

## Если передозировка – помоги!

### Симптомы передозировки опиатами (героин/метадон):

- Угнетение дыхания (остановка или снижение количества вдохов менее 12 в минуту, нерегулярное дыхание).
- Шумное дыхание, дыхание с хрипами или очень частое дыхание (свыше 30 вдохов в минуту).
- Заторможенность.
- Угнетение сознания вплоть до комы (выглядит очень сонным, не отвечает на вопросы, отключается, лежит без сознания, не реагирует на раздражители).
- Выраженное сужение зрачков (в тяжелых случаях – расширение), отсутствие реакции зрачков на свет.
- Уменьшение пульса ниже 50 в минуту.
- Бледность, холодность кожи, снижение температуры тела.

### Ваши действия:

Немедленный вызов скорой помощи, очень велик риск остановки дыхания, без антидота (налоксона) помощь неэффективна.

### Что Вы можете сделать до приезда скорой помощи:

- Если человек в сознании – не давайте ему уснуть. Требуйте, чтобы постоянно разговаривал с вами, можете трясти за плечо, шлепать по щекам, щипать за ухо.
- Если человек уже без сознания – немедленно уложить на пол или другую твердую поверхность НА БОК (чтобы не перекатывался на спину, можно подложить подушку или скрученную одежду под спину).
- Внимательно следите за дыханием и пульсом, будьте готовым к оказанию первой помощи при их остановке.
- Стимулируйте нервную систему (трясите за плечо, бейте по щекам, щипайте за мочку уха).
- В случае рвоты не дайте перевернуться на спину, ротовую полость после рвоты желательно очистить (намотав на пальцы платок или кусок ткани, бинта).
- Если **ОСТАНОВИЛОСЬ ДЫХАНИЕ**, грудная клетка не двигается, сразу же проверяйте пульс на шее и переходите к реанимационным мероприятиям.

## Первая помощь!