

INJICĒŠANA NARKOTĪKU DROŠĀKA

Lai izvairītos no inficēšanās ar HIV, B un C hepatītu, pārdozēšanas un citiem veselības riskiem, svarīgi ievērot **priekšnoteikumus mazāk bīstamai narkotiku injicēšanai.**



Slimību profilakses un kontroles centrs

Sagatavots sadarbībā ar ārstu – anesteziologu Robertu Stašinski



Saņem tīras vienreizlietojamās šļirces un adatas, kā arī veic HIV, B, C hepatīta un sifilisa eksprestestu bez maksas un anonīmi HIV profilakses punktos.



Atrodi sev tuvāko HIV profilakses punktu vai mobilo vienību →



vai zvani darba dienās no plkst. 9.00 līdz 17.00 uz tālruni **67298080**, lai uzzinātu arī par biedrības DIA+LOGS mobilās vienības darba laikiem.

PRIEKŠNOTEIKUMI DROŠĀKAI INJICĒŠANAI



Izmanto tikai jaunas, vienreizlietojamās šļirces un adatas. Nelieto citu cilvēku lietotas šļirces un adatas. **Lieto jaunu šļirci katru injicēšanas reizi.**



Centies nelietot narkotiskās vielas vienatnē, jo nebūs, kas palīdz, ja pārdozēsi.



Nelieto vairākas vielas vienlaikus (arī tabletes un alkoholu) – tas palielina pārdozēšanas risku.



Ātri vari pārdozēt, ja pērc devu pie nezināma dīlera vai arī ilgāku laiku neesi lietojis narkotikas.



Vismaz vienu reizi gadā **apmeklē ārstu** HIV, B un C hepatīta testa veikšanai un brūču atrādišanai vai **veic eksprestestu** kādā no HIV profilakses punktiem.



Pirms injicēšanas **nomazgā rokas un dezinficē dūriena vietu.**

Ir dažas vietas ķermenī, kurās injicēt ir drošāk, nekā citās. Zinot drošākās injicēšanas vietas un mainot tās regulāri, brūces dzīs ātrāk, un Tu samazināsi tādu veselības riskus kā infekcijas, vēnu bojājumus, trombu veidošanos vai neapturamu asiņošanu.



Vienmēr injicē vēnā (asinis plūst sirds virzienā). Ja asinsvads pulsē, tad tā ir artērija. Neinjicē tajā!

Galva vai kakls

Nekad neinjicē galvā vai kaklā. Ir liels risks trāpīt nervā vai miega artērijā.

Plaukstu locītava

Nekad neinjicē plaukstu locītavā. Nervi, vēnas un artērijas ir pārāk tuvu kopā.

Plaukstu iekšpuse

Plaukstu iekšpusē un pirkstos labāk nedurt – šeit atrodas daudz nervu, un vēnas ir ļoti mazas. Ja tomēr riskē, noņem gredzenus.

Kājas

Kājās ir lēna asinsrite, tādēļ, ja tomēr riskē, ievadi narkotikas lēni. Narkotiku injicēšana kājā var izraisīt trombu veidošanos un vēnu nosprostošanos, un Tu vari zaudēt kāju. Izvairies no injicēšanas artērijā aiz ceļa.

Vēders, pleci un krūtis

Vēders piemērots tikai zemādas injekcijām, pleci piemēroti tikai injekcijām muskulī. Krūtīs durt bīstami sievietēm.

Rokas un plaukstu ārpusē

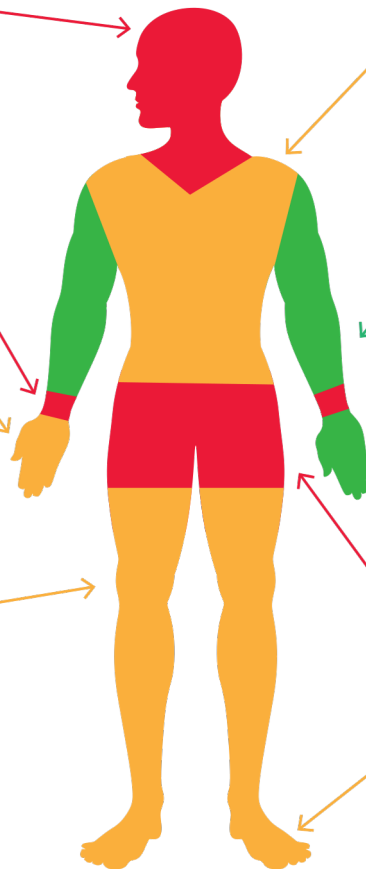
Injekcijām piemērota vieta. Maini dūrienu vietas. Plaukstu ārpusē ir jutīga. Ja injicē tur, dari to lēnām.

Cirksnis un dzimumorgāni

Nekad neinjicē cirksnī un dzimumorgānos. Liels risks trāpīt nervā vai artērijā, zaudēt kāju vai kļūt impotentam.

Pēdas

Pēdās labāk nedurt, jo tur atrodas daudz nervu. Ja tomēr riskē, ievadi narkotikas ļoti lēni.



 **Droši**

 **Izvairies**

 **Bīstami**