

# 什么是 K2?

K2 又称合成大麻素，由多种有害化学物质制成，其作用机制与大麻中的主要活性成分四氢大麻酚 (THC) 相同，均作用于大脑中的同类受体。但 K2 又不等同于大麻，且产生的效果也存在差异。

这些有害化学物质通常被喷洒在干燥的植物原料上，并装在色彩鲜艳的包装盒中出售。它们常被误导性地标注为“草本熏香”或“非供人类食用”，但实际上人们常通过烟吸、电子烟吸或口服来获取其精神活性效果。

使用 K2 可能导致严重且不可预测的健康风险，甚至死亡。

如需获取免费的全天候心理健康和药物滥用防护支持，请致电/发送短信至 **988**，或访问 [nyc.gov/988](https://nyc.gov/988)。

如需获取有关 K2 的更多信息，请访问 [nyc.gov/k2](https://nyc.gov/k2)。

# K2

## 降低危害



## 如何降低使用 K2 带来的危害

向人们科普 K2 所带来的不可测健康影响。由于 K2 所含的化合物及其强度可有极大差异，即使经常使用 K2 者也可能出现意外反应。

建议采用更安全的使用方式，例如在熟悉的环境中、有人陪同的情况下使用，从小剂量开始，并避免与酒精或其他物质混用。

重点提供支持性护理，并在出现症状时及时处理。目前没有特效药可以逆转 K2 的作用效果。



## 如何帮助 K2 使用者

K2 可能引发不可预测的生理和心理反应。即使是同一批次或同一产品，其中所含的合成大麻素具体成分和强度也可能存在差异。这意味着，以前使用 K2 未出现不良反应者，下次使用仍可能出现不良反应。

外展工作人员及其他面向社区的工作人员可以通过营造平静、支持性、无评判的环境并建立信任，来帮助 K2 使用者。



## 如何与出现不良反应的 K2 使用者沟通

**务必征得对方同意：**先征得同意，再进行肢体触碰，尊重对方说“不”的权利，必要时改用其他方式安抚。

**保持冷静——设定氛围基调：**语速缓慢、语气温和、表达清晰。避免突然动作。保持开放、无威胁性的肢体语言。

**关注“身心状态和所处环境”：**

- 身心状态：关注对方的心理状况（焦虑、恐惧、既往创伤）
  - 认可并接纳对方的感受
- 环境：关注周边状况（嘈杂、强光、拥挤）
  - 协助对方转移至安静、平和的空间
  - 调暗光线、降低噪音，尽可能减少围观者

**如果对方出现焦虑或幻觉，可在征得同意后引导其实施心理着陆技巧：**

- 请对方双脚扎实踩稳地面。
- 递给对方一件触感凉爽的物品，如水瓶。
- 鼓励对方缓慢深呼吸，如有帮助，可陪同一起呼吸。
- 描述周围环境：“我们正在公园里。你很安全。”



## 如何应对医疗紧急情况

如果对方出现以下症状，请立即拨打 **911**：

- 意识丧失
- 抽搐
- 呕吐
- 胸痛
- 呼吸困难
- 心律不齐

在等待紧急医疗服务 (Emergency Medical Services, EMS) 期间，协助对方坐下或躺下。如果对方丧失意识但有呼吸，将其置于复苏体位：

- 使对方侧卧
- 头部略微后仰
- 弯曲上腿膝盖，保持身体稳定
- 保持呼吸道通畅

如果对方无呼吸且您接受过培训，开始实施心肺复苏 (CPR)。

K2 并非鸦片类药物，但如果您发现对方有鸦片类药物过量征象，且您身边有纳洛酮，应立即为其给药。任何疑似鸦片类药物过量的情况都应使用纳洛酮，即使对方并非故意使用了鸦片类药物。

保留 K2 的包装（如有）供 EMS 人员查看。