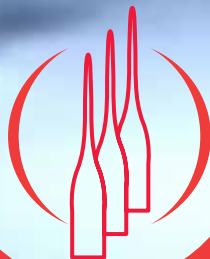


NALOXONE

НАЛОКСОН



**ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ
ПРИ ПЕРЕДОЗИРОВКЕ**

ЧТО ТАКОЕ ПЕРЕДОЗИРОВКА?

Передозировка, как правило, возникает при приеме слишком большой дозы наркотика. Тем не менее, передозировка может возникнуть при приеме твоей обычной дозы: реакция на наркотик зависит от состояния твоего организма, качества героина, препаратов, которые ты принимал незадолго до употребления наркотиков (лекарства, алкоголь).

ПРИЗНАКИ ПЕРЕДОЗИРОВКИ ОПИАТАМИ (ГЕРОИН, ХАНКА, МЕТАДОН).

- Выраженное расслабление мускулатуры: замедленность движения, подгибающиеся колени, человек надолго застывает в определенной позе, например, «на корточках».
- Сонливость или полная потеря сознания.
- Сужение зрачков, даже в темноте зрачки «в точку».
- Посинение губ, кончиков пальцев.
- Тошнота, рвота.
- Нарушение речи: невнятное произношение.
- Заметное поверхностное дыхание.
- Ослабление пульса.
- Падение кровяного давления.
- Уменьшение частоты сердцебиения.
- Бледность и сухость кожи.

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ПЕРЕДОЗИРОВКЕ ОПИАТАМИ.

**ЕСЛИ ПЕРЕДОЗИРОВКА
СЛУЧИЛАСЬ С ТОБОЙ – ПОМОГИ СЕБЕ!!!**

Если ты можешь помочь себе, значит, ты в сознании, а это уже немаловажно. Сосредоточься и делай следующее:

1. НЕ СПАТЬ!!! Это основная твоя задача на несколько часов.
2. Следи за дыханием.
3. Если рядом с тобой кто-то есть, попроси этого человека постоянно говорить с тобой и следить, чтобы ты не засыпал.
4. Если твое состояние не улучшается, не бойся, вызови «скорую».
5. Старайся больше пить.
6. Если твое состояние улучшилось без помощи врачей – не расслабляйся!!!
7. Не употребляй наркотики как можно более долгое время после передозировки.

ЕСЛИ ПЕРЕДОЗИРОВКА СЛУЧИЛАСЬ С ДРУГИМ – ПОМОГИ ЕМУ!!!

1. Вызови «скорую» или попроси, чтоб это сделали соседи или прохожие!
2. Определи, в сознание человек или без сознания.
3. Если человек остается без сознания, ты должен немедленно приступить к оказанию первой помощи, чтоб он продержался до приезда «скорой».

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ.

Помни: в твоём распоряжении мало времени, все надо делать быстро, но тщательно. Соберись и не волнуйся.

1. положи пострадавшего на твердую поверхность.
2. обеспечь проходимость верхних дыхательных путей (носа, рта и горла).

Освобождение дыхательных путей при западении языка.

- a. Максимально запрокинь голову пострадавшего. Для этого положи одну руку под шею и осторожно потяни вверх, одновременно другой рукой придерживая и надавливая на лоб. Чтоб удержать голову в таком положении, подложи под шею пострадавшего валик (например, из свернутой куртки).

- b. Приоткрой рот пострадавшего и выдвини нижнюю челюсть вперед. Для этого нащупай углы нижней челюсти – они расположены чуть ниже мочек ушей. Захвати углы и выдвини челюсть так, чтобы верхние и нижние зубы находились в одной плоскости.

Теперь дыхательные пути пострадавшего освобождены, и он может дышать.

3. если дыхание или работа сердца не восстановились, а «скорая» еще не приехала, ты должен приступить к искусственному дыханию и закрытому массажу сердца.

Эти приемы на какое-то время заменят нормальную работу легких и сердца.

ПОМНИ: у человека эти органы работают одновременно, поэтому искусственное дыхание и массаж сердца нужно делать параллельно.

ПОМНИ: нельзя одновременно давить на грудь и делать вдох – это бессмысленно

Каждые 2-5 минут останавливайся на несколько секунд, чтобы проверить, не появился ли пульс и самостоятельное дыхание.

Искусственное дыхание и массаж сердца надо делать до приезда «скорой» или до восстановления сердечной деятельности и дыхания.

