

Кетамин — это препарат, который называют «диссоциативным анестетиком». Он может воздействовать на осязание, вкус и зрение. Раствор кетамина преимущественно используют в ветеринарии в качестве успокоительного или седативного средства для животных. Вне медицинских учреждений препарат обычно применяют в виде порошка, который вдыхают через нос, но его также можно принимать внутрь, либо вводить посредством инъекции или ректально, растворив в воде.

Как действует кетамин?

Действие кетамина обычно начинается через 5–15 минут после применения и может продолжаться до двух часов:

- При применении в низких дозах он может вызывать ощущение парения.
- При употреблении в более высоких дозах он вызывает потерю контроля над телом или ощущение внетелесного полета (так называемой «кетаминовой дыры»). Некоторым нравится это состояние, но если оно наступает внезапно, то этот опыт может быть пугающим.

Некоторые эффекты кетамина могут ассоциироваться с его передозировкой, включая такие симптомы как головокружение, учащенное сердцебиение или palpitation сердца (сердце бьется быстро или возникает ощущение, что сердце пропускает удары), спутанность сознания, тревожность, галлюцинации, неконтролируемые движения глаз и повышенное артериальное давление.

В случае возникновения чрезвычайной медицинской ситуации звоните по номеру **911**.



В чем заключаются риски для здоровья?

Краткосрочные последствия:

- Употребление кетамина может вызывать головокружение, тошноту, головную боль, нечеткое зрение и сонливость, а также повышение артериального давления и учащение сердечного ритма.
- В сочетании с опиоидами, алкоголем, гамма-гидроксибутиратом (gamma hydroxybutyrate, GHB), бензодиазепинами или другими депрессантами (веществами, угнетающими активность центральной нервной системы) кетамин может вызывать рвоту, ощущение вращения вокруг своей оси, потемнение в глазах и потерю сознания (обморок).
- Кетаминовая дыра может сопровождаться полной утратой подвижности или потерей равновесия в положении стоя, что повышает риск стать жертвой насилия, если человек остается один или находится в небезопасной среде.



Долгосрочные последствия:

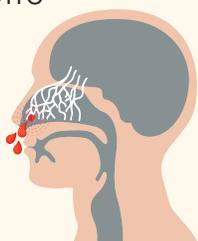
- Кетамин может вызывать физическую зависимость (потребность продолжать употреблять кетамин, чтобы испытывать его воздействие), потерю памяти, расстройства настроения, снижение функциональной активности головного мозга и проблемы с мочевым пузырем (например, недержание, кровь в моче или боль). Эти эффекты могут быть необратимыми.
- Воздействие кетамина может проявляться по-разному в зависимости от дозы, продолжительности и частоты его употребления.



Как можно снизить риск вреда для здоровья?

Если вы планируете употреблять кетамин, полученный из немедицинских источников:

- Отнесите кетамин (таблетки или порошок) в один из пунктов проверки наркотиков Департамента здравоохранения г. Нью-Йорка (NYC Health Department) для тестирования на наличие вредных компонентов или других наркотиков, которые вы не планируете употреблять (например, фентанила).
 - Хотя и нечасто, но фентанил обнаруживали в наркотиках, продаваемых как кетамин.
 - Для получения дополнительной информации о проверке наркотиков, а также адресов пунктов их тестирования посетите сайт nyc.gov/alcoholanddrugs или напишите по адресу drugchecking@health.nyc.gov.
- Будьте осторожны. Применяйте кетамин в небольших количествах, чтобы проверить силу его действия.
- Не используйте наркотические вещества в одиночестве, употребляйте их по очереди.
 - Если вы собираетесь употребить в одиночестве, попросите человека, которому доверяете, проверять ваше состояние или перед употреблением позвоните на горячую линию Never Use Alone (Никогда не употребляй в одиночестве) по телефону 877-696-1996. Операторы готовы в режиме 24/7 оказать вам поддержку по телефону без осуждения.
- Используйте чистую поверхность для подготовки кетамина и избегайте совместного использования приспособлений (включая трубочки для вдыхания, ложки, шприцы и иглы) для приготовления, вдыхания или инъекций препарата.



- При вдыхании в носу могут появиться раны, что повышает риск инфекций.
- Максимально мелко измельчите кетамин с помощью чистого инструмента (например, используя банковскую карту или пластиковое лезвие) и вдыхайте то одной, то другой ноздрями, чтобы свести к минимуму поражение слизистой носа.

Что предусматривает помощь при передозировке кетамином?

Наступление кетаминовой дыры не всегда связано с передозировкой или с необходимостью обращения за медицинской помощью. Однако в целях безопасности необходимо контролировать состояние человека, пока эффекты не исчезнут, на случай, если потребуются оказать медицинскую помощь.

Лица, использующие кетамин, также могут употреблять другие наркотики, например опиоиды. Всегда имейте при себе налоксон — лекарственный препарат, который нейтрализует действие опиоидов при передозировке, — на случай, если станете свидетелем передозировки опиоидами.



Позвоните в службу 988 для получения бесплатного, конфиденциального кризисного консультирования, поддержки и направления на лечение при наличии проблем с психическим здоровьем или употреблением психоактивных веществ. Позвоните или отправьте текстовое сообщение на номер 988 или воспользуйтесь онлайн-чатом на сайте nyc.gov/988. Услуги связи с помощью текстовых сообщений и чата предоставляются на английском и испанском языках. Помощь телефонных консультантов доступна в режиме 24/7 более чем на 200 языках.

Для получения дополнительной информации посетите сайт nyc.gov/alcoholanddrugs или отсканируйте этот QR-код.

