



حالات الطوارئ ذات الصلة بالمخدرات إرشادات للحفاظ على سلامتك



سكون أشرفية
الطابق الأول، بناية نخله، شارع مونو،
الهاتف : ٩٦١ ١ ٢٠٢٧١٤ +

سكون شياح
الطابق الأرضي، بناية عبد الخالق، شارع غنوم،
الهاتف : ٩٦١ ١ ٥٥٦ ١٤١ +

info@skoun.org | www.skoun.org

facebook.com/skoun.org   @Skoun_Beirut





الصليب الأحمر على الرقم . ١٤

**تؤثر المَحْدَرَات على كل شخصٍ بطريقة
مُختلفة. قد يفرط الأشخاص أحياناً في
تناولها أو يعانون ردّ فعلٍ سيّء.**



*** إذا توتّر أحدهم ودّعِرَ**

يحصل هذا التفاعل عند تناول القنب أو ثنائي إيثيلاميد حمض
الليسرغيك (LSD)، أو الفطر السحري (mushroom)، أو «سبيد»
(أمفتامين أو ميتامفتامين)، أو كوكايين، أو حبوب الإكستاسي
(Ecstasy).

- قُمْ بتهدئة الشخص الذي يتعاطى المخدرات وطمئنه؛
- اشْرَحْ له أنّ المشاعر التي تنتابه ستزول قريباً؛
- أبْعِدْهُ عن مكان التجمّع، وعن الموسيقى الصاخبة، والأضواء
الساطعة؛
- إذا كان يعاني سرعة في التنفس، شجِّعْه على تهدئة أعصابه
واطلب منه أن يأخذ نفساً طويلاً، ببطء وعمق.



*** إذا شَعَرَ الشخص بالنعاس**

هذا الخطر قد يحصل عند تعاطي المَهْدِيَّات، والهيروين، والكحول،
والمُذْيَبَات.

- اطلب سيارة إسعاف على الفور؛
- أبقِ هذا الشخص في حالة يقظة؛
- لا تَقْمُ بهزّه بقوة، خاصة إذا كان قد استنشق الضمّوغ أو مُذْيَبَات
أخرى؛
- تَبَيَّنْه في الوضعية المناسبة لإبقائه يقظاً ولا تتوقف عن التحدّث
إليه؛
- لا تُعَدِّمْ له القهوة أو أية منبّهات أخرى بَغْيَةٍ إيقاظه. هذه الطريقة
قد تحفّر المَحْدَر على العمل بسرعة أكبر.



*** إذا شَعَرَ الشخص بالحرّ الشديد والجفاف**

- من الممكّن أن يحصل هذا جزء تعاطي الـ«سبيد» (أمفتامين أو
ميتامفتامين) أو الإكستاسي.
- أنقله إلى مكان هادئ وبارد (يفضّل دائماً في الهواء الطلق)؛
- انزِعْ عنه الملابس الزائدة وحاول تهدئة روعه؛
- شجِّعْه على ارتشاف المشروبات غير الكحولية كالماء أو
المشروبات الغازية؛
- بما أن الإفراط في تناول السوائل قد يؤدي إلى وفاة الشخص
الذي يتعاطى الإكستاسي، تذكّر أنّه لا ينبغي أن يشرب أكثر من
نصف لتر ماء كل ساعة تقريباً؛
- في حال استمرار الأعراض استدع سيارة إسعاف، لكن تأكّد من
بقاء شخص ما إلى جانبه حتّى تصل السيارة.



* إذا ارتجف الشخص و/أو تقيأ، أو فقد الوعي

هذه الحالة خطيرة عند تناول الهيروين، والمُهدّئات، والكحول، والمُذيبيات. وهي حالة خطيرة أيضاً للأشخاص الذين يتفاعلون بشكل سيء مع القنّب والإكستاسي، وكذلك لمُتناولي الإكستاسي الذين يجهدون أنفسهم (في الرقص مثلاً) دون أن يشربوا كمية كافية من السوائل.

• استدع سيارة إسعاف؛

• ثبّت الشخص في الوضعية المناسبة ليبقى يقظاً؛

• تفحص تنفّسه واستعدّ للقيام بعملية الإنعاش بالفم (اقرأ التعليمات في الأسفل)؛

• لا تتركه وحده؛

• أبقه في مكان هادئ ودافئ (دون أن يكون المكان شديد الحرارة)؛

• حاول التعرّف على المادة المخدّرة التي تناولها؛

• في حال كان يفقد الوعي ويستعيده تلقائياً بانتظام، لا تُعطيه السوائل لأنّه مُعرّض لخطر الاختناق.

ما لا يجب أن تفعله

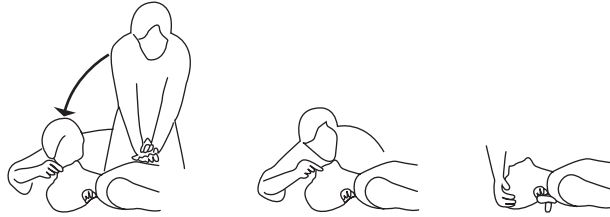
- لا تترك الشخص وحده
- لا تترك الشخص مستلق على ظهره لمدة طويلة
- لا تحاول جعل الشخص يأكل أو يشرب
- لا تحاول وعظ الشخص تحت تأثير المخدرات ولا تتوقع منه التفاعل بشكل منطقي
- لا تضع الشخص في مياه باردة

وفقاً للقوانين في لبنان

على أعضاء الفريق الطبي في المستشفيات أن يطلبوا الشرطة في حال حدوث جرعة مفرطة. وإذا كنت قلقاً حيال هذا الموقف، انقل صديقك إلى المُستشفى وغادر على الفور أو قم باستدعاء فوري لسيارة إسعاف وأخبرهم عندما تتصل: « لا أستطيع إيقاظ صديقي». لست بحاجة لأن تأتي على ذكر الجرعة المفرطة.



الإنعاش في حالات الطوارئ



* إذا توقف قلب هذا الشخص عن الخفقان وانقطع نفسه، عليك أن تتصرف بسرعة:

- اطلب النجدة. اطلب من أحدهم الاتصال بسيارة الإسعاف؛
- ألق نظرة سريعة على فمه للتأكد من عدم وجود أية مواد غريبة أو قيء؛
- اجعله يستلقي على ظهره؛ حرّك رأسه نحو الأعلى وارفع ذقنه قليلاً كي تبقى المسالك الهوائية مفتوحة؛
- سدّ فتحات الأنف عبر الضغط بالإبهام والإصبع؛
- خذّ نفساً عميقاً وضع فمك على فمه؛
- انفخ في فمه إلى أن يتسع صدره؛
- أعد هذه الطريقة مرة أخرى؛
- دسّ جنب العنق أو معصمه بأصابعك كي تتأكد من وجود نبض.

تذكّر



حياة هذا الشخص تعتمد على ما إذا تمّ نقله إلى المستشفى أو لا.

وضعية إبقاء الشخص يقظاً



- 1 ضع الذراع الأقرب إليك على نحو زاوية قائمة مع جسده
- 2 اشحب الذراع الأبعد عنك فوق الصدر، وضع الجهة الخلفية من اليد على الوجنة
- 3 امسك الرجل الأبعد عنك فوق الركبة وحرّكها نحو الأعلى، وتأكد من أنّ الورك والرُكبة مثنيان على نحو زاوية قائمة.
- 4 حرّك رأس الشخص نحو الأعلى كي تتأكد من سهولة التنفس.