KAUNTI YA SNOHOMISH

SNOHOMISH OVERDOSE PREVENTION
A COMMUNITY COMING TOGETHER TO STOP SNOHOMISH COUNTY'S OPIOID EPIDEMIC

HUDUMA ZA MATIBABU ZA KAUNTI YA SNOHOMISH

Evergreen Recovery Centers: (425) 493-5310

- Maeneo ya Everett na Lynnwood. Matibabu ya wagonjwa wasiolazwa, uondoaji wa sumu mwilini na matibabu ya dawa.

Ideal Option: 1 (877) 522-1275

- Maeneo ya Arlington, Everett na Mountlake Terrace. Matibabu ya dawa, huduma za wagonjwa wasiolazwa, rufaa za huduma za afya ya tabia.

Community Health Centers: (425) 789-3789 au 1(877) 382-4098

- Maeneo ya Arlington, Edmonds, Everett, Lynnwood. Mipango ya msaada wa kuacha mazoea ya matumizi ya dawa, huduma za afya ya akili na matibabu ya dawa.

ZUIA MATUMIZI MABAYA YA DAWA ZA KUTULIZA MAUMIVU

Zungumza na daktari wako kuhusu chaguo za dawa za kutuliza maumivu zisizosababisha mazoea zaidi.

Ikiwa unahitaji dawa za kutuliza maumivu , mwulize daktari wako kuhusu matumizi ya kiasi kidogo cha dozi kwa muda mfupi. Pata dawa ya Narcan.

Fungia dawa zako—za kujinunulia dukani bila kuagizwa na daktari na zilizoagizwa na daktari—kwenye chupa, kisanduku au kabati ya kufunga.

Rudisha dawa ambazo hazijatumika, zisizotakikana au ambazo muda wake wa matumizi umeisha. Piga simu kwa nambari 1-844-633-7765 au changanua msimbo wa QR ili utembelee www.med-project.org /locations.

HUDUMA ZA USAIDIZI NA HUDUMA ZA MATIBABU

Huduma ya Usaidizi wa Kupona ya WA:
Piga simu au tuma ujumbe kwa nambari 1-866-789-1511

Usiwahi Kuitumia Peke Yako:
1-800-484-3731

Huduma ya Msaada wa Dharura na Kuzuia Kujiua:
Piga simu au tuma ujumbe kwa nambari 988

Kiungo cha Vijana:
Piga simu au tuma ujumbe kwa nambari 1-866-833-6546

Ili upate orodha ya huduma za matibabu/ kupona zilizo karibu nawe, Tembelea https://snohomishoverdoseprevention.com/find-treatment-or-support/ au changanua msimbo wa QR.

Swahili 05-2024 SAC

www.SnohomishOverdosePrevention.com

KAUNTI YA SNOHOMISH

SNOHOMISH OVERDOSE PREVENTION
A COMMUNITY COMING TOGETHER TO STOP SNOHOMISH COUNTY'S OPIOID EPIDEMIC

HUDUMA ZA MATIBABU ZA KAUNTI YA SNOHOMISH

Evergreen Recovery Centers: (425) 493-5310

- Maeneo ya Everett na Lynnwood. Matibabu ya wagonjwa wasiolazwa, uondoaji wa sumu mwilini na matibabu ya dawa.

Ideal Option: 1 (877) 522-1275

- Maeneo ya Arlington, Everett na Mountlake Terrace. Matibabu ya dawa, huduma za wagonjwa wasiolazwa, rufaa za huduma za afya ya tabia.

Community Health Centers: (425) 789-3789 au 1(877) 382-4098

- Maeneo ya Arlington, Edmonds, Everett, Lynnwood. Mipango ya msaada wa kuacha mazoea ya matumizi ya dawa, huduma za afya ya akili na matibabu ya dawa.

ZUIA MATUMIZI MABAYA YA DAWA ZA KUTULIZA MAUMIVU

Zungumza na daktari wako kuhusu chaguo za dawa za kutuliza maumivu zisizosababisha mazoea zaidi.

