

Opioidid

31. AUGUST

—
**RAHVUSVAHELINE
 ÜLEDOOSITADLIKKUSE
 PÄEV**

MIS ON OPIOIDID?

„Opioidid“ on katustermin looduslike või sünteetiliste uimastite kohta, mida valmistatakse unimoonist või mille toime on looduslike opioididega sarnane.

Opioidid kinnituvad kesknärvisüsteemi opioidretseptorite külge, pärssides ajju saabuvald valusignaale. Sagedamini tarvitatavate opioidide hulka kuuluvad oksükodoon, morfiin, kodeiin, heroiin, fentanüülid, nitaseenid ja metadoon.

MÄRGID ÜLEANNUSTAMISEST

Opioidid ähmastavad tajusid, lõdvestavad ja tekitavad eufooriat. Samuti pärsivad (aeglustavad) opioidid hingamist ja pulssi.

Suurtes annustes pärsivad opioidid keha loomulikku hingamisvajadust. Opioidide üleannuse tagajärjel võib inimene lakata hingamast ja surra. Isegi kui kannatanu üleannuse tagajärjel ei sure, võib ta saada ajukahjustusi.

Mõned opioidi-üledoosi märgid on järgmised

- Stiimulitele mitte reageerimine
- Nõrk hingamine või hingamispeetus
- Kannatanut pole võimalik äratada.
- Ebatavaline norskamine / korisevad häälsused
- Huuled või sõrmeotsad on sinised/hallid
- Käed ja jalad on lõdvdad

Kui inimene ei reageeri äratamisele, ärge eeldage, et ta magab. Ebatavaline või väga sügav norskamine on tüüpiline üleannustamise tunnus. Ärge jätke üledoosikahtlusega inimest „peatäit välja magama“.

ÜLEANNUSTAMISELE REAGEERIMINE

Mõnikord võib opioidi üleannustamise tõttu suremine võtta aega mitu tundi. Mida kiiremini reageerite, seda tõenäolisemalt õnnestub kannatanu elu päästa. Kui arvate, et inimene on saanud opioidi üledoosi, on eluliselt tähtis käituda õigesti.

Kontrollige elumärke

A: ärkvelolek. Kas kannatanu reageerib häälele?

B: hingamine. Vali? Nõrk? Aeglane? Peatunud? Imelikud norsked?

C: naha värvus. Heleda nahaga inimestel muutuvad huuled või sõrmeotsad siniseks; tumeda nahaga inimestel muutuvad huuled ja nahk üldiselt tuhakarva halliks.

Kui kannatanul ilmneb mõni neist märkidest, tuleks otsekohe hakata tegelema opioidi üledoosile reageerimisega.

Enne tegutsemist kontrollige, ega läheduses pole ohtlikke esemeid, nt süstlanõelu.

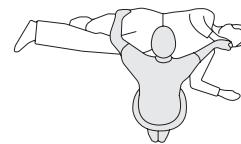
Kutsuge kiirabi, öelge dispetšerile oma asukoht ja jääge liinile.

Püüdke sundida kannatanut reageerima: kutsuge teda nimepidi ja/või hõõruge rinnakut (nühkige sõrmenukke jõuliselt kannatanu rinnakul).

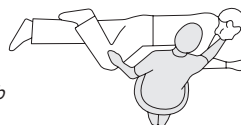
Kui kannatanu ikka ei reageeri, paigutage ta taastumisasendisse jälgides, et kannatanu hingamisteed oleksid avatud.

TAASTUMISASEND

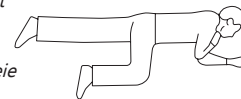
Toetage nägu. Asetage kannatanu teile lähemal asuv käsi tema kehaga täisnurga alla. Asetage kannatanu teine käsi vastu tema põske.



Tõstke jalg üles. Võtke kinni kannatanu teile kaugemast jalast veidi ülaltpoolt põlve ja kergitage seda nii, et pöid jääb vastu maad.



Keerake külili. Kannatanu kätt tema näo vastas hoides tõmmake pealmist jalga nii, et kannatanu keha pöörduks teie poole ja jääb küliliasendisse.



Kui teil ON naloksooni:

1. Valmistage naloksooniannus manustamiseks ette ja pihustage kannatanule ninna (pihustatava ninasprei puhul) või süstige kannatanu reie välisküljesse või õlavarde (süstelahuse puhul).
2. Märkige üles naloksooni manustamise aeg. Edastage see teave kiirabitöötajatele, kui nood sündmuskohale saavad.
3. Kui kannatanu ei hinga, alustage kunstlikku hingamist (kaks kopsutäit iga viie sekundi tagant).
4. Kui 3–5 minuti möödudes midagi ei muutu, manustage veel üks annus naloksooni. Ärge unustage märkida üles manustamise aeg. (NB! Naloksoon surdab üleannustamisseisundit ainult ajutiselt; mõju möödudes võib seisund halveneda.)

If you DO NOT HAVE nalcen/naloxone:

- Kui kannatanu hingab, jätke ta taastumisasendisse ja jälgige tema hingamist.
- Kui kannatanu ei hinga, hakake tegema kunstlikku hingamist ja jätkake seda, kuni:
 - kannatanu hakkab omal jõul hingama;
 - saabub kiirabi;
 - keegi teine saab teid välja vahetada.

MIDA ARVATAVA ÜLEANNUSTAMISE KORRAL MITTE TEHA

- **ÄRGE jätke** kannatanut üksi.
- **ÄRGE andke** kannatanule midagi süüa või juua.
- **ÄRGE üritage** kutsuda kannatanul esile oksendamist.

TIME TO
 REMEMBER.
 TIME TO
 ACT.

 **International Overdose
 Awareness Day**
 prevention and remembrance

A Pennington Institute Initiative

Rohkem infot:
www.overdoseday.com


LUNEST
 EESTI PSÜHHOTROOPSETE
 ANINETE TARVITAJATE ÜHING