КАК СДЕЛАТЬ ИСКУССТВЕННОЕ ДЫХАНИЕ:

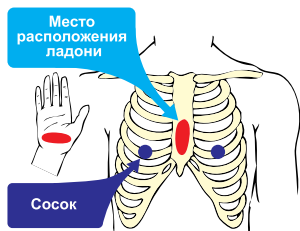
- a. Сделай глубокий вдох.
- b. Обхвати рот пострадавшего и своими губами плотно обхвати его губы (если есть возможность, делай это через носовой платок или кусок ткани).
- c. Закрой его нос пальцами (иначе весь вдыхаемый воздух будет выходить через нос).
- d. Сделай вдох, вдувая воздух в легкие пострадавшего.
- e. Краем глаза смотри, чтобы при твоём вдохе грудная клетка пострадавшего приподнималась. Если она не приподнимается, значит воздух в легкие не поступает. Надо еще раз очистить дыхательные пути и/или вдувать больше воздуха.
- f. Помни: ты делаешь пострадавшему только «вдох», «выдох» должен происходить без твоего участия (не пытайся выдавливать воздух из его легких).

ЧАСТОТА ИСКУССТВЕННЫХ ВДОХОВ: 18 -20 В МИНУТУ. МЕНЬШЕ – БЕССМЫСЛЕННО!!!

КАК СДЕЛАТЬ ЗАКРЫТЫЙ МАССАЖ СЕРДЦА.

Не начинай закрытый массаж сердца, если на запястьях и шее пострадавшего прощупывается пульс.

1. Прежде чем приступить к массажу сердца, сделай пострадавшему два искусственных вдоха.
2. Встань сбоку от пострадавшего.
3. Положи кисть одной руки перпендикулярно груди (если ты «правша», то кисть левой руки) на указанное на рисунке №1 место. Не клади руку ниже, там находится хрупкая кость, она может сломаться. Постарайся не смещать руку вправо или влево, можешь сломать ребра.
4. Кисть второй руки (если ты «правша», то кисть правой руки) положи сверху на другую руку под углом, это усилит давление.
5. Начиная массаж – ритмичные толчки только запястьем. Пальцы не должны нажимать на ребра. Разогни руки в локтях, это тебе позволит не только увеличить силу рук, но и вес туловища.
6. После нажатия не отрывай кисти от грудной клетки, но полностью прекрати надавливание, чтобы грудина вернулась в исходное положение.



**ЧИСЛО ДВИЖЕНИЙ ПРИ МАССАЖЕ:
80 – 100 В МИНУТУ!!!**

4. Если ты сам все делаешь правильно:

- Пострадавший сам пытается сделать вдох.
- У пострадавшего заработало сердце, появился пульс на сонной или бедренной артериях.
- Появятся спонтанные движения гортани («кадык» у мужчин).
- Сузятся зрачки.
- Слегка улучшится цвет лица, станет менее синюшным.

5. После восстановления пульса и дыхания поверни пострадавшего на бок и подложи ему что-нибудь под голову, чтоб он не захлебнулся рвотными массами.

В качестве первой помощи при передозировке можно использовать

НАЛОКСОН – препарат, который временно нейтрализует действие опиатов.

НАЛОКСОН – это безопасный и очень эффективный антидот («противоядие») при опиоидной передозировке. НАЛОКСОН является опиоидным антагонистом. Он связывается с теми же рецепторами, что и героин, ханка, метадон и другие опиаты.

НАЛОКСОН связывается с этими рецепторами сильнее, чем опиоиды, но не оказывает таких же эффектов, а, напротив, блокирует их. В том числе НАЛОКСОН устраняет подавление дыхательной функции, которое и ведет к летальному исходу при передозировке.

НАЛОКСОН – вводится внутримышечно и обычно начинает действовать в течение 1-5 минут. Он не вызывает ни «прихода», ни физической зависимости.

НАЛОКСОН – это не наркотик, хотя во многих странах он выдается только по рецепту врача.

ВАЖНО ОТМЕТИТЬ, ЧТО НАЛОКСОН НЕ ИМЕЕТ НИКАКОГО ДРУГОГО ЭФФЕКТА, КРОМЕ БЛОКИРОВКИ ДЕЙСТВИЯ ОPIOИДОВ

ДЕЙСТВИЕ НАЛОКСОНА.

НАЛОКСОН обычно активен в организме в течение 60–90 минут, что намного короче периода действия многих опиоидов.

Возможно, что состояние передозировки вернется после окончания действия **НАЛОКСОНА**. Важно продолжать наблюдать за состоянием человека, у которого пару часов назад была передозировка, чтобы убедиться, что у него все в порядке.

НАЛОКСОН может вызвать синдром отмены опиоидов (легкой или тяжелой степени) у наркозависимых



потребителей, потому что он временно блокирует их действие. **НАЛОКСОН** не выводит опиаты из организма, поэтому, когда он прекращает действовать, человек, у которого была передозировка, снова начинает ощущать действие наркотика, потому что опиаты все еще сохраняются в его организме и могут снова связываться с рецепторами.

ПРИМЕНЕНИЕ НАЛОКСОНА.