Ikiwa unahitaji dawa za kutuliza maumivu , mwulize daktari wako kuhusu matumizi ya kiasi kidogo cha dozi kwa muda mfupi. Pata dawa ya Narcan.

Fungia dawa zako—za kujinunulia dukani bila kuagizwa na daktari na zilizoagizwa na daktari—kwenye chupa, kisanduku au kabati ya kufunga.

Rudisha dawa ambazo hazijatumika, zisizotakikana au ambazo muda wake wa matumizi umeisha. Piga simu kwa nambari 1-844-633-7765 au changanua msimbo wa QR ili utembelee www.med-project.org /locations.

HUDUMA ZA USAIDIZI NA HUDUMA ZA MATIBABU

Huduma ya Usaidizi wa Kupona ya WA:
Piga simu au tuma ujumbe kwa nambari 1-866-789-1511

Usiwahi Kuitumia Peke Yako:
1-800-484-3731

Huduma ya Msaada wa Dharura na Kuzuia Kujiua:
Piga simu au tuma ujumbe kwa nambari 988

Kiungo cha Vijana:
Piga simu au tuma ujumbe kwa nambari 1-866-833-6546

Ili upate orodha ya huduma za matibabu/ kupona zilizo karibu nawe, Tembelea https://snohomishoverdoseprevention.com/find-treatment-or-support/ au changanua msimbo wa QR.

Swahili 05-2024 SAC

www.SnohomishOverdosePrevention.com

KAUNTI YA SNOHOMISH

SNOHOMISH OVERDOSE PREVENTION
A COMMUNITY COMING TOGETHER TO STOP SNOHOMISH COUNTY'S OPIOID EPIDEMIC

HUDUMA ZA MATIBABU ZA KAUNTI YA SNOHOMISH

Evergreen Recovery Centers: (425) 493-5310

- Maeneo ya Everett na Lynnwood. Matibabu ya wagonjwa wasiolazwa, uondoaji wa sumu mwilini na matibabu ya dawa.

Ideal Option: 1 (877) 522-1275

- Maeneo ya Arlington, Everett na Mountlake Terrace. Matibabu ya dawa, huduma za wagonjwa wasiolazwa, rufaa za huduma za afya ya tabia.

Community Health Centers: (425) 789-3789 au 1(877) 382-4098

- Maeneo ya Arlington, Edmonds, Everett, Lynnwood. Mipango ya msaada wa kuacha mazoea ya matumizi ya dawa, huduma za afya ya akili na matibabu ya dawa.

ZUIA MATUMIZI MABAYA YA DAWA ZA KUTULIZA MAUMIVU

Zungumza na daktari wako kuhusu chaguo za dawa za kutuliza maumivu zisizosababisha mazoea zaidi.

Ikiwa unahitaji dawa za kutuliza maumivu , mwulize daktari wako kuhusu matumizi ya kiasi kidogo cha dozi kwa muda mfupi. Pata dawa ya Narcan.

Fungia dawa zako—za kujinunulia dukani bila kuagizwa na daktari na zilizoagizwa na daktari—kwenye chupa, kisanduku au kabati ya kufunga.

Rudisha dawa ambazo hazijatumika, zisizotakikana au ambazo muda wake wa matumizi umeisha. Piga simu kwa nambari 1-844-633-7765 au changanua msimbo wa QR ili utembelee www.med-project.org /locations.

HUDUMA ZA USAIDIZI NA HUDUMA ZA MATIBABU

Huduma ya Usaidizi wa Kupona ya WA:
Piga simu au tuma ujumbe kwa nambari 1-866-789-1511

Usiwahi Kuitumia Peke Yako:
1-800-484-3731

Huduma ya Msaada wa Dharura na Kuzuia Kujiua:
Piga simu au tuma ujumbe kwa nambari 988

Kiungo cha Vijana:
Piga simu au tuma ujumbe kwa nambari 1-866-833-6546

Ili upate orodha ya huduma za matibabu/ kupona zilizo karibu nawe, Tembelea https://snohomishoverdoseprevention.com/find-treatment-or-support/ au changanua msimbo wa QR.

