

## ЧТО ТАКОЕ ПЕРЕДОЗИРОВКА?

Передозировка - это состояние, которое человек испытывает при приёме слишком большой дозы наркотика. Но иногда, даже если вы или другие люди вкололи себе свою обычную дозу, может случиться передозировка, потому что это зависит от качества героина, который вы употребляете или от того, употребляли ли вы алкоголь или какие-нибудь лекарства, особенно после ремиссии.



### ОТ КАКИХ НАРКОТИКОВ МОЖЕТ СЛУЧИТЬСЯ ПЕРЕДОЗИРОВКА?

Прежде всего это может произойти при употреблении опиатов, то есть героина, ханки или метадона.

### А КАК УЗНАТЬ, ЧТО У ЧЕЛОВЕКА ПЕРЕДОЗИРОВКА?

*Это можно узнать вот по этим признакам:*

- замедленные движения, подгибающиеся колени, при этом человек надолго застывает в какой-то позе, «зависает», например, сидя на корточках

- человек как бы сонливый, иногда даже теряет сознание

- у человека суженные зрачки

- у него могут посинеть губы и кончики

пальцев

- его может тошнить, может начаться рвота

- его речь может стать непонятной

- его дыхание может стать поверхностным, а пульс слабым

- давление может упасть, сердце будет биться слабо и редко, а кожа станет бледной и сухой.



## ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ СЛУЧИЛАСЬ ПЕРЕДОЗИРОВКА СО МНОЙ?

Нужно помочь себе, ведь если вы в сознании, это уже хорошо. Постарайтесь не заснуть – хотя бы несколько часов нужно не спать. Нужно следить за дыханием. Если рядом кто-то есть, попросите этого человека говорить с Вами и следить, чтобы Вы не заснули. Побольше пейте, пожуйте что-нибудь, а если видите, что состояние не улучшается, обязательно вызывайте «скорую». Если вы дома или в закрытом помещении, постарайтесь оставить двери или замки открытыми. Нужно также вколоть себе налоксон.

## ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ СЛУЧИЛАСЬ ПЕРЕДОЗИРОВКА С ДРУГИМ ЧЕЛОВЕКОМ, А Я НАХОЖУСЬ РЯДОМ?

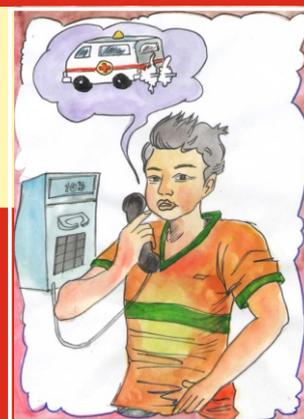


Нужно вколоть человеку налоксон – этот препарат временно нейтрализует действие опиатов, поэтому наверняка поможет.



Вкололи? Положите пострадавшего на твёрдую поверхность в положение восстановления:

Хорошо, теперь срочно вызывайте «скорую» - не можете сами, попросите соседей или знакомых. В «скорой помощи» работают профессионалы, они помогут откачать пострадавшего.



## ЧТО ТАКОЕ НАЛОКСОН, ЧТО ЭТО ЗА ПРЕПАРАТ?

Это очень эффективный антидот («противоядие») при опиоидной передозировке. Он блокирует определённые рецепторы в нашем организме и устраняет подавление дыхательных функций. А раз человек может дышать, то риск летального исхода при передозировке снижается. Некоторые люди говорят, что он на какое-то время как бы «сжигает» героин», вытесняет его из рецепторов.

Налоксон можно ввести внутримышечно, а уже через несколько минут он начнёт действовать. Это не наркотик, от него не будет «прихода» и привыкнуть к нему тоже нельзя. Во многих странах он продаётся по рецепту врача.

После того, как налоксон попадает в организм, он действует час-полтора, а героин действует дольше. Что получается? Налоксон может перестать действовать, а героин ещё продолжает, поэтому состояние передозировки может вернуться. Поэтому важно продолжать наблюдать за пострадавшим, у которого за пару часов до инъекции налоксона случилась передозировка, чтобы контролировать его состояние. Если минуты через три-пять после первой инъекции налоксона человек не начал приходить в себя (или если Вам самим не стало легче, если Вы сами себе налоксон колете), нужно обязательно вколоть ещё одну ампулу налоксона.

Если уж и вторая ампула не помогла, тогда причина не в опиатах, а в чём-то другом – обязательно вызывайте «скорую», если ещё не сделали этого, пусть приедут, помогут.

Налоксон не выводит опиаты из организма, поэтому, когда он прекращает действовать, человек с передозировкой снова начинает ощущать действие наркотика. Это потому, что опиаты всё ещё сохраняются в организме и продолжают влиять на его функции.

## **КАК ИСПОЛЬЗОВАТЬ НАЛОКСОН?**

Освободите дыхательные пути пострадавшего (ну или сами сядьте удобнее, если сами себе колоть собираетесь). Отломите головку ампулы, используя обёртку от шприца, чтобы не порезаться. Наберите налоксон в шприц и введите в мышцу – можно в плечо, в верхнюю часть руки, а можно в бедро. Лучше не колоть в ягодицы, там из-за жировой прослойки налоксон будет медленнее рассасываться.

