

ہے۔ ٹیکسٹ بنی ہوئی نسخہ کی موت یا ناقصاتی  
ہے۔ اور یہ ہے غیر میٹھی بوتلیں اور اس  
ہے۔ بنائی ہوئی کیمیکل کی اسٹریکٹ کی جاتی ہے۔  
K2 دھوکے کی طرح ہے جو انسان پر ایسا



اگر آپ K2 استعمال کرتے  
ہیں، تو اپنی صحت کا  
خیال رکھیں۔

مفت، رازدارانہ مشاورت اور  
24/7 مدد کے لیے، **988** پر کال یا  
ٹیکسٹ کریں یا **nyc.gov/988**  
پر چیٹ کریں۔

**NYC**  
Health



## K2 آپ کی صحت کے لیے نقصان دہ ہے اور یہ

بے چینی، الجھن، اشتعال، وہم، واہمے، غنودگی،  
متلی، قے، دل کی دھڑکن کے تیز ہونے، دورے، اور  
خودکشی کے خیالات کا سبب بن سکتا ہے۔

### حفاظتی تجاویز:

- **خود کو پانی کی کمی سے بچائیں۔** پانی پئیں۔
- **رفتار دھیمی رکھیں۔** پہلے تھوڑی مقدار استعمال کریں اور دیکھیں کہ آپ کیسا محسوس کرتے ہیں۔
- **اکیلے استعمال کرنے سے گریز کریں۔** اگر آپ پر منفی اثرات ظاہر ہوں، تو کوئی مدد کر سکے گا۔
- **حانی پہچانی جگہ پر استعمال کریں۔** اگر آپ الجھن یا وہم کا شکار ہوں، تو اس سے مدد مل سکتی ہے۔