

ПРОЧЕТИ!

ЗАПОМНИ!!

ДЕЙСТВАЙ!!!

*Сдружение
„Доза обич“*

*гр. Бургас
ул. „Цар Асен“ 81*

*056 / 82 75 47
0892 229 102*



Свръхдоза

Човек може да предозира, ако вземе голямо количество от определено психоактивно вещество или комбинация от различни вещества. Свръхдозата е различна в зависимост от наркотика, който сте взели. Ето някои белези на свръхдоза:

- Човекът диша много слабо или не диша изобщо;
- Студена кожа;
- Устните и ноктите посиняват или посивяват;
- Повръщане;
- Припадък
- Болки в гърдите /сърдечната област/;
- Човекът заспива и не можете да го събудите.

Трикове да превантираш свръхдоза:

- **Не вземай наркотици сам!**

По този начин ако ико има проблем може да си помогнете един на друг.

- **Познавай източника, от който си взел и разпитавай наоколо как е материала.**

Увери се, че знаеш какво си взел и колко е силно.

- **Уцели се пробно – по- малко от колкото принципно използваш.**

Винаги можеш да вземеш повече, но не можеш да вземеш по-малко, отколкото си взел.

- **Започни уцелването с малко количество**

Ако скоро не си взимал /примерно си бил в детокс, на лечение или в затвора/. Много хора предозират, защото започват пак със същата доза, на която са били преди, а толерансът им е различен от преди.

Трикове да превантираш свръхдоза:

- **Внимавай, ако имаш проблеми с черния дроб или Хепатит С.**

В този случай на тялото ти е по-трудно да се прочисти от наркотиците и е по-лесно да предозираш.

- **Бъди наясно със смесването на вещества.**

По-вероятно е да предозираш, ако вземаш заедно два опиата или смесваш опиати с алкохол /особенно когато първо си пил алкохол и след това решиш да вземеш наркотици/

- **Не взимай спийдбол**

/опиати със стимуланти едновременно/. Може да получиш късна свръхдоза, след като стимулантът престане да действа.

- **Не вземай метадон, който не ти е предписан.**

Малка доза от метадона може да те убие, ако толерансът ти не е висок или ако го вземаш с други опиати.

Какво да правиш ако някой предозира:

1. **Обади се на 112, ако човекът:**

- Не иска да се събуди, не може да стои буден или не диша;
- Има припадък;
- Има болки в гърдите/сърдечната област/

2. **Приложи му изкуствено дишане, ако не диша:**

- Убеди се, че няма нищо в устата;
- Наведи му главата назад;
- Обдишвай го на всеки пет секунди.

3. **Завърти го във възстановяваща позиция.**

Това превантира други проблеми като задавяне с повръщано или гълтане на езика.

4. **Остани с човека докато дойде помощ.**

Ако не можеш да останеш напиши на лист хартия, какви наркотици е взел човека и я остави върху него, така че да получи точно помощта, от която се нуждае.

Какво НЕ трябва да правим, ако някой предозира:

- Не го оставяй сам;
- Не го поставяй под душа, не му прилагай ледена баня;
- Не го оставяй да лежи по гръб;
- Не му бий шамари, удряй или наранявай, за да се опиташ да го събудиш;
- Не му давай други наркотици;
- Не го инжектирай със солена вода.

Тези неща само ще влошат ситуацията.

Когато някой предозира е лесно да се паникьосаш и да забравиш какво трябва да се направи. Така, че имай написани основните трикове в теб, чети си ги от време на време и ги разказвай на приятелите си. Запомни ги те могат да спасят човешки живот.

Ако някой предозира той се нуждае от помощ. Без помощ той може да умре. Секундите имат значение!

*Тази брошура се издава по проект
„Спаси живот” с подкрепата на
Национален Център по Наркомании.*