

Opioids में शामिल है:

हेरोइन, फ़ेंटानिल और प्रिस्क्रिप्शन पेन मेडिकेशन:

विकोडिन (हाइड्रोकोडोन)	पेरकोसेट
ऑक्सीकोन्टिन (ऑक्सीकोडोन)	मेथाडोन
Dilaudid (डिलौडिड (Hydromorphone (हाइड्रोमोर्फॉन)	...आदि
एमएस कॉन्टिन (मॉर्फ़िन)	

- यदि कोई व्यक्ति अपने शरीर की क्षमता से अधिक opioids लेता है, तो वह बेहोश हो सकता है, उसकी साँसें रुक सकती हैं और वह मर सकता है।
- ओवरडोज़ का असर कुछ सेकंड के भीतर हो सकता है या फिर कुछ घंटों के भीतर।
- ऐसा कोई भी व्यक्ति जो opioids का उपयोग करता है, उस पर ओवरडोज़ का असर हो सकता है।

मुझे नैलोकसोन कैसे मिलेगा?

नैलोकसोन (Narcan®) डॉक्टरों की दवा है जो opioids ओवरडोज़ के असर को अस्थायी रूप से रोकता है और व्यक्ति को साँस लेने में आसानी पैदा कर सकता है।

नैलोकसोन को माँसपेशी में इंजेक्शन के रूप में लगाया जाता है या इंट्रानेज़ल स्प्रे के रूप में। इसका उपयोग सरल है और एकदम सुरक्षित भी।

आपके आस-पास के किसी फ़ॉर्मिंसी, डॉक्टर या स्वास्थ्य विभाग के पास नैलोकसोन उपलब्ध है या नहीं, यह जानने के लिए stopoverdose.org पर जाएँ।

Opioids के ओवरडोज़ के खतरे

- अंतराल के बाद opioids लेना फिर से शुरू करना। कुछ ही दिनों के भीतर सहनशीलता समाप्त हो जाती है।
- एल्कोहोल, बेंज़ोडियाज़ेपाइन्स/"डाउनर्स," कोकेन या मेथामफ़ेटामाइन के उपयोग के समय opioids का उपयोग करना। एक ही समय पर कई सारे ड्रग का सेवन करने से आपके हृदय और फेफड़ों पर भार पड़ता है।
- किसी भी हेरोइन का उपयोग हेरोइन की बड़ी विशुद्धता के कारण।
- आपकी दवा के पर्चे में न लिखी गई कोई दवा लेना। भले ही आपको वह कहीं से भी मिली हो, उसमें फ़ेंटानिल होने की संभावना है।
- अपनी दवा के पर्चे में लिखी गई दवाओं को छोड़कर अक्सर अपनी खुद की दवा लेना या अधिक मात्रा में लेना।
- दिल या फेफड़ों की बीमारी।

WA राज्य में फ़ेंटानिल के कारण मौतें बढ़ रही हैं।

फ़ेंटानिल अन्य opioids से अधिक शक्तिशाली है और ओवरडोज़ तेज़ी से हो सकते हैं। आप फ़ेंटानिल को देख या चख नहीं सकते। WA में फ़ॉर्मिंसी द्वारा न दी गई अधिकांश दवाइयाँ फ़ेंटानिल हैं। यह पाउडरों में भी पाया जा सकता है।

संसाधन

Washington रिकवरी हेल्पलाइन (24घंटे संकटकालीन सहायता और परामर्श)
warecoveryhelpline.org, 1-866-789-1511

सबॉक्सोन/बुप्रेनोरफ़िन प्रदाता
tinyurl.com/bup-locator

दवाइयों की जानकारी जो opioids की अतिरिक्ति को प्रबंधित करने में और opioids ओवरडोज़ के खतरे को घटाने में सहायता करती है
learnabouttreatment.org

यह ब्रोशर किसी मेडिकल प्रदाता या स्वास्थ्य शिक्षक के ओवरडोज़ प्रतिक्रिया प्रशिक्षण के अधिक संपूर्ण ओवरडोज़ के लिए प्रतिस्थापन नहीं है। अधिक जानकारी के लिए stopoverdose.org पर जाएँ

इसके द्वारा विकसित (6/2021 को संशोधित):



इसके द्वारा अनुवाद सहायता:

Washington State Health Care Authority



Opioids का ओवरडोज़



यदि आपका कोई परिचित व्यक्ति opioids दवाइयों, फ़ेंटानिल या हेरोइन का उपयोग कर रहा है...

