קעטאמין (Ketamine) איז א סארט דראג וואס איז באקאנט אלץ א "דיסאסיעטיוו אנעסטעטיק." עס קען אפעקטירן וויאזוי איר פילט, קאסט און זעט. קעטאמין ווערט מערסטנס גענוצט אין חיות דאקטעריי אלץ א פליסיגקייט צו בארואיגן אדער איינשלעפן בעלי חיים. קעטאמין וואס מען נוצט נישט אין מעדיצינישע אומשטענדן קומט געווענליך אלץ א שטויב וואס מענטשן אטעמען אריין דורך די נאז, אבער עס קען אויך ווערן איינגעשפריצט, אדער געגעבן דורך ארייננשטופן אין די רעקטאם ווען מען מישט עס