

ከተገቢው መጠን በላይ መውሰድን ለመከላከል

እንዲረዳን የፊንታኒል መመርመሪያ ስትሪፕን እንዴት እንደምንጠቀም



****ስትሪፕቱ ሆሎንም አይነት ፊንታኒል መመርመሪያ ማግኘት መቻላቸውን ማረጋገጥ አይቻልም። ስትሪፕ በመድሀኒት ውስጥ ፊንታኒል እንደሌለ ቢናገርም እንኳ ከተገቢው መጠን በላይ ሊወስዱ ይችላሉ።**

ደረጃ 1 - ውሀ ይጨምሩ

ገዳይ የሆነ ፊንታኒል ተብሎ የሚጠራ አፕሮይድ እንደ ሄሮይን፣ ኮኬይን እና ክኒኖች በመሳሰሉ እጾች ውስጥ ይጨመራል።

የፊንታኒል መመርመሪያ ስትሪፕቶች በእጾች ውስጥ ፊንታኒል ስለመኖሩ ወይም አለመኖሩ ይነግሩዎታል። ከተገቢው መጠን በላይ መውሰድን ለመከላከል የፊንታኒል መመርመሪያ ስትሪፕቶችን ለመጠቀም የሚከተሉትን ደረጃዎች መከተል ይችላሉ።

ዝቃጩን መመርመር



ጠብታዎን ጠብ ካደረጉ በኋላ ማብሰያዎ ላይ 10 ጠብታ የማምከኛ ውሀ ይጨምሩና በአግባቡ ያማስሉት።

ክኒኖችን ወይም ዲቄት መመርመር



ባዶ ከረጢት ውስጥ ከዝቃጩ ጋር ውሀ ይጨምሩና በአግባቡ ይቀላቅሉት። ክኒኖች ካሉዎ ይሰባብሯቸውና ውሀ ውስጥ ከተው ያማስሏቸው።

ደረጃ 2 - መመርመር



የመመርመሪያ ስትሪፕቶችን ሰማያዊ ጫፍ ይያዙ እና ለ15 ሴኮንዶች ውሀ ውስጥ ይክተቱት። እስከሚርገቡት መስመሮች ድረስ ብቻ ውሀ ውስጥ መክተትዎን ያረጋግጡ።

ደረጃ 3 - ይጠብቁ



መስመሮቹ መሀከል ላይ እስከሚታዩ ድረስ ለሁለት ደቂቃዎች ይጠብቁ።

ደረጃ 4 - ውጤቶች



1 መስመር - ፊንታኒል ግዘቲሽ



2 መስመሮች - ጥንቃቄ ያድርጉ

የምርመራ ውጤቶችዎን ያንብቡ። አንድ መስመር ማለት እጾችዎ / መድሀኒቶችዎ / በውስጥዎ ፊንታኒል አላቸው ማለት ነው። **የትኛውም እጾች / መድሀኒቶች / 100% አስተማማኝ አይደሉም።**

**** PreventOverdoseRI.org ን እነዚህን መመሪያዎች እንድንጠቀም ስለረቀቀዎት እና መሰጠትን**

ውጤቱን ካገኘሁ በኋላ ምን ማድረግ እችላለሁ?

1. ናሎክሶን እንዲኖረኝ ማድረግ እችላለሁ
2. ወደ 911 የሚደውልልኝ እና ከተገቢው መጠን በላይ ወስጄ ከሆነ ናሎክሶን የሚሰጠኝ ሰው አብሮኝ እንዲኖር ማድረግ እችላለሁ
3. በዝግታ መቀጠልና አነስተኛ መጠን መጠቀም እችላለሁ

