

## Gdzie dostanę nalokson?

**W najbliższej aptece.** Są tysiące aptek, w których można otrzymać nalokson bez recepty. W zależności od tego, jakie masz ubezpieczenie, może być konieczny udział własny lub dopłata do tego leku. Jednak nowojorski program dopłat do naloksonu (Naloxone Copayment Program, N-CAP) pokrywa współpłatność do 40 dolarów.

**Aptekę N-CAP można znaleźć tutaj:**



[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)

**Programy zapobiegania przedawkowaniu opiatów (Opioid Overdose Prevention Programs)** ze szkoleniami w zakresie przedawkowania i bezpłatnym naloksonem można znaleźć tutaj:



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

**Wśród programów zapobiegania przedawkowaniu opiatów** można znaleźć programy wymiany strzykawek stanu Nowy Jork ze szkoleniami w zakresie przedawkowania i bezpłatnym naloksonem, które są dostępne tutaj:



[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)

**Krajowy program wysyłkowy** dla osób nieubezpieczonych:



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

## Dostęp do pomocy

Osoba, która przedawkowała, nie jest jedyną ofiarą zdarzenia traumatycznego. Znajomi i członkowie rodziny często czują się osądzeni za to, że nie zapobiegli przedawkowaniu. Ważne jest, aby znajomi oraz członkowie rodziny współpracowali, aby pomóc ofierze przedawkowania, i szukali wsparcia.

Pomoc dla rodzin zapewniają następujące organizacje:

**Pomoc w powrocie do zdrowia dla osób bliskich (Supporting a Loved One in Recovery) Biura ds. Alkoholizmu i Nadużywania Substancji (Office of Alcoholism and Substance Abuse Services, OASAS):**



[oasas.ny.gov/recovery/supporting-loved-one-recovery](http://oasas.ny.gov/recovery/supporting-loved-one-recovery)

**Nawigatorzy pomocy rodzinie OASAS miasta Nowy Jork (Family Support Navigators, FSNs):**



[for-ny.org/family-support-navigators/](http://for-ny.org/family-support-navigators/)

**Przyjaciele zdrowienia miasta Nowy Jork (Friends of Recovery New York):**



[for-ny.org/family-resources/](http://for-ny.org/family-resources/)

**Grupy rodzinne nar-anon (Nar-Anon Family Groups):**



[www.nar-anon.org/](http://www.nar-anon.org/)



Department  
of Health

New York State  
nysp:Qc  
Perinatal Quality Collaborative



**Czy znasz kogoś,  
komu grozi  
przedawkowanie  
opiatów?**

**Zaopatrź się  
w nalokson.  
Uratuj życie.**

## Jak ratować życie.

Według Centrów Zwalczenia i Profilaktyki Chorób (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) 80% zgonów z powodu przedawkowania ma miejsce w domu! Jeżeli znasz kogoś z grupy ryzyka przedawkowania opiatów lub kogoś, kto używa kokainy i/lub metamfetaminy, pamiętaj, aby mieć w gotowości przynajmniej dwie dawki naloksonu.

## Kto jest w grupie ryzyka?

- Osoby, które już kiedyś przedawkowały
- Osoby, które mają za sobą okres abstynencji od opiatów, takich jak np. heroina i/lub leki przeciwbólowe na receptę
- Osoby przyjmujące duże dawki opiatów
- Osoby przyjmujące inne substancje z opiatami
- Osoby, które od dawna przyjmują opiaty

Każdy, kto bierze narkotyki, może być narażony na przedawkowanie!



## Co to jest nalokson?

Nalokson to lek, który można łatwo podać — zazwyczaj wystarczy go psiknąć do nosa — i który odwraca skutki przedawkowania opiatów, takich jak np. heroina, fentanyl, oksykodon i kodeina. Podanie na czas naloksonu odwraca skutki przedawkowania, przywracając oddychanie.

## Czy noszenie i używanie naloksonu jest legalne?

Tak. Aby podać nalokson, nie musisz być lekarzem. Rodzina, znajomi i całkiem obcy ludzie bez wykształcenia medycznego mogą bezpiecznie podawać ten lek.

## Reaguj na przedawkowanie.

Zacznij działać! Jeżeli uważasz, że ktoś przedawkował, wykonaj następujące kroki:

### 1. Zadzwoń pod numer 911.

Zadzwoń pod numer 911 i postępuj zgodnie z instrukcjami dyspozytora. Nie pozwól, aby strach przed aresztowaniem powstrzymał Cię przed wykonaniem tego telefonu. **Nowojorskie prawo dobrego Samarytanina (New York's Good Samaritan Law) chroni osoby, które przedawkowały i każdą osobę, która im pomaga w nagłym wypadku, przed oskarżeniem i ściganiem za posiadanie narkotyków.**

### 2. Podaj nalokson.

Potrząśnij ofiarą i wykrzykuj jej imię, aby ją obudzić. Jeżeli nie reaguje, podaj jej do nosa jedną dawkę naloksonu. Włóż końcówkę dyszy do nosa ofiary, a następnie wciśnij tłoczek w dół. Informacje o tym, jak używać naloksonu, można znaleźć tutaj: <https://www.nyoverdose.org/Docs/12028.pdf>. Jeżeli pierwsza dawka naloksonu nie przywróci oddechu w ciągu 2-3 minut, podaj drugą dawkę.

### 3. Nie zostawiaj ofiary.

Nie zostawiaj ofiary dopóki nie przyjedzie pomoc medyczna. Jeżeli ofiara jest ciągle nieprzytomna, a znasz metody sztucznego oddychania lub resuscytacji krążeniowo-oddechowej, zastosuj te techniki. Jeżeli nie wykonujesz sztucznego oddychania lub resuscytacji krążeniowo-oddechowej, przewróć ofiarę na bok, aby się nie udusiła. Jeżeli oddychanie wróci do normy, zachęć osobę, która przedawkowała, aby wsiadła do karetki, nawet jeżeli czuje się lepiej.

## Rozpoznawanie przedawkowania.

Oto oznaki przedawkowania opiatów:

