

Наша команда готова надати допомогу.  
Ви шукаєте інформацію? Готові до змін?

# КОМПАКТНИЙ НАВІГАТОР РЕСУРСІВ

ОКРУГ СНОХОМІШ

[www.snohomishoverdoseprevention.com](http://www.snohomishoverdoseprevention.com)

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

05-2024

UKRAINIAN

## Телефонні служби допомоги та ресурсна база



**Телефон довіри з питань реабілітації, Вашингтон:**  
Телефонуйте або надішліть текстове повідомлення за номером  
**1-866-789-1511**



**Телефонна лінія профілактики випадків передозування Never Use Alone:**  
**1-877-696-1996**



**Гаряча лінія екстреної допомоги у випадку суїциду та в кризових ситуаціях:**  
Телефонуйте або надішліть текстове повідомлення за номером **988**



**Служба допомоги підліткам:**  
Телефонуйте або надішліть текстове повідомлення за номером  
**1-866-833-6546**

**Список регіональних лікувальних і реабілітаційних закладів, тут <https://snohomishoverdoseprevention.com/find-treatment-or-support> або відскануйте QR код.**



шафак—як рецептурні, так і безрецептурні.  
**Здайте невикористані, ліки.** Зателефонуйте за номером 1-844-633-7765 або відскануйте QR-код, щоб перейти на сайт [www.med-project.org/locations](http://www.med-project.org/locations).

**Обговоріть із лікарем методи знеболювання, які не викликають звикання.**  
**Якщо ви приймаєте опіодні препарати для зняття болю,** проконсультуйтеся з лікарем щодо приймання невеликих доз деякий час. Отримайте нарканд для використання вдома.  
**Зберігайте ліки в закритих флаконах, коробках або**

## Профілактика зловживання опіодами

- **Реабілітаційні центри Evergreen:** (425) 493-5310
- **Позашування:** Еверет, Лінвуд, Амбулаторне лікування, детоксикація, замісна терапія
- **Клініка Ideal Option:** (1(877) 522-1275
- **Позашування:** Арлінгтон, Еверет, Маунтлейк-Террас. Замісна терапія, амбулаторне лікування, скерування на лікування поведінкових розладів.
- **Центри громадського здоров'я:** (425) 789-3789 або (1(877) 382-4098
- **Позашування:** Арлінгтон, Едмондс, Еверет, Лінвуд Програми допомоги наркозалежним, лікування психічних розладів, замісна терапія

## Лікувальні центри округу Снономіш

# Ознаки та симптоми передозування

- Бліда, липка шкіра
- Відсутність дихання/дуже поверхневе дихання
- Сильні хрипи або булькотіння
- Відсутність реакції на ім'я, тремтіння тощо
- Уповільнене серцебиття/пульс
- Сині або попелясті кінчики пальців і губи
- Маленькі зіниці

Якщо під час сну людина видає дивні звуки, розбудіть її. Якщо людина не реагує, потрясіть її, покличте на ім'я або потріть кісточками пальців грудну клітку. Не дозволяйте людині «проспатися».

## Що робити у випадку передозування

**1. Зателефонуйте або попросіть кого-небудь зателефонувати до служби 911.** Закон про доброго самаритянина захищає вас і людину, яка постраждала від передозування, від звинувачень у зберіганні наркотиків.

**Наркан діє впродовж 30-90 хвилин.** Після закінчення дії наркану можливе повторення симптомів передозування. Продовжити лікування можна в медичній установі.

### 2. Введіть 1 дозу наркану

- Розкрийте упаковку та витягніть пристрій. Покладіть великий палець на поршень, два пальці - на сопло. Не перевіряйте і не прокачайте пристрій.
- Вставте кінчик насадки в ніздрю — ваші пальці повинні торкнутися основи носа постраждалого.

- Щоб ввести дозу, сильно натисніть на поршень.

**3. Зачекайте 3 хвилини.** Якщо людина не реагує, введіть другу дозу в іншу ніздрю.

**4. Якщо людина не дихає** і ви вмієте робити штучне дихання — робіть.

**5. Якщо людина дихає,** покладіть її в положення на бік для профілактики удушення блювотними масами. Не залишайте людину саму без нагальної потреби.

**6. Зазвичай після приймання наркану в людини спостерігаються симптоми абстиненції та сплутаність свідомості.** Людина може не пам'ятати, що сталося. Постарайтеся зберігати спокій до прибуття допомоги.

## Де можна отримати наркан

**Дізнайтеся, де поблизу можна отримати наркан,** або отримайте його анонімно і безкоштовно поштою. Перейдіть за посиланням <https://stopoverdose.org> через QR-код.



**В аптеці:** Рецепт не потрібен. На всій території штату Вашингтон діє постійний наказ-інструкція,

який вважається універсальним рецептом.

**Приватне страхування:** Дізнайтеся у своїй страховій компанії про розмір відшкодування та додаткової оплати.

**Програма Medicaid:** Наркан відпускають безоплатно, без обмежень за кількістю додаткових флаконів.

## Для тих, хто вже вживає наркотичні препарати

**Телефонна лінія профілактики випадків передозування Never Use Alone.** Носіть із собою наркан. Повідомте всім, хто перебуває поруч із вами, де лежить флакон із нарканом.

**Вживайте наркотичний препарат помалу.** Починайте з малих доз. Припиніть або прийміть меншу дозу, якщо відчуєте, що щось не так.

У межах програми видачі шприців Sound Pathways Syringe Service Program можна отримати витратні матеріали для зниження ризику, обміняти шприци 1:1, отримати направлення до фахівців або скористатися іншими послугами. Відскануйте QR-код, щоб перейти на сайт <https://www.facebook.com/syringeservices>.

