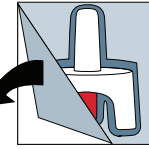


ናሎክሶን አጠቃቀም

የአፍንጫ እስፕሪይ — ምንም መገጣጠም አይፈልግም መሰርደውን አይሞክሩት። እያንዳንዱ መሰርደ አንዴ ብቻ ነው የሚሰራው። ሁለቱም መሰርደዎች ሊያስፈልግዎት ይችላሉ።

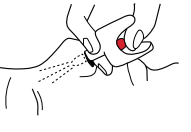
- 1
- 2
- 3



መሣሪያውን ለማስወገድ ጥቅሉን ወደ ኋላ ይላጡ።



ከሁለቱ በአንዱ የአፍንጫ ቀዳዳዎች ውስጥ የንፋሱን ጫፍ ያስገቡ እና ይያዙት።



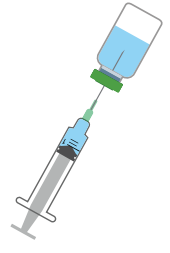
መጠኑን ወደ አፍንጫ ለመልቀቅ መንፍቀውን በደንብ ይጫኑ።

የሚወጋ — ይህ መገጣጠም ይፈልጋል።

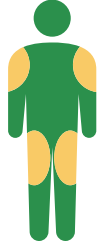
- 1
- 2
- 3



ክዳኑን ከ naloxone ጠርሙሱ ላይ ያስወግዱ እና መርፌውን ይክፈቱ።



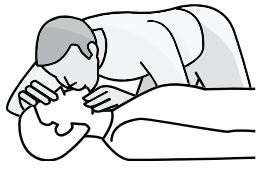
መርፌውን በላስቲክ መሰኪያ በኩል ጠርሙሱን ገልብጠው ያስገቡ። ፕላንገሩን ይጎትቱ እና እስከ 1 ml ያህል ይውሰዱ።



1 ml ናሎክሶንን ወደ ላይኛው ክንድ ወይም የጫን ጡንቻ ውስጥ ያስገቡ።

የማዳኛ ትንፋሽ መስጠት

1. ሰውየውን በጀርባቸው ቀጥ አርገው ያስተኛቸው።
2. በቀስታ ጫንቅላታቸውን ወደ ኋላ ቀና ያድርጉ። አፍንጫቸውን ጫን አርገው ይያዙ።
3. 2 ፈጣን የሆነ ትንፋሽ በአፋቸው በኩል ይስጧቸው። ደረታቸው ከፍ ማለት አለበት (ሆድ አይደለም)።
4. በየ 5 ሰከንዱ ፣ መተንፈስ እስኪጀምሩ ወይም እንኳኔ ድረስ 1 ቀስ ያለ ትንፋሽ ይስጧቸው።



ለአፖይድ ከመጠን በላይ መሆን መልስ መስጠት።

አፒዮይድ ከመጠን በላይ በሚወስድበት ጊዜ መተንፈስ በጥቂት ደቂቃዎች ውስጥ ሊቋረጥ ይችላል። ለመፍጠን የሚያስፈልጉ ደረጃዎችን ማወቅ እንዲሁም አክሲጅንን መጨመር ሂደቶችን ለመታደግ ሊረዱ ይችላሉ።

1. ያለውን ምላሽ ይመልከቱ

ነካነካ አድርጉ እና ጥሩዎቻው ፣ ጉልበቶቻችሁን በደረት አጥንታቸው ላይ አጥፍ እና በተቻለ መጠን ለ 10 ሰከንድ ያህል የስትሮን ማሸት ያድርጉ

2. ወደ 9-11 ይደውሉ

ለአፕሪትሩ የሆነ ሰው እየተነፈሰ እንዳልሆነ እና ትክክለኛ ቦታዎን ይገኛሉ። ስለ አደንዛኸቱ ዕጹ ወይም ስለመድኃኒቱ ምንም አይነት ነገር መናገር አይጠበቅብዎትም። የ WA ክልል Good Samaritan Law (ጥሩ የሰሞራዊ ህግ) (ህግ) ከመጠን በላይ እጽ ለወሰዱት በ 9-1-1 ሲደውሉ ጥበቃዎችን ይሰጣል (RCW 69.50.315)።

