

ما المخاطر الصحية؟

على المدى القصير:

- قد يتسبب الكيتامين في الشعور بالدوخة والغثيان والصداع وعدم وضوح الرؤية والنعاس، فضلاً عن ارتفاع ضغط الدم ومعدل ضربات القلب.
- قد يؤدي تناول الكيتامين مع المواد الأفيونية، أو الكحول، أو جاما هيدروكسي بيوتيرات (Gamma Hydroxybutyrate, GHB)، أو البنزوديازيبين، أو غيرها من المواد المثبطة (المواد التي تبطئ الجهاز العصبي المركزي) إلى القيء، والدوار، والإغماء، وفقدان الوعي.
- قد يؤدي الدخول في حالة ثقب الكيتامين (k-hole) إلى فقدان القدرة على تحريك الجسد أو السقوط إذا كان الشخص واقفاً، ما قد يجعله أكثر عرضة للاعتداء إذا ترك وحده أو في مكان غير آمن.



على المدى الطويل:

- قد يسبب الكيتامين اعتماداً جسدياً (الحاجة إلى مواصلة استخدام الكيتامين للشعور بتأثيراته)، وفقدان الذاكرة، واضطرابات المزاج، وانخفاض وظائف المخ، ومشكلات المثانة (على سبيل المثال، سلس البول، أو وجود دم في البول، أو الشعور بألم). قد تكون هذه التأثيرات غير قابلة للعلاج.
- قد تختلف تأثيرات الكيتامين من شخص لآخر، وتعتمد على الجرعة ومدة تناوله ومدى تكرار تعاطيه.



الكيتامين هو نوع من المخدرات معروف باسم "المخدر الانفصالي". ويمكن أن يؤثر في مشاعرك وحاسة تذوقك وبصرك. غالبًا ما يُستخدم الكيتامين في المجال البيطري في شكل سائل لتهدئة الحيوانات أو تخديرها. وعادةً ما يكون الكيتامين المستخدم خارج المؤسسات الطبية في شكل مسحوق يستنشقه الناس، ويمكن حقنه أو تناوله أو إدخاله عن طريق المستقيم أيضًا بعد تخفيفه بالماء.

ما التأثيرات المصاحبة؟

- عادةً ما تبدأ تأثيرات الكيتامين بعد مدة تتراوح بين خمس دقائق و15 دقيقة من الاستخدام، ويمكن أن يستمر تأثيره لمدة تصل إلى ساعتين:
- قد تتسبب الجرعات المنخفضة في جعل الشخص يشعر بالترنح.
- قد تتسبب الجرعات العالية في فقدان الشخص السيطرة على جسده أو شعوره بالانفصال عن جسده (وهي حالة تُعرف باسم ثقب الكيتامين "k-hole"). وعلى الرغم من أن بعض الأشخاص يستمتعون بهذه التجربة، فإنها قد تكون مزعجة إذا حدث شيء غير متوقع.



وقد تشير بعض التأثيرات إلى استخدام جرعة زائدة من الكيتامين، ومنها الشعور بالدوخة، وزيادة معدل ضربات القلب أو خفقان القلب (نبض القلب بسرعة أو الشعور بتسارع ضرباته)، والارتباك، والقلق، والهلوسة، وحركات العين غير الطبيعية، وارتفاع ضغط الدم.

إذا كنت تعتقد أن شخصًا ما يعاني حالة طوارئ طبية، فاتصل بالرقم 911.

الكيتامين: قلل من
خطر تعرضك لأذى

NYC
Health

NYC
Health

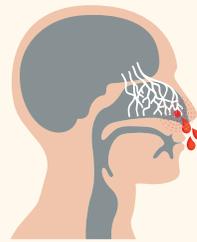
كيف يمكنني تقليل خطر تعرضي للأذى؟

إذا كنت تنوي استخدام الكيتامين من مصادر غير طبية:



- خذ الكيتامين (سواء الأقراص أو المسحوق) إلى أحد مراكز فحص المخدرات التابعة لإدارة الصحة في مدينة نيويورك لاختباره والتأكد من خلوه من المكونات الضارة أو الأدوية الأخرى غير المرغوب بها (مثل الفنتانيل).

- على الرغم من ندرة ذلك، فقد عُثر على مادة الفنتانيل في مواد بيعت على أنها كيتامين.
- للمزيد من المعلومات حول فحص المخدرات والمواقع والمواعيد المعنية بفحص المخدرات، قُم بزيارة الرابط nyc.gov/alcoholanddrugs أو إرسال بريد إلكتروني على العنوان drugchecking@health.nyc.gov.
- كن متأنياً، وابدأ بجرعات محدودة لاختبار قوة تأثير الكيتامين.
- تجنب تناوله بمفردك وتناوب على تناوله.
- إذا كنت ستتناوله بمفردك، فأخبر شخصاً موثوقاً به للاطمئنان عليك، أو اتصل بالخط الساخن Never Use Alone (لا تتناول المخدرات بمفردك أبداً) على الرقم 877-696-1996 قبل استخدامه. يمكن للعاملين من أصحاب التجارب الشخصية مع المخدرات أن يتحققوا من سلامتك عبر الهاتف من دون الحكم عليك، وهم متاحون على مدار 24 ساعة في اليوم و7 أيام في الأسبوع.



- حَضِر الكيتامين على سطح نظيف وتجنب مشاركة الأدوات المستخدمة في تحضيره أو

استنشاقه أو حقنه (بما يشمل الشفطات، الملاعق، الحقن، والإبر).

- يمكن أن يتسبب استنشاق المخدر في حدوث تمزقات داخل الأنف، مما يزيد خطر الإصابة بالعدوى.

- اطحن الكيتامين جيداً باستخدام أداة نظيفة (مثل بطاقة مصرفية أو شفرة بلاستيكية)، وبدّل بين فتحتي الأنف لتقليل الضرر الذي يلحق بأنفك.

كيف أتعامل مع الجرعة الزائدة من الكيتامين؟

من المحتمل ألا يكون الشخص وصل إلى حالة ثقب الكيتامين (k-hole) قد تعرض لجرعة زائدة ولا يحتاج إلى تدخل طبي، ومع ذلك، يجب مراقبته حتى تزول التأثيرات تحسباً للحاجة إلى الرعاية الطبية.

قد يتعاطى الأشخاص الذين يتناولون الكيتامين مخدرات أخرى أيضاً، مثل المواد الأفيونية. احرص دائماً على حمل عقار

"نالوكسون" - وهو دواء يمكنه عكس تأثير الجرعة الزائدة من المواد الأفيونية، في حال صادفت شخصاً تناول جرعة زائدة من المواد الأفيونية.



اتصل بالرقم 988 للحصول على استشارات مجانية وسرية في أوقات الأزمات ودعم الصحة النفسية والدعم الخاص بتعاطي المخدرات والإحالات إلى الرعاية. اتصل بالرقم 988 أو أرسل رسالة نصية إليه أو قُم بالردشة عبر هذا الرابط nyc.gov/988. تتوفر خدمات الرسائل النصية والردشة باللغتين الإنكليزية والإسبانية، ويتوفر المستشارون عبر الهاتف على مدار 24 ساعة في اليوم و7 أيام في الأسبوع بأكثر من 200 لغة.



للمزيد من المعلومات، قُم بزيارة الرابط nyc.gov/alcoholanddrugs أو امسح رمز الاستجابة السريعة.