Swahili 05-2024 SAC

www.SnohomishOverdosePrevention.com

DALILI NA ISHARA ZA MATUMIZI YA DOZI YA JUU YA DAWA

- Unyevu au kupauka kwa ngozi
- Kukosa kupumua/kupumua kwa shida
- Kukoroma au kutoa sauti za kuguguHaitikii amia zanapoiidi twa jina, mtikiso nk.
- Moyo kudunda/kupiga polepole
- Midomo au ncha za vidole vya mkono za rangi ya bluu au kijivu
- Mboni ndogo za macho

Ikiwa mtu anatoa Sauti zisizo za kawaida akiwa analala, mwamshe. Ikiwa haitikii, mtikise, mwite jina lake, au sugua konzi zako kwenye fupa lake la kifuani.

Usiwahi kumwacha mtu "aendelee kulala."

KUSHUGHULIKIA HALI YA MATUMIZI YA DOZI YA JUU YA DAWA

1. Piga simu au mwambie mtu apige simu kwa nambari 911. Sheria ya Good Samaritan inakulinda wewe na mtu aliyetumia dozi ya juu ya dawa kutokana na kushtakiwa kwa kumiliki dawa.

Dawa ya Narcan huchukua dakika 30 hadi 90. Inawezekana mtu akarudia matumizi ya dozi ya juu ya dawa baada ya dawa ya Narcan kuisha nguvu. Kituo cha matibabu kinaweza kuendeleza matibabu.

2. Mpe dozi 1 ya dawa ya Narcan

- Fungua kifurushi na uondoe kifaa. Weka kidole chako gumba kwenye kizibuo na vidole viwili kwenye ncha. Usijaribu au kuandaa kifaa.
- Sukuma ncha kwenye shimo lolote la pua hadi vidole vyako viguse sehemu ya chini ya pua la mtu huyo.
- Sukuma kizibuo kwa nguvu ili dawa itoke.

3. Subiri kwa dakika 3. Ikiwa haonyeshi dalili za kuitikia, mpe dozi ya pili kwenye shimo la pua lililosalia.

4. Ikiwa hapumui na umepokea mafunzo ya huduma ya CPR, anza kumpa huduma ya CPR.

5. Ikiwa anapumua, mweke katika nafasi ya kupona. Usimwache peke yake isipokuwa iwe inahitajika kabisa.

6. Ni kawaida kuhisi dalili za kukosa uchangamfu na kuchanganyikiwa baada ya kupewa dawa ya Narcan. Huenda mtu asikumbuke kilichotokea. Jaribu kumtuliza hadi atakapopata huduma ya usaidizi.

MAHALI PA KUPATA DAWA ZAIDI YA NARCAN

Pata dawa ya Narcan karibu nawe, au unaweza kutumiwa kwa usiri bila malipo. Tumia msimbo wa QR ili uende katika https://stopoverdose.org.

Kutoka kwa duka la dawa: Huhitaji maagizo ya daktari. Jimbo la Washington lina Amri Kuu ya Jimbo (Statewide Standing Order) inayofanya kazi kama maagizo ya jumla ya daktari.

Bima ya kibinafsi: Uliza kampuni ya bima yako kuhusu bima na mgawo wa gharama.

Medicaid: Dawa ya Narcan hailipishwi, na haina vikomo vya kuomba dawa ya ziada.

KWA WATUMIAJI WA SASA WA DAWA

Usiwahi kuitumia peke yako. Beba dawa ya Narcan. Mwambie mtu yeyote aliye nawe kuhusu mahali ambapo dawa yako ya Narcan ipo.

Tumia dawa yako taratibu. Anza na kiasi kidogo. Acha au tumia kiasi kidogo ikiwa unahisi hali isiyo ya kawaida.

Mpango wa Sound Pathways Syringe Service unatoa bidhaa za kupunguza madhara, ubadilishaji wa sirinji kwa uwiano wa 1:1, rufaa na mengineyo. Changanua msimbo wa QR ili utembelee https://www.facebook.com/syringeservices.

