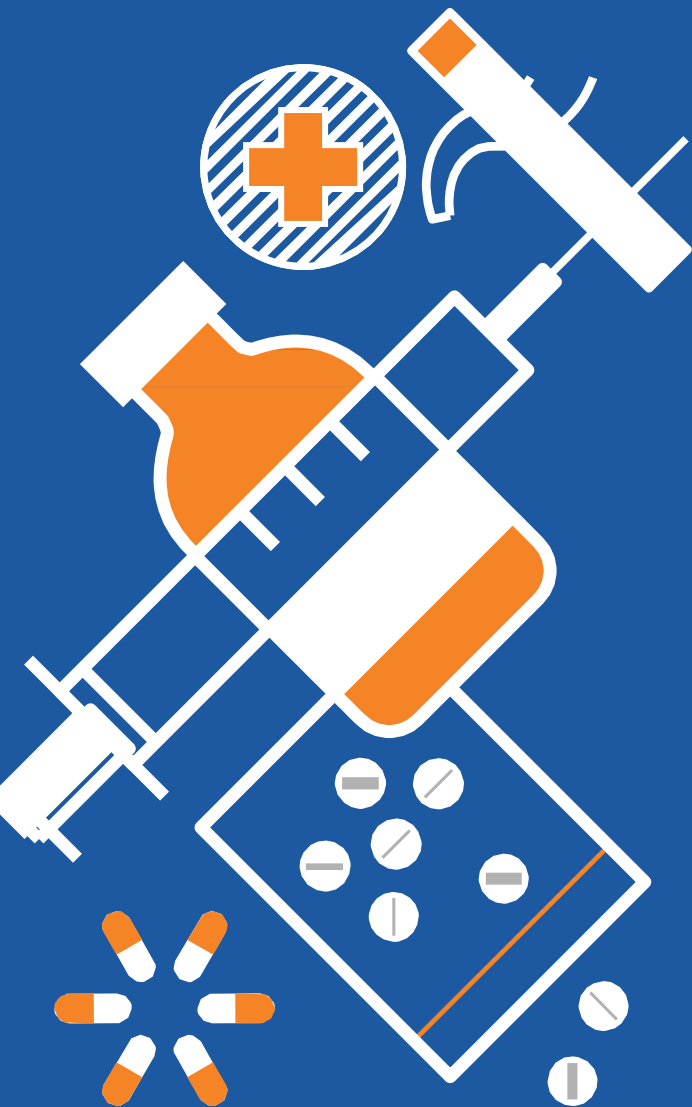


# 药物/毒品过量时的生存指南

## 挽救生命的贴士



药物 / 毒品过量的预防与应对措施

## 预防

### 药物过量大多数发生在以下情况:

- 您对药物 / 毒品的耐药性较低: 您停用了一段时间, 您在排毒 / 治疗或坐牢, 或您是初次使用某种药物 / 毒品
- 您病了一段时间, 累了, 体能下降, 脱水或有肝功能问题
- 您混合使用多种药物 / 毒品: 处方药物或非处方药物, 合法药物或非法药物
- 药物 / 毒品的药性大于您习惯的药性: 货源, 供货人或供货城镇的改变

### 如何防止药物过量:

- 了解您的健康状况和您的耐药性
- 请勿混用药物 / 毒品和酒精。如果您要混用, 应选择先用药物 / 毒品, 后用酒精
- 请注意: 在使用处方药期间使用毒品会增加药物 / 毒品过量的风险
- 不要独自一人时使用。使用时门不要上锁。告诉别人检查了解您的状况
- 透过测试, 检查药物 / 毒品的强度。少量使用。切忌过多, 过快
- 向有经验的人或值得信赖的医疗服务工作人员了解如何降低风险
- 了解心肺复苏术, 并得到培训学会如何给予纳洛酮
- 选择风险较低的途径使用药物 / 毒品

### 选择风险较低的途径

更安全 / 不用	吞食	鼻吸 / 嘴吸 / 插入	注射	更可能使用过量

## 适合救援恢复的体位

### 保持呼吸道通畅



手支撑头部

膝盖在这个位置可以防止躯体滚动变成俯卧

留在需要救援的人身边。如果在任何时候您必须离开, 而需要救援的人身边无人, 或者如果需要救援的人处于昏迷状态, 把需要救援的人放置成这个体位, 以保持呼吸道通畅, 防止窒息。**拨打 911 求救。**