Можно сделать укол прямо в вену, но при этом можете потерять время на её поиски, да и смысла особого нету в этом.

Перед уколом можно освободить место укола от одежды, хотя это тоже не обязательно, потому что игла легко проходит даже через неплотную ткань. Конечно, лучше протереть место укола спиртовой салфеткой, до и после инъекции.

Бывали случаи, когда шприца под рукой не находилось, и налоксон медленно закапывали в нос пострадавшему – где-то после 3-4 ампул человек приходил в себя.

## А ЧТО ПОТОМ?

Когда налоксон начнёт действовать, Вы это увидите – у человека светлеет цвет кожи, человек обычно неожиданно как бы просыпается, открывает глаза и делает глубокий вдох. При этом он как бы дезориентирован, не понимает, что происходит и где он находится. А потом его может начать «кумарить». Если Вы не сами себе кололи налоксон, а кому-то, то важно суметь объяснить этому человеку, что произошло, и что не следует сразу «догоняться». Рассуждайте логически: пока действует налоксон, ещё одна доза наркотика не устранил ломку, но зато очень даже повысит риск повторной передозировки, которая может наступить, как только налоксон перестанет действовать.



Поймите сами и объясните другим: если сразу после инъекции налоксона человек будет чувствовать ломку, то по мере выведения препарата из организма, где-то через полчаса, он почувствует себя лучше, поэтому надо перетерпеть и ни в коем случае не догоняться.

Как только человек пришёл в себя, он чаще всего дезориентирован и не понимает, где он находится и что с ним происходит, поэтому разговаривайте с ним, рассказывайте что-нибудь, спрашивайте – вы сами знаете, какими словами или действиями лучше всего занять его внимание.

## А ГДЕ МОЖНО ДОСТАТЬ НАЛОКСОН?

Лучше всего обратиться к врачам в наркологию, у них он есть. Ещё его можно получить в ПОШах и у аутрич-работников с вашего района. Ещё бывает в аптеках, но редко – лучше уточнить этот вопрос с врачами в наркологии или с аутричниками.

Внутримышечную инъекцию лучше делать в плечо или бедро. Обычная доза – от 1 до 2 мл (0.4 – 0.8 мг), но даже если ввели налоксон повторно и в большей дозе, это не страшно. Человек может чувствовать синдром отмены, особенно если ему была введена большая доза налоксона, но лучше не догоняться, а то будет риск повторной передозировки.

Запомните: налоксон начинает действовать через 1-5 минут, а действие его длится час-полтора. Как сказал один замечательный парень во время недавнего тренинга, **«НАМ, РЕБЯТА, НУЖЕН ОН, КАК ВОДА, ЕДА И СОН».**

**Хотим предупредить, что в республике появился налоксон, произведённый не в Германии и не в Украине. На коричневых стеклянных ампулах, в которых он распространяется, есть какой-то непонятный текст, написанный иероглифами, и чётко просматриваются символы “2ml/2mg”. Это значит, что концентрация раствора в этих ампулах в ПЯТЬ РАЗ превышает ту, которая присуща германскому или украинскому налоксону. Будьте внимательны. Если вы пользуетесь этим высококонцентрированным налоксоном, не вкалывайте всё содержимое ампулы зараз, а разбейте это количество на пять доз. Проконсультируйтесь лишний раз с аутрич-работником или врачами в наркологии по поводу того, как лучше и правильнее вкалывать этот налоксон с иероглифами на ампулах.**

### **НУ ЕЩЁ ЧЁ-НИБУДЬ РАССКАЖИТЕ!!**

Хорошо, вот Вам самые важные факты о налоксоне:

- налоксон – это безопасный антидот, эффективный при передозировке опиатами; он настолько безвреден, что используется в качестве тестирования, как вода
- налоксон не оказывает действия на НЕопиоидные вещества – например, если употребляли «винт», ЛСД или алкоголь, налоксон не поможет
- налоксон не вызывает зависимости и уже много лет включён в список жизненно важных препаратов ВОЗ
- инструкция по использованию налоксона рекомендована к изучению личным составом органов внутренних дел, чтобы они знали, как с ним обращаться.

**Всё, будьте здоровы, постарайтесь  
больше не болеть и не колоться!!**



**В буклете использовались материалы, разработанные Мэтом Куртисом, Центром изучения глобального здоровья в Центральной Азии при Колумбийском университете и Всероссийской сетью снижения вреда.**

**Буклет разработан общественным фондом «Аттика» и Центром изучения глобального здоровья в Кыргызской Республике при поддержке Фонда «Сорос – Кыргызстан» и Фонда «Открытое общество» (Нью-Йорк).**





Общественный фонд  
"Атика"

GLOBAL HEALTH  
RESEARCH CENTER  
of CENTRAL ASIA



**ЭТО ОН,  
ЭТО ОН,  
ЭФФЕКТИВНЫЙ  
НАЛОКСОН**

**ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ  
ПРИ ПЕРЕДОЗИРОВКЕ**