DALILI NA ISHARA ZA MATUMIZI YA DOZI YA JUU YA DAWA

- Unyevu au kupauka kwa ngozi
- Kukosa kupumua/kupumua kwa shida
- Kukoroma au kutoa sauti za kuguguHaitikii amia zanapoiidi twa jina, mtikiso nk.
- Moyo kudunda/kupiga polepole
- Midomo au ncha za vidole vya mkono za rangi ya bluu au kijivu
- Mboni ndogo za macho

Ikiwa mtu anatoa Sauti zisizo za kawaida akiwa analala, mwamshe. Ikiwa haitikii, mtikise, mwite jina lake, au sugua konzi zako kwenye fupa lake la kifuani.

Usiwahi kumwacha mtu "aendelee kulala."

KUSHUGHULIKIA HALI YA MATUMIZI YA DOZI YA JUU YA DAWA

1. Piga simu au mwambie mtu apige simu kwa nambari 911. Sheria ya Good Samaritan inakulinda wewe na mtu aliyetumia dozi ya juu ya dawa kutokana na kushtakiwa kwa kumiliki dawa.

Dawa ya Narcan huchukua dakika 30 hadi 90. Inawezekana mtu akarudia matumizi ya dozi ya juu ya dawa baada ya dawa ya Narcan kuisha nguvu. Kituo cha matibabu kinaweza kuendeleza matibabu.

2. Mpe dozi 1 ya dawa ya Narcan

- Fungua kifurushi na uondoe kifaa. Weka kidole chako gumba kwenye kizibuo na vidole viwili kwenye ncha. Usijaribu au kuandaa kifaa.
- Sukuma ncha kwenye shimo lolote la pua hadi vidole vyako viguse sehemu ya chini ya pua la mtu huyo.
- Sukuma kizibuo kwa nguvu ili dawa itoke.

3. Subiri kwa dakika 3. Ikiwa haonyeshi dalili za kuitikia, mpe dozi ya pili kwenye shimo la pua lililosalia.

4. Ikiwa hapumui na umepokea mafunzo ya huduma ya CPR, anza kumpa huduma ya CPR.

5. Ikiwa anapumua, mweke katika nafasi ya kupona. Usimwache peke yake isipokuwa iwe inahitajika kabisa.

6. Ni kawaida kuhisi dalili za kukosa uchangamfu na kuchanganyikiwa baada ya kupewa dawa ya Narcan. Huenda mtu asikumbuke kilichotokea. Jaribu kumtuliza hadi atakapopata huduma ya usaidizi.

MAHALI PA KUPATA DAWA ZAIDI YA NARCAN

Pata dawa ya Narcan karibu nawe, au unaweza kutumiwa kwa usiri bila malipo. Tumia msimbo wa QR ili uende katika https://stopoverdose.org.

Kutoka kwa duka la dawa: Huhitaji maagizo ya daktari. Jimbo la Washington lina Amri Kuu ya Jimbo (Statewide Standing Order) inayofanya kazi kama maagizo ya jumla ya daktari.

Bima ya kibinafsi: Uliza kampuni ya bima yako kuhusu bima na mgawo wa gharama.

Medicaid: Dawa ya Narcan hailipishwi, na haina vikomo vya kuomba dawa ya ziada.

KWA WATUMIAJI WA SASA WA DAWA

Usiwahi kuitumia peke yako. Beba dawa ya Narcan. Mwambie mtu yeyote aliye nawe kuhusu mahali ambapo dawa yako ya Narcan ipo.

Tumia dawa yako taratibu. Anza na kiasi kidogo. Acha au tumia kiasi kidogo ikiwa unahisi hali isiyo ya kawaida.

Mpango wa Sound Pathways Syringe Service unatoa bidhaa za kupunguza madhara, ubadilishaji wa sirinji kwa uwiano wa 1:1, rufaa na mengineyo. Changanua msimbo wa QR ili utembelee https://www.facebook.com/syringeservices.