## 用药过量?



## 负责。



## 照顾自己。

### 类鸦片药物/镇静剂

[例如，类鸦片药物：吗啡，酸氢吗啡酮，海洛因/镇静剂：酒精，丙种羟基丁酸盐（迷奸药），苯二氮卓]

#### 外观和感觉，如：



- 人不能保持清醒
- 无法说话或行走
- 脉搏很慢或无脉搏
- 呼吸很慢或没有呼吸，作咯咯声
- 皮肤看上去苍白或蓝色，感觉冷
- 瞳孔固定或眼球回滚
- 呕吐
- 身体柔软
- 对于噪音或别人用指关节摩擦其胸骨没有响应

#### 如果类鸦片药物过量：



- 陪伴身边。呼叫名字。告诉他们要呼吸。
- 拨打 **911**，告诉他们人已经没有呼吸了。当医务人员赶到时，尽可能详细地告诉他们关于药物和剂量的信息。
- 如果有的话，给予纳洛酮。纳洛酮仅适用于类鸦片药物过量。
- 给予纳洛酮后，一个人可能会有停药反应。不要再服用药物 / 毒品。当纳洛酮药性消退后（**30-75 分钟**），生病的感觉会消失。请注意：可能重新出现药物 / 毒品过量症状。

#### 救助措施

刺激

您可以叫醒病人吗？

如果不能，**请拨打 911**。

呼吸道

确保病人的口中没有异物妨碍呼吸。

吹气

帮助病人呼吸。（按住鼻子，头脑后倾，每 **5 秒**吹气一次）。

评估

情况是否好转？

您是受过训练给予纳洛酮？

肌肉注射

肌肉注射纳洛酮 **1CC**。

评估与支持

病人是否可以自己呼吸？

如果病人 **5 分钟**后还没有醒来，有必要再给予 **1CC**。告诉 **1CC** 目前不要再使用任何药物 / 毒品，至少等待 **2 小时**。

上述措施被证明是有效的。其他补救措施实际上可能是有害的。

### 中枢神经兴奋剂

(例如，可卡因，甲基苯丙胺，摇头丸)

#### 外观和触觉，如：



- 脉搏很快或没有脉搏
- 呼吸急促
- 身体发热/出汗，或发热/干燥
- 意识混乱，幻觉，昏迷
- 咬紧牙关
- 浑身颤抖
- 胸痛
- 惊厥
- 呕吐
- 无法说话或行走

没有药物可以安全地逆转中枢神经兴奋剂过量反应。

卑诗省减少危害计划之信息宣传手册

PAMPHLET INFORMATION BC Harm Reduction Program

网站: [www.towardtheheart.com](http://www.towardtheheart.com)

电话: 604.707.2400

电邮: [outreach@towardtheheart.com](mailto:outreach@towardtheheart.com)

关于药物 / 毒品过量的资讯：毒药控制中心（全天 **24 小时**开通）

电话: 1-800-567-8911

紧急情况救援电话: 9-1-1

#### 情况评估：病人的反应属于甲类还是乙类？

##### A: 精神不适/反应过度

伴有：缺乏睡眠，崩溃，焦虑，多疑。如果这个人是有意识的，并且您确信这不是医学问题，这个人可能只需要支持和休息。请拨打中毒控制中心来帮助评估。

##### 应该做什么：

- 保持冷静。陪伴身边。呼叫名字。
- 给予水或含电解质的液体。不要给予过多的水或液体。
- 放置阴凉的湿布于下列部位下面：腋下，颈背和头部
- 打开窗口保持空气新鲜
- 让这个人舒服。避免活动。
- 如果这个人激进/偏执，建议闭上双眼，给予空间。
- 鼓励这个人不使用任何其他药物 / 毒品
- 医生可能使用苯二氮卓控制激进 / 偏执

如果您没有把握处理这些情况，请拨打 **911**。

##### B: 身体不适/急性中枢神经兴奋剂中毒

如果出现下列情形，必须立即就医：

- 抽搐或四肢僵硬
- 快速升级的体温和脉搏
- 意识时有时无
- 严重的：头痛，出汗，烦躁
- 胸部疼痛

##### 应该做什么：

- **拨打 911**
- 陪伴身边
- 让这个人保持：神志清楚，水分充足，镇静
- 如果心脏已经停止跳动，实施“只用手的”心肺复苏术
- 尽可能详细地向医疗专业人员提供情况，使他们能够实施适当的治疗，以防止器官损伤和死亡