

Пользуетесь болеутоляющими  
по рецепту или героином?

# СНИЖЕНИЕ РИСКА



ПЕРЕДОЗИРОВКИ,  
ГЕПАТИТА С И ВИЧ

**NYC**  
Health

## Предотвращение передозировки

- +** **Не используйте наркотики в одиночестве.**  
Если у вас случится передозировка, лучше, чтобы с вами кто-то присутствовал для оказания вам помощи.
- +** **Соблюдайте осторожность, если вы давно не принимали наркотики.**  
В этом случае риск передозировки выше.
- +** **Не смешивайте препараты.**  
Большинство случаев передозировки происходит, когда люди смешивают героин или болеутоляющие с другими препаратами, например бензодиазепинами, метадонном, антидепрессантами и/или алкоголем.
- +** **Не бойтесь звонить по номеру 911.**  
Если вы видите, что у кого-то рядом с вами передозировка, звоните по номеру 911. Закон предоставляет действенную защиту от привлечения к ответственности.
- +** **Получите набор на случай передозировки.**  
Набор содержит налоксон — лекарственное средство, которое при своевременном применении снижает действие передозировки такими наркотиками, как героин, рецептурные болеутоляющие и другие опиоиды (в том числе метадон). Позвоните по номеру 311, чтобы узнать, где можно бесплатно получить такой набор и научиться им пользоваться.



# Предотвращение гепатита С и ВИЧ

Гепатит С и ВИЧ — это вирусы, передающиеся с кровью. При совместном использовании инструментов для введения наркотиков, включая шприц, емкость для приготовления, вату и воду, высока вероятность передачи гепатита С и ВИЧ. Гепатит С способен разрушить печень, а полностью излечить ВИЧ вообще невозможно, даже с помощью лекарств.

- + Всегда используйте новые инструменты.** В Нью-Йорке действуют анонимные программы, по которым можно получить бесплатные шприцы и инструменты для инъекций.
- + Не используйте инструменты совместно** (в том числе если вы делаете инъекции, вдыхаете или курите наркотики).



## Инструкции по оказанию неотложной помощи при передозировке

- 1. Позвоните по номеру 911.**
- 2. Если у вас есть налоксон, дайте его пострадавшему.** Распыляемый налоксон введите в ноздрю или сделайте внутримышечную инъекцию налоксона в плечо или бедро. Если реакция отсутствует в течение двух минут, введите вторую дозу.
- 3. Уложите пострадавшего на бок.** Дождитесь приезда скорой помощи.

## Куда обращаться

- + Бесплатные и недорогие шприцы.** Посетите [IDUHA.org](http://IDUHA.org), чтобы найти список программ предоставления шприцев, или узнайте в местных аптеках.
- + Тестирование на гепатит С и лечение.** Позвоните по номеру 311, отправьте сообщение с текстом LIVER на номер 877877 или посетите сайт [nyc.gov/health/hepc](http://nyc.gov/health/hepc).
- + Тестирование на ВИЧ и лечение.** Отправьте сообщение с текстом HIVTEST на номер 877877, если вам необходимо тестирование. Отправьте сообщение с текстом CARE на номер 877877, если вам необходимо лечение.
- + Помощь в борьбе с использованием наркотиков.** Позвоните по номеру 1-888-NYC-Well (1-888-692-9355), отправьте текстовое сообщение WELL на номер 65173 или посетите веб-сайт [nyc.gov/nycwell](http://nyc.gov/nycwell).
- + Подробнее о передозировке, гепатите С, ВИЧ, наборах с налоксоном и обучении их применению.** Позвоните по номеру 311 или посетите сайт [nyc.gov/health](http://nyc.gov/health).