

L'OVERDOSE PUO' CAPITARE A CHIUNQUE ED IN QUALUNQUE MOMENTO

Per chi usa eroina ci sono alcune cose da sapere per evitare gravi pericoli.

IL RISCHIO DI OVERDOSE AUMENTA:

- se usi una dose troppo potente;
- se è molto tempo che non ti fai, poichè sei molto più sensibile agli effetti dell'eroina;
- se usi una droga con cattivo taglio;
- se le tue condizioni di salute non sono buone;
- se usi miscugli di alcol, sedativi ed eroina;
- in concomitanza con altri fattori non ancora noti;

COME RIDURRE IL PERICOLO DI OVERDOSE DA EROINA:

- non iniettarti da solo, in modo che qualcuno possa soccorrerti in caso di bisogno;
- non iniettarti in posti difficilmente raggiungibili da eventuali soccorsi;
- impara a soccorrere una persona in overdose e a chiedere precocemente aiuto in caso di necessità;
- non associare mai l'eroina con sedativi o alcol;
- riduci la dose se è molto tempo che non ti fai o non stai bene;
- controlla spesso le tue condizioni di salute;
- tieni sempre una fiala di Narcan con te (è un farmaco che può neutralizzare gli effetti dell'eroina).

COSA FARE IN CASO DI OVERDOSE DA EROINA

- La crisi può avvenire anche durante l'iniezione, o a distanza di 30 minuti dalla stessa.
- La persona che è in overdose perde conoscenza.
- Il recupero dall'overdose dovrà essere seguito dal personale medico per evitare successive ricadute a distanza di poco tempo.

Riconoscere i primi segni:

Chiama la persona a voce alta e scuotila delicatamente.

Se non risponde chiama aiuto e fai attivare il sistema di emergenza sanitaria.

LA SUA VITA E' IN PERICOLO!!

COME SOCCORRERE IL COMPAGNO IN OVERDOSE

Se non sei solo, non abbandonare la persona in overdose e fai chiamare immediatamente l'ambulanza da qualcun altro.

Se sei da solo controlla:

- se è cosciente, pizzicandolo o scuotendolo (se non risponde la situazione è grave e non devi perdere tempo);
- se respira, avvicinando la guancia alla bocca e al naso della vittima: ascolta e senti l'eventuale passaggio di aria, osserva se il torace si alza e si abbassa;
- se ha il battito cardiaco, mettendo le dita, non il pollice, sull'arteria del collo (a fianco del pomo d'Adamo);
- se la cute è di colore bluastrò;
- se ha attorno delle siringhe usate o dei testimoni in grado di farti capire cosa è successo.

SE LA PERSONA NON E' COSCIENTE MA RESPIRA:

- controlla che la bocca sia aperta, potrebbe essere chiusa per una contrazione dei muscoli della mandibola;
- libera con un dito avvolto in un fazzoletto la bocca e la gola da eventuali materiali (gomma da masticare, vomito ecc.);
- metti la persona in posizione di sicurezza sul fianco e corri a chiedere aiuto.

Un'ambulanza con personale medico arriverà in breve tempo!!



Posizione di sicurezza

- torna dal tuo compagno e controlla sempre il suo respiro.

SE LA PERSONA NON RESPIRA:

- Controlla che la bocca sia aperta, potrebbe essere chiusa per una contrazione dei muscoli della mandibola;

- libera, con il dito avvolto in un fazzoletto, la bocca e la gola da eventuali materiali che possono ostruire;
- stendi la persona sulla schiena;
- pratica la respirazione assistita come indicato di seguito.

COME SI EFFETTUA LA RESPIRAZIONE ASSISTITA

- Spingi indietro la testa, solleva la mandibola, tappa il naso del compagno pizzicandolo tra le dita, inspira profondamente e soffia nella sua bocca (3-5 volte).



- Se vuoi evitare il contatto diretto con la bocca proteggiti con l'apposito fazzoletto isolante o forma una specie di imbuto con la mano (metodo G. Perbellini figura A) e ponilo sulla bocca aperta del tuo compagno, soffiando attraverso.
- Controlla che la testa resti sempre estesa all'indietro e che, mentre soffi l'aria, il torace del tuo compagno si alzi. Questo garantisce che l'aria sta passando e che non vi sono ostacoli.
- Continua la respirazione fino all'arrivo dei soccorsi.



FIGURA A



FIGURA B

QUANDO INIZIA A RESPIRARE:

- metti il tuo compagno in posizione di sicurezza per evitare il soffocamento in caso di vomito e, se nessuno lo ha ancora fatto, corri a chiedere aiuto.

Se sei solo e non riprende a respirare dopo 10 minuti di respirazione assistita:

- sospendi e mettilo in posizione di sicurezza;
- corri al telefono a chiamare aiuto;
- torna velocemente e riprendi la respirazione fino all'arrivo dei soccorsi.

Cosa non fare:

- non massaggiare subito il cuore. Potrebbe essere dannoso.
- Se c'è battito, aiuta la persona a respirare fino all'arrivo dei soccorsi. Il massaggio cardiaco va eseguito solo in assenza del battito;
- se hai una fiala di Narcan, usala subito ed iniettala al tuo compagno.

PER CHIAMARE I SOCCORSI TELEFONA AL 118

- Componendo il 118, ricorda di dire dove ti trovi (se conosci la via) oppure di fornire un punto di riferimento utile per farti individuare dall'ambulanza. Se ti trovi in difficoltà perché non riesci a spiegarti, non preoccuparti, lascia che sia l'operatore a farti delle domande.
- Confida in lui. E' una persona appositamente addestrata anche a far parlare le persone in difficoltà.

“Noi ti consigliamo di smettere di usare droghe, ma se in questo momento non ce la fai, cerca almeno di evitare altri gravi rischi!”