3. ናሎክሶንን ይስጧቸው

4. የማዳን ትንፋሽ መስጠትን ይጀምሩ

5. ምንም አይነት መልስ ካላገኙ 3 & 4 ኛ ደረጃን ይደገሙ

6. ከ 3 ደቂቃዎች በኋላ ምንም አይነት መልስ ካልሰጡ የመድኃኒቱን ሁለተኛውን ዶዝ መስጠት ሊጠበቅብዎት ይችላል።

7. እገዛ እስኪያገኙ ድረስ አብረው ይቆዩ

ከተቻለ እርዳታ እስኪመጣ ድረስ አብረዎቻቸው ይጠብቁ። መጠበቅ የማይችሉ ከሆነ ፣ ሊገኙ በሚችሉበት ደህንነቱ በተጠበቀ ቦታ ወደ መልሶ ማግኛ ቦታ ይውሰዷቸው።

ያሰው መተንፈስ ጀምሮ ፣ ነገር ግን ካልነቃ ፣ ወደ ማገገሚያ ቦታ ላይ በጎናቸው ያዙሩት።

ናሎክሶንን የወሰደ ሰው ሊበሰጭ ፣ ህመም ሊሰማው ወይም ያማስመላስ ምልክቶች ሊያጋጥሙት ይችላሉ። ዕጹችን እንዳይጠቀሙ ያርቁቸው። ልብ ይበሉ ፣ nalox በ 30-90 ደቂቃዎች ውስጥ ይጠፋል፣ ከዚያ በኋላ እንደገና ከመጠን በላይ ሊወስዱ ይችላሉ።

የአፒዮይድ ከመጠን በላይ መሆንን መከላከል & የናሎክሶን አጠቃቀም አቅጣቻዎች



አፒዮይድን የሚጠቀም ማንኛውም ሰው ከመጠን በላይ መውሰድ ይችላል እና ናሎክሶን መያዝ አለበት

አፖይዶች እና የአፖይድ ከመጠን በላይ መወሰድ

አፖይድ አንዳንድ የታዘዙ የህመም ማስታገሻ መድሃኒቶች፣ ሄሮይን እና ፊንታኒልን በውስጥቸው ያካትታሉ። አፖይድ የአንድን ሰው ትንፋሽ እንዲቀንስ ወይም እንዲቋረጥ ሊያደርግ ይችላል። አንድ ሰው ሰውነቱ ሊቋቋመው ከሚችለው በላይ አፖይድ ከወሰደ፣ ንቃተ ህሊናውን ሊያጣ፣ መተንፈስ ሊያቆም እንዲሁም ሊሞት ይችላል። ይህም የአፖይድ አሸርዶዝ (ከመጠን በላይ መውሰድ) ይባላል። አሸርዶዝ (ከመጠን በላይ መሆን) በአንዴ ወይም ከጊዜ በኋላ ሊከሰት ይችላል።



የአፖይድ ከመጠን በላይ መሆን ስጋቶች

- **ከአረፍት በኋላ የአፖይድ አጠቃቀምን እንደገና መጀመር ወይም በአይነት/በመጠን መቀየር።** ይህ ከእስር ቤት ወይም ከእስር ቤት ከወጡ በኋላ፣ አንዳንድ የአደንዛዥ ዕፅ ሕክምና ዓይነቶች እና ሆስፒታል መግባትን ይጨምራል። መቻቻል በፍጥነት ሊቀንስ ይችላል ፣ በጥቂት ቀናት ውስጥ እንኳን።
- **አፖይድ እንደ አልኮል፣ የእንቅልፍ መርጃዎች ወይም ቤንዛዲያዜፒንስ ("Benzos" (ቤንዛስ) እንደ Valium እና Xanax) ካሉ ሌሎች ማስታገሻ ንጥረ ነገሮች ጋር መቀላቀል።** በአንድ ጊዜ አንድ መድሃኒት ይጠቀሙ ወይም አነስተኛ የሆነ መጠን ይጠቀሙ። ከትንሽ የጀምሩ እና ቀስ ብለው ይጨምሩ።
- **በሐኪም የታዘዙ የህመም ማስታገሻ መድሃኒት በከፍተኛ መጠን እና/ወይም ከታዘዘው በላይ ብዙ ጊዜ መውሰድ**
- **የሌላ ሰውን የሕመም መድሃኒት መውሰድ**
- **ባልታወቀ ንጽህና ወይም አመጣጥ ምክንያት ሄሮይን ወይም ማንኛውንም ከፋርማሲ ወይም ካናቢስ ማከፋፈያ ያልተገኘ መድሃኒት መጠቀም።**
- **የልብ፣ የኩላሊት ወይም የሳንባ በሽታ፣** ይህም የሰውነት አካል ከመጠን በላይ መውሰድን ለመቋቋም ያለውን አቅም ሊጎዳ ይችላል።
- **በባለፈው ጊዜ ከመጠን በላይ መውሰድ**
- **ብቻውን በመጠቀም፡-** ከመጠን በላይ በሚወስዱበት ጊዜ ናሎክሰንን መስጠት አይችሉም። ከጓደኛዎ ወይም ከሌሎች ሰዎች ጋር ለመጠቀም ይሞክሩ።



