

# الحقن بخطر أقل



سكون أشرفية  
الطابق الأول، بناية نخله، شارع مونو،  
الهاتف : ٩٦١ ١ ٢٠٢ ٧١٤ +

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



/// إذا اخترت تعاطي المخدرات بالحقن ولست مُستعداً للتوقف عن ذلك، فمن بالغ الأهمية أن تفعل هذا الأمر بطريقة سليمة وآمنة متوخياً الحذر قدر الإمكان. ///

## تجنّب مشاركة الآخرين في استعمال الأدوات نفسها وتجنّب إعادة استعمال الأدوات.

- لا تشارك الآخرين في استعمال الإبر ومعدات الحقن نفسها، بما في ذلك القطن، والملعقة، والمياه (التي تستعملها للخلط أو للشطف)، أو الربطات
- لا تسمح لأي كان بأن يحضر لك الجرعة أو بأن يحقنك إياها
- لا تستخدم الإبر وأدوات الحقن الأخرى مرّتين، حتى وإن كنت وحدك تستعملها
- ضع علامة فارقة على الإبر والأدوات الخاصة بك إن أردت استخدامها مجدداً لتحمي نفسك والآخرين من انتقال فيروس نقص المناعة البشرية أو التهاب الكبد الوبائي.
- إذا تشاركت مع أحدهم في جرعة المخدر، فم بتقسيم الجرعة على مساحة نظيفة قبل إضافة المياه إليها
- قم بفصل جميع الأدوات والمعدات عن شركائك في تناول المخدرات، بما في ذلك الإبر وأدوات الحقن الأخرى

أنت أيضاً معرض لخطر تسمم الدم وإصابات في العروق والخزّاجات.



تذكّر

افصل مياه الحقن عن مياه الشطف، ولا تستعمل أوعية المياه مجدداً إلا بعد تنظيفها جيّداً.

/// إن الحقن بطريقة غير سليمة يعرّضك لخطر التقاط الفيروسات الدموية ونقلها - مثل فيروس نقل المناعة البشرية/الإيدز /HIV/AIDS، و التهاب الكبد الوبائي (ب) و(ج) Hepatitis B&C. ///

## النظافة: احم نفسك من المرض والعدوى



١- اغسل يديك بالمياه والصابون قبل تحضير الجرعة.



٢- عندما تُصبح جرعتك جاهزة، ضعها في مكان نظيف، وإلا قد تلتقط البكتيريا.



٣- نظف الجلد حيث توّد أن تحقن قبل أن تقوم بالحقن، نظّفه بالصابون أو طهره بالكطن والكحول (السيبريتو). قد تدخل البكتيريا إلى دمك إن لم تقم بغسل يديك أو الجلد في موضع الحقن. وهذه البكتيريا قد تتسلل إلى مجرى الدم وتتسبب بالتهاب في صمام القلب أو غشائه. هذا الأمر يعرضك لخراجات مؤلمة للغاية.



٤- عندما تسحب الإبرة، أبق ذراعك مُستقيمة، واضغط على موضع الحقن لبضع دقائق بقطعة قطن نظيفة، أو بمحرمة، لكن دون أن تضع عليها الكحول.  
إن استعمال الكحول للضغط بعد الحقن يبقي العرق مفتوحاً وقد تنتقل البكتيريا والفيروسات إلى داخله.



٥- لا تحقن نفسك في الموضع نفسه ولا تحقن مكان وجود خراج أبداً.

فالأفضل هو أن تسرع في معالجة الخراج، وإذا تورّم الجلد في مكان وخز الإبرة، صغّ مكعبات الثلج عليه. إذا لم يختف الورم بعد يوم أو يومين، استشير طبيباً.



٦- تجبّب أن يسيل الدم على يديك؛ استخدم المحارم، أو  
أية أدوات يُمكن رميها بغيّة إيقاف النزيف.



٧- نظّف الأمكنة التي نزلت عليها بالمياه والصابون.



٨- اغسب أدوات الحقن الخاصة بك بالمنظّف والمياه،  
ومن ثمّ اغسب يديك بالصابون والمياه الدافئة.



تذكّر



إنّ أفضل طريقة لحماية نفسك من التقاط  
الأمراض تُكمن في الامتناع عن تعاطي المخدرات.  
لا تشارك الآخرين في استخدام الإبر ومعدات الحقن  
نفسها. واطلب منّا العلاج إن كنت مستعدّاً له.

