

Signos de sobredosis:

Sus compañeros crearon este folleto de reducción de daños para usted.

Se siente como

Si tu corazón estuviera bombeando rápido
Te falta el aliento
Tu cuerpo está caliente, sudoroso, y tembloroso
Tienes dolor de pecho

Parece

Pulso rápido o sin pulso
Respiración rápida o sin respiración
Piel caliente y sudorosa
Confusión, alucinaciones, inconsciencia
No puede hablar, no puede caminar
Vómitos o convulsiones

Combinaciones de drogas peligrosas

- Los medicamentos eréctiles (Viagra, Cialis) ejercen una presión adicional sobre el corazón, causan cambios repentinos en la presión arterial y pueden provocar apoplejía, dolor en el pecho y ataque cardíaco.
- Otros estimulantes como la MDMA o la cocaína pueden empujar su cuerpo demasiado, aumentando el riesgo de sobrecalentamiento o apoplejía.
- Los medicamentos para el corazón y la presión arterial aumentan la tensión en el corazón / los vasos sanguíneos que corren el riesgo de sufrir un accidente cerebrovascular o un ataque cardíaco cuando se utilizan con crystal meth.
- Los antidepresivos pueden causar una estimulación excesiva del cerebro que conduce a episodios agudos de depresión.
- Medicamentos de baja dosis como el GHB pueden provocar un accidente cerebrovascular o un ataque cardíaco.
- El alcohol y las drogas estimulantes (MDMA, cocaína) pueden deshidratar aún más el cuerpo cuando se mezclan, lo que puede afectar negativamente la función renal y hepática y exacerbar los síntomas de choque.

Qué hacer si alguien sufre sobredosis:

- 1 Pide ayuda- no dejes a la persona sola
- 2 Trate de hacer que disminuyan la velocidad
- 3 Llame al 9-1-1 (o pídale a otra persona que llame) para una ambulancia, envíe a alguien para que le ayude y reporte para que le ayude y reporte
- 4 Dígale a los paramédicos todo lo que pueda sobre lo que sucedió.

¿Necesita información sobre los servicios de adicción?

**Línea de ayuda de recuperación de Amador:
575.395.6953**

confidencial, anónimo, gratis

Adaptado del folleto por:
Vancouver Coastal Health, 2018,
revisado por OHRDP, abril de 2018

Pregúntele a su sitio local de reducción de daños qué suministros para el uso más seguro de drogas están disponibles.

Fumar de forma más segura Crystal Meth

Lo que necesita para fumar de manera más segura:



Pyrex Bowl Pipe



Boquilla



Hisopo con alcohol



Encendedor

Thomas Carlyle: Una persona que tiene salud tiene esperanza; la persona que tiene esperanza lo tiene todo.

Jodie Gale: El punto de partida para la recuperación es la esperanza, no la abstinencia.

Commented [EU1]:

Qué esperar:

crystal meth

La intensidad... máxima puede durar de 4 a 24 horas o más
te hace sentir más alerta
te hace sentir como si tuvieras mucha energía
te hace sentir que no tienes hambre, te sequas la boca
te hace respirar más rápido
que tu corazón late más rápido
hacerte inquieto e incapaz de dormir
hacerte ansioso y paranoico

Bajar puede...
hacer que te sientas extremadamente cansado pero no puedas dormir
que tengas hambre y sed
te sientas ansioso, que aprietes la mandíbula, que tengas antojos fuertes de más metanfetamina.

PROYECTO DE RECUPERACIÓN DEL
 **AMADOR**
HEALTH CENTER

Tabaco • Alcohol • Opioides

999 W. Amador Ave. Suite D
Las Cruces, NM 88005
Tel Oficina: 575.556.9681

Fumar de forma más segura Crystal Meth



Cuidado de la boca

- Evite la infección usando su propia tubería, no comparta
- Beba agua o jugo de frutas para mantener su boca húmeda y reducir las grietas y las ampollas.
- Mastique chicle para mantener su boca húmeda y reducir el apriete

Consejos

- Fuma en un lugar seguro con personas de confianza.
- Inhale lentamente - esto ayudará a prevenir que sus pulmones se quemen
- Exhale de inmediato: mantenerlo no hace que los efectos sean más fuertes, solo lastima sus pulmones más
- Después de su uso, manejar el tubo con cuidado, estará caliente
- Tome vitaminas y coma algo antes de fumar, no tendrá ganas de comer después de
- Lleve condones con usted: es posible que desee tener relaciones sexuales mientras está alto.
- Mantenga su tubería limpia quemando el residuo y luego frotando con hisopos con alcohol
- Al bajar, comer te ayudará a dormir.
- No se alarme por los sentimientos de depresión extrema una vez que esté sobrio: es su cuerpo reaccionando a la droga

 **Combinar sustancias puede ser peligroso** *ver el otro lado para más detalles