/> أو الاتصال على الرقم (800) 484-3731. إذا لم تستجب لهم، يمكنهم تنبيه الخدمات الطبية الطارئة (Emergency Medical Services, EMS) بأنك قد تكون في مشكلة.

### 3. إجراء اختبار fentanyl.

يُعد fentanyl من المخدرات الشائعة جداً التي تحصل عليها في الشارع. غالباً لا يعلم الأفراد الذين يتعاطون المخدرات إذا كان fentanyl ضمن خلطة المخدرات أم لا. وبسبب قوة تأثير fentanyl، فإن أي شخص يتناوله معرض لخطر متزايد لتناول جرعة زائدة. يمكن للأشخاص التحقق من وجود fentanyl في المخدرات باستخدام شرائط اختبار fentanyl.

### 4. التعاطي ببطء.

يقل تحملك للمخدرات شيئاً فشيئاً ويزيد خطر تناول جرعة زائدة حتى إذا توقفت عن التعاطي لبطء أيام. إذا عُدت إلى تعاطي المخدرات بعد فترة من الانقطاع، فتوخّ الحذر وتعاطها ببطء. ما لم يؤذك قبل أيام قليلة قد يقتلك الآن.

إذا كنت تتناولين المواد الأفيونية وأنت حامل أو مرضع أو ولدت مؤخراً، فاحصلي على النالوكسون! إذا كان شخص يعيش معك يتناول المواد الأفيونية، يجب عليك الحصول على النالوكسون أيضاً.

Naloxone دواء سهل الاستخدام، مجرد بخاخ للأنف بشكل عام، يبطل مفعول الجرعات الزائدة من المواد الأفيونية، التي تتضمن الهيروين، والفنتانيل، والأوكسيكودون، والكوديين. عندما يُعطى Naloxone في الوقت المناسب، فإنه يبطل مفعول هذه الجرعات الزائدة عن طريق استعادة التنفس. لا يلزم أن تكون طبيباً للتوجيه بتناول Naloxone. يمكن للعائلة والأصدقاء والغرباء الذين ليس لديهم خلفية طبية إعطاء هذا الدواء بأمان.

## احرص على سلامتك.

احرص على سلامتك. كُن مستعداً. ضع خطة لمنع تناول الجرعات الزائدة من المواد الأفيونية. اتبع هذه الخطوات السهلة:

### 1. حمل Naloxone.

وفقاً لمراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها (Centers for Disease Control and Prevention, CDC)، فإن 80% من وفيات الجرعات الزائدة حدثت داخل المنزل! إذا كنت تعرف شخصاً معرضاً معرضاً لخطر تناول جرعة زائدة من المواد الأفيونية أو شخصاً يتعاطى الكوكايين و/أو الميثامفيتامين، يجب عليك التأكد من أن جرتين من Naloxone جاهزة للاستخدام. قد يكون أي شخص يتناول أدوية معرضاً للخطر. أخبر العائلة والأصدقاء أنك تتقن بطريقة استخدام النالوكسون ومكان الاحتفاظ به.

### 2. لا تتناول الأدوية بمفردك. إنها لفكرة جيدة أن يكون معك شخص آخر.

اسمح لأي شخص بأن يكون معك عند تناول الأدوية بحيث يمكنه الاستجابة في حالة تناول جرعة زائدة. إذا لم يكن ذلك ممكناً، فأخبر شخصاً تثق به أن يطمئن عليك عبر الهاتف أو محادثة فيديو أو بإرسال رسالة

## تعرف على سمات تعاطي جرعة زائدة.

توجد علامات لتعاطي جرعة زائدة من المواد الأفيونية:



بطء التنفس  
أو انقطاعه



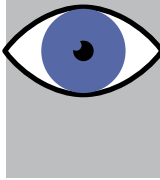
لا يتحرك  
الشخص



لا يمكن  
إيقاظ  
الشخص



يمكنك سماع  
أصوات  
الغرغرة  
أو الشخير



ضيق  
حدقات  
العين



الجلد بارد  
ومتعرق



زرقة الشفاه  
والأظافر