НАЛОКСОН выпускается в различных формах. В Кыргызстане он, как правило, бывает в стеклянных ампулах по 1 мл. Также некоторые производители поставляют его в пузырьках (от 1 до 10 мл), наполненных шприцах или даже в формах для интраназального применения, чтобы брызгать в нос. Стандартная доза, применяемая при передозировке, – это 1–2 мл. При необходимости эту дозу можно повторить.

ПОДГОТОВКА К ИНЪЕКЦИИ НАЛОКСОНА:

- Как можно быстрее вызвать скорую помощь.
- Освободить дыхательные пути пострадавшего, в дальнейшем не допускать их перекрытия, при необходимости сделать искусственное дыхание.
- Отламывая головку ампулы, используйте обертку

от шприца, чтобы не порезаться.

- Введите в шприц до 1 мл налоксона для инъекции
- Введите инъекцию НАЛОКСОНА в большую мышцу, в идеале – это плечо, верхняя часть руки или внешняя часть бедра. Лучше не вводить налоксон в ягодицы, поскольку там относительно большая жировая прослойка, и налоксон будет рассасываться медленнее.
- Не тратьте время, пытаясь сделать инъекцию в вену, – это трудно, а также в этом нет никакой необходимости.
- Если возможно - освободите от одежды предполагаемое место инъекции, хотя игла легко проходит и через неплотную ткань. Перед уколом протрите это место спиртовой салфеткой.
- Вводите НАЛОКСОН в большую мышцу, например, в предплечье или бедро. В экстренном случае можно сделать инъекцию НАЛОКСОНА прямо через одежду.

ПОСЛЕ ВВЕДЕНИЯ ИНЪЕКЦИИ НАЛОКСОНА.

- НАЛОКСОН обычно начинает действовать в промежутке от 1 до 5 минут после введения. Продолжать наблюдение за пострадавшим, следует и дальше проводить искусственное дыхание, если человек не дышит сам или если

дыхание редкое или поверхностное.

- Если прошло около 3 минут после инъекции НАЛОКСОНА, но человек не начал приходить в себя, вам следует ввести еще одну дозу НАЛОКСОНА.
- Если нет реакции и на вторую дозу, проблема может оказаться в чем-то другом, а не в опиоидной передозировке, и вам следует незамедлительно вызвать «скорую», если вы этого еще не сделали.

Когда НАЛОКСОН начнет действовать, вы это увидите – человек обычно неожиданно просыпается, открывает глаза и глубоко вдыхает, при этом он может быть совершенно дезориентированным. Его может начать «кумарить». Важно объяснить человеку, что произошло, и что не следует сразу «догоняться». Пока действует НАЛОКСОН, еще одна доза наркотика не устранил «ломку», но очень повысит вероятность повторной передозировки, когда НАЛОКСОН прекратит действовать.

Объясните пострадавшему, если сразу после инъекции НАЛОКСОНА человек будет чувствовать «ломку», то по мере его выведения из организма, где-то через 30 минут, он начнет чувствовать себя лучше.

САМЫЕ ВАЖНЫЕ ФАКТЫ О НАЛОКСОНЕ:

- НАЛОКСОН – это безопасный и эффективный антидот при передозировке опиоидами.
- НАЛОКСОН не оказывает действия на НЕопиоидные наркотики (например, «винт», ЛСД и др.) и алкоголь.
- НАЛОКСОН не вызывает зависимости и уже много лет включен в список основных медицинских препаратов ВОЗ.
- Внутримышечную инъекцию лучше всего делать в плечо или бедро.
- Обычная доза – от 1 до 2 мл (0.4–0.8 мг); введение большей дозы и повторная инъекция безопасны.
- Человек может ощущать синдром отмены, особенно если ему была введена большая доза НАЛОКСОНА.

НАЛОКСОН начинает действовать через 1–5 минут, действие длится 60–90 минут.

СУЩЕСТВУЕТ ВЕРОЯТНОСТЬ ВОЗВРАЩЕНИЯ СОСТОЯНИЯ ПЕРЕДОЗИРОВКИ, ПОСКОЛЬКУ НАЛОКСОН ВЫВОДИТСЯ ИЗ ОРГАНИЗМА БЫСТРЕЕ, ЧЕМ ГЕРОИН И ДРУГИЕ ОПИАТЫ, ПОЭТОМУ СЛЕДУЕТ СЛЕДИТЬ ЗА ЧЕЛОВЕКОМ В ТЕЧЕНИЕ ДВУХ ЧАСОВ ПОСЛЕ ПЕРЕДОЗИРОВКИ

В буклете использовалась информация из лекции Мэта Куртиса «Профилактика и помощь при передозировке», а также буклета «Передозировка наркотиками»
ВСЕРОССИЙСКОЙ СЕТИ СНИЖЕНИЯ ВРЕДА.



Буклет изготовлен ОФ «Аттика», при поддержке Фонда «Сорос-Кыргызстан» (Бишкек), «Института Открытого Общества» (Нью-Йорк).