DALILI NA ISHARA ZA MATUMIZI YA DOZI YA JUU YA DAWA

- Unyevu au kupauka kwa ngozi
- Kukosa kupumua/kupumua kwa shida
- Kukoroma au kutoa sauti za kuguguHaitikii amia zanapoiidi twa jina, mtikiso nk.
- Moyo kudunda/kupiga polepole
- Midomo au ncha za vidole vya mkono za rangi ya bluu au kijivu
- Mboni ndogo za macho

Ikiwa mtu anatoa Sauti zisizo za kawaida akiwa analala, mwamshe. Ikiwa haitikii, mtikise, mwite jina lake, au sugua konzi zako kwenye fupa lake la kifuani.

Usiwahi kumwacha mtu "aendelee kulala."

KUSHUGHULIKIA HALI YA MATUMIZI YA DOZI YA JUU YA DAWA

1. Piga simu au mwambie mtu apige simu kwa nambari 911. Sheria ya Good Samaritan inakulinda wewe na mtu aliyetumia dozi ya juu ya dawa kutokana na kushtakiwa kwa kumiliki dawa.

Dawa ya Narcan huchukua dakika 30 hadi 90. Inawezekana mtu akarudia matumizi ya dozi ya juu ya dawa baada ya dawa ya Narcan kuisha nguvu. Kituo cha matibabu kinaweza kuendeleza matibabu.

2. Mpe dozi 1 ya dawa ya Narcan

- Fungua kifurushi na uondoe kifaa. Weka kidole chako gumba kwenye kizibuo na vidole viwili kwenye ncha. Usijaribu au kuandaa kifaa.
- Sukuma ncha kwenye shimo lolote la pua hadi vidole vyako viguse sehemu ya chini ya pua la mtu huyo.
- Sukuma kizibuo kwa nguvu ili dawa itoke.

3. Subiri kwa dakika 3. Ikiwa haonyeshi dalili za kuitikia, mpe dozi ya pili kwenye shimo la pua lililosalia.

4. Ikiwa hapumui na umepokea mafunzo ya huduma ya CPR, anza kumpa huduma ya CPR.

5. Ikiwa anapumua, mweke katika nafasi ya kupona. Usimwache peke yake isipokuwa iwe inahitajika kabisa.

6. Ni kawaida kuhisi dalili za kukosa uchangamfu na kuchanganyikiwa baada ya kupewa dawa ya Narcan. Huenda mtu asikumbuke kilichotokea. Jaribu kumtuliza hadi atakapopata huduma ya usaidizi.

MAHALI PA KUPATA DAWA ZAIDI YA NARCAN

Pata dawa ya Narcan karibu nawe, au unaweza kutumiwa kwa usiri bila malipo. Tumia msimbo wa QR ili uende katika https://stopoverdose.org.

Kutoka kwa duka la dawa: Huhitaji maagizo ya daktari. Jimbo la Washington lina Amri Kuu ya Jimbo (Statewide Standing Order) inayofanya kazi kama maagizo ya jumla ya daktari.

Bima ya kibinafsi: Uliza kampuni ya bima yako kuhusu bima na mgawo wa gharama.

Medicaid: Dawa ya Narcan hailipishwi, na haina vikomo vya kuomba dawa ya ziada.

KWA WATUMIAJI WA SASA WA DAWA

Usiwahi kuitumia peke yako. Beba dawa ya Narcan. Mwambie mtu yeyote aliye nawe kuhusu mahali ambapo dawa yako ya Narcan ipo.

Tumia dawa yako taratibu. Anza na kiasi kidogo. Acha au tumia kiasi kidogo ikiwa unahisi hali isiyo ya kawaida.

Mpango wa Sound Pathways Syringe Service unatoa bidhaa za kupunguza madhara, ubadilishaji wa sirinji kwa uwiano wa 1:1, rufaa na mengineyo. Changanua msimbo wa QR ili utembelee https://www.facebook.com/syringeservices.