የአፖይድ ከመጠን በላይ መሆን ምልክቶች

- ቀስ ብለው ወይም ምንም አለመተንፈስ ፣ የተኙ ነው የሚመስሉት
- መጎርጎር፣ መተንፈስ ወይም ማንከራፋት
- ፈዛዛ፣ ግራጫ ወይም ሰማያዊ ጥፍሮች ወይም ከንፈሮች
- የቀለም ሰዎች ላይ፣ አመዳማ የሆነ ነጭ ክንፈር
- አሪፍ፣ ጥቅጥቅ ያለ ቆዳ
- ለውጫዊ ማንቃቂያዎች (stimuli) ምላሽ የማይሰጥ

ሰው-ዬው ምን ዓይነት ንጥረ ነገር እንደወሰደ ባታውቁም፣ ሰው-የው የአፖይድ ከመጠን በላይ የመጠጣት ምልክቶች እና ምልክቶች ካሳዩ ናሎክሰን (naloxone) ን ይስጡት።

- **ናሎክሰን** ጤናማ የሆነ በጊዜያዊነት የአፖይድ ስንት ተጽኖ የሚያቆም እና ያንን ሰው እንዲ አዲስ እንዲተንፈስ የሚያግዘው መድሃኒት ነው።
- **ናሎክሰን** በአፖይድ ላይ ብቻ ይሰራል እና የተለየ ንጥረ ነገር በወሰደ ሰው ላይ ምንም ተጽእኖ አይኖረውም።
ከሐኪም ማዘዥ ባይኖርዎትም ፣ በ Washington ውስጥ ማንኛውም ሰው ናሎክሰንን በችርቻሮ ፋርማሲዎች ማግኘት ይችላል። የመጀመሪያ ደረጃ ተንከባካቢ በመድሀኒት ማዘዥ ምትክ ናሎክሰንን ለማሰራጨት የ WA State Standing Order (የክልል ቋሚ ተዕዛዝ)ን መጠቀም ይችላሉ።



ከመጠን በላይ የመውሰድን መመለስን በተመለከተ የስልጠና ቪዲዮውን ይመልከቱ

<https://vimeo.com/357020563> ወይም stopoverdose.org/section/take-the-online-training/



ይህንን ሪሶርስ ከጓደኛ ወይም የቤተሰብ አባላት ጋር ያጋሩ
በሞባይል ስልክዎ ፎቶ ያንሱ ፣ ፈጣን ያለ ለሁ ከናሎክሰን ጋር ያስቀምጡ ፣ እናም ተጨማሪ ለማወቅ በ stopoverdose.org ወይም bit.ly/naloxoneinstructions ይማሩ።

ምንም ለእርስዎ ያልታዘዙ ነገር ከወሰዱ ወይም ከፋርማሲ ወይም ከካናቢስ ማከፋፈያ ያገኛቸውን ከወሰዱ የሚከተለውን ይመልከቱ፡-

እየወሰዱት ያለው ነገር ምናልባት በውስጡ ፊንታኒል (Fentanyl) ሊኖረው ይችላል ብለው ያስቡ ፣ ይህም የአፖይድ ከመጠን በላይ መውሰድ አደጋዎችን በከፍተኛ ሁኔታ ሊጨምር ስለሚችል።

ይህ ከህክምና አቅራቢ ወይም የጤና አስተማሪ የበለጠ የተሟላ ከመጠን በላይ የመውሰድ ምላሽ ስልጠናን የሚተካ አይደለም። በዚህ ህትመት ውስጥ ያሉ አንዳንድ ይዘቶች WA Department of Health (ከWA የጤና መምሪያ) እና ADAI የተወሰዱ ናቸው። የናሎክሰን የአፍንጫ እስፕራይ መመሪያዎች ከ Adapt Pharma/ Emergent BioSolutions የተወሰዱ ናቸው።