...तो उन पर ओवरडोज़ का असर दिखने पर क्या आप जानते हैं कि आपको क्या करना है?

यह जानकारी आपको किसी की जान बचाने में मदद कर सकती है।

stopoverdose.org

Opioid का ओवरडोज़ होन पर कार्यवाही करना

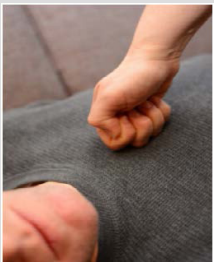
1 जाँचें: क्या यह opioid के ओवरडोज़ का परिणाम है?

निम्नलिखित लक्षणों पर नज़र रखें और सुनें:

- धीमी या कोई साँस नहीं
- गड़गड़ाना, हाँफना या खरटे मारना
- चिपचिपी, ठंडी त्वचा
- नीले या धूसर होंठ या नाखून
- दवाइयों की शीशियाँ, सुइयाँ या अल्कोहल



उन्हें जगाने का प्रयास करें:



- उन्हें हिलाएँ और उनका नाम पुकारें।
- अपने पोरों से उनकी छाती की हड्डी को ज़ोर से रगड़ें।

यदि वे जागते नहीं हैं, तो आपको तेज़ी से कुछ करने की आवश्यकता है!

2 911 पर कॉल करें।



- यह बताएँ कि आप कहाँ हैं और यह भी कि व्यक्ति साँस नहीं ले पा रहा है।
- आपको ड्रग या दवाइयों के बारे में कुछ भी कहने की आवश्यकता नहीं।

3 नैलोक्सोन दें और रेस्क्यू ब्रीदिंग शुरू करें।

- **नैलोक्सोन दें।** पैकेज पर दिए गए या ओवरडोज़ रेस्क्यू किट में दिए गए निर्देशों का पालन करें।
- **रेस्क्यू ब्रीदिंग शुरू करें।**
- यदि वे 3-5 मिनट के भीतर प्रतिक्रिया नहीं देते हैं, तो **नैलोक्सोन का दूसरा डोज़ दें। रेस्क्यू ब्रीदिंग जारी रखें।**



नैलोक्सोन न होने की स्थिति में भी रेस्क्यू ब्रीदिंग जारी रखें। ऑक्सीजन महत्वपूर्ण है!

4 उनके साथ रहें।

- यदि वे जाग जाएँ और साँस लेना शुरू कर दें, तो भी उनके साथ रहें।
- **चिकित्सा सहायता आने तक व्यक्ति के साथ रहें** नैलोक्सोन का असर 30-90 मिनटों के भीतर खत्म हो जाता है। जब ऐसा होता है, तो व्यक्ति का साँस लेना फिर से बंद हो सकता है।
- यदि आपको जाने की ज़रूरत है, तो उन्हें रिकवरी स्थिति में और ऐसे स्थान पर छोड़ दें जहाँ उन्हें तेज़ी से ढूँढा जा सके।



गुड समारटिन लॉ



यदि आपको ओवरडोज़ या अल्कोहल विषाक्तन के लिए मेडिकल सहायता मिलती है, तो आपसे और पीड़ित से ड्रग के उपयोग, उसके स्वामित्व या कम उम्र में पीने के लिए शुल्क नहीं लिया जा सकता।

WA RCW 69.50.315

रेस्क्यू ब्रीदिंग



- सिर को पीछे की ओर झुकाएँ। तुडुकी को ऊपर उठाएँ। नाक की चिकोटी काटें।
- **2 बार तेज़ी से साँस भरने में मदद करें।** छाती फूलनी चाहिए।
- फिर हररें **5 सेकंड में 1 बार साँस भरने में मदद करें।**
- वे साँस लेना शुरू करने तक या सहायता मिलने तक **ऐसा करते रहें।**

रिकवरी स्थिति