**** የትኞቹም እጾች / መድሀኒቶች / በፊንታኒል መመርመሪያ ስትሪፕቶች ቢመረመሩም እንኳን አስተማማኝ እንዳልሆኑ ያስታውሱ። የአርሊንግተን ካውንቲ ካውንቲው በሚያቀርባቸው የፊንታኒል መመርመሪያ ስትሪፕቶች የተመረመሩ ንጥረ ነገሮችን በመውሰድ ምክንያት ለሚከተል ለማንኛውም ጉዳት፣ ሞት፣ ከተገቢው መጠን በላይ መውሰድ ወይም ሌላ ጉዳት ወይም አደጋ በማንኛውም መልኩ ኃላፊነት የማይወሰድ ከመሆኑም በተጨማሪ በማንኛውም መልኩ ተጠያቂ አይሆንም።**

ጉዳትን መቀነሽ ፍንጮች

በዝግታ እና አነስተኛ ይጠቀሙ። ጥቂት መቀጠል በፊንታኒል (ከሄሮይን ጋር ሲነጻጸር) ረጅም መንገድ የሚወስድ ሲሆን አንዳንድ ጊዜ ግለሰቡ መጠኑን መወገድን ከማብቃቱ በፊት ከመወገድ በፊት ከተገቢው መጠን በላይ መውሰድ በፍጥነት ሊከሰት ይችላል።

ከመወገድ ይልቅ በትንፋሽ ለመሰብ ወይም ለማጭበር ይሞክሩ። መወገድ ከፍተኛ ከተገቢው መጠን በላይ የመውሰድ ስጋትን ስለሚያስከትል በትንፋሽ በመሰብ ወይም በማጭበር መቀየር ስጋቱን ለመቀነስ ሊረዳ ይችላል። **አንድ ሰው አሁንም በማጭበር ወይም በትንፋሽ በመሰብ ከተገቢው መጠን በላይ ሊወስድ ይችላል፣ በተለይም beፊንታኒል፤ ስለዚህ በዝግታ ይጀምሩ።**

መጠኖቹን ያራርቋቸው። ፊንታኒል በፍጥነት ስለሚሰራ እና እንደ መጠኑና የመቋቋም አቅም ላይ ተመስርቶ ለእያንዳንዱ ሰው በተለያዩ መልኩ የሚሰራ በመሆኑ በመጠኖቹ መካከል ያለውን ጊዜ ያራርቁ።

ለብቻዎ ሆነው በሚጠቀሙበት ወቅት ተጨማሪ ጥንቃቄ ያድርጉ። አንድ ላይ ስንሆን ደህንነታቸው የሚጠበቅ ቢሆንም ሁልጊዜም ግን ከምናምነው ጓደኞችን ጋር አብረን ልንሆን አንችልም። ለብቻዎ ሆነው የሚጠቀሙ ከሆነ ከተገቢው መጠን በላይ ቢወስዱ እንኳ ጣልቃ መግባት የሚችል ሰው አብሮዎ እንዲሆን ለማድረግ ይሞክሩ።

በቡድን ከሆነ? አጠቃቀምዎን ያፈራርቁ። ሁልጊዜም ጠንቃቄ ሰው መኖሩን እና ቢያንስ አንድ ሰው ናሎክሶን መያዙን ያረጋግጡ።

ሁልጊዜም ናሎክሶን/ናርካን ይያዙ። ከተገቢው መጠን በላይ የመውሰድ ምልክቶችን ይወቁ እንዲሁም በናሎክሶን ምላሽ ለመስጠት ይዘጋጁ። ነጻ ናሎክሶን በ narcan@arlingtonva.us ይጠይቁ ወይም ከፋርማሲ ይጠይቁ፣ ማዘዣ አያስፈልግም።

ሰውነትዎን ያዳምጡ። አጠቃላይ የጤና ተጽእኖዎች ከተገቢው መጠን በላይ የመውሰድ ስጋት። በተቻለ መጠን ፈሳሽ ይውሰዱ፣ ምግብ ይብሉ እንዲሁም እረፍት ያድርጉ።

ተጨማሪ የመመሪያ ስትራፖች ወይም ነጻ ናርካን ይጠይቁ፡
571-302-0327 | narcan@arlingtonva.us