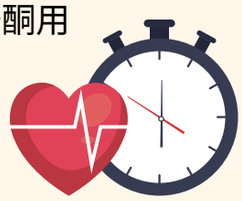
氯胺酮 (Ketamine) 是一种被称为“解离性麻醉剂”的药物，可以影响您的感觉、味觉和视觉。氯胺酮主要在兽医领域作为液体麻醉剂使用，用于让动物放松或麻醉。医疗用途之外的氯胺酮通常是粉末形态，被人们用来鼻吸，但也可以用来注射、口服，或溶于水后用来灌肠。

有哪些药效反应？

氯胺酮通常在使用后 5 到 15 分钟开始起效，药效可持续长达两小时：

- 低剂量使用时，可让人产生漂浮感。
- 较高剂量使用时，可使人失去对身体的控制，或产生灵魂脱壳般的的漂浮感（称为“K 洞”）。有些人享受这样的体验，但如果是在意料之外发生，则可能令人惊恐。

有些反应可能意味着氯胺酮用药过量，其中包括头晕、心率加快或心悸（心跳加快或自觉心律不齐）、精神错乱、焦虑、幻觉、眼动异常和血压升高。



如果您认为有人处于医疗紧急状况，请致电 **911**。

有哪些健康风险？

短期风险：

- 氯胺酮可能会导致头晕、恶心、头痛、视力模糊、嗜睡，以及血压升高和心率加快。
- 氯胺酮与鸦片类药物、酒精、GHB（γ-羟丁酸，即 gamma hydroxybutyrate）、苯二氮平类药物或其他抑制剂（抑制中枢神经系统的物质）合用时，可能会导致呕吐、眩晕、昏厥和丧失意识（昏迷）。
- 处于 K 洞状态者可能无法移动身体或在站立时摔倒，这可能让他们独自一人或身处不安全环境时，更容易受到侵害。

长期风险：

- 氯胺酮可导致生理依赖（需要持续使用氯胺酮才能感受到其药效）、记忆力减退、情绪失调、大脑功能减退和膀胱问题（如尿失禁、尿血或排尿疼痛）。这些影响可能无法逆转。
- 氯胺酮的作用可能因人而异，并且取决于用药剂量、持续用药时间和用药频率。

氯胺酮：降低自身伤害风险

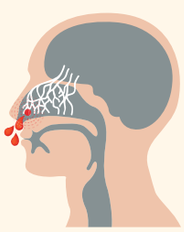
NYC Health

如何降低自身受伤害的风险？

如果您打算使用非医疗来源的氯胺酮：

- 将您的氯胺酮（药丸或药粉）带到纽约市卫生局的任何一处药物检测点，检验其中是否含有有害成分，或是您并不打算使用的其他药物（如芬太尼）。

  - 虽不常见，但在市售的氯胺酮药物中确实发现过芬太尼。
  - 欲知更多药物检测相关信息，以及了解何时何地可以进行药检，请访问 **nyc.gov/alcoholanddrugs** 或发送电子邮件至 **drugchecking@health.nyc.gov**。
- 少量慢用。用药一定要小量，以便测试使用中的氯胺酮强度。
- 避免独自一人使用，尽量轮流用药。
  - 如果您打算独自使用，请告诉您信任的人，以便他们可以查看您的情况；或者在使用前拨打“Never Use Alone”（切勿单独使用）热线 877-696-1996。该热线接线员可以全天候通过电话监控用药者的安全，且不做任何评判。
- 在干净的台面上准备氯胺酮，避免共用准备、吸食或注射用具（包括吸管、勺子、注射器和针具）。



  - 经鼻吸食可能导致鼻腔粘膜破损，从而增加感染风险。
  - 用干净的工具（如银行卡或塑料剃刀）将氯胺酮尽可能碾细，并两个鼻孔轮换着吸食，以尽量减少鼻内损伤。

如何应对氯胺酮用药过量？

处于 K 洞状态者并不一定已用药过量，也不一定需要医疗救助。但是，出于安全考虑，应当在药效完全消退前对用药者进行监测，以防需要医疗救助。

使用氯胺酮的人员也可能使用其他药物，例如鸦片类药物。应随身携带纳洛酮（一种可以逆转鸦片类药物过量的药物），以防遇到可能鸦片类药物过量的人。

致电 988，可获取免费且保密的危机咨询服务、心理健康和物质使用支持，以及护理转诊服务。请致电或发送短信至 988，或访问**nyc.gov/988** 进行在线聊天。短信和聊天服务均以英语和西班牙语提供，且该专线还配有心理辅导员以 200 多种语言全天候提供电话服务。

如需更多信息，请访问 **nyc.gov/alcoholanddrugs** 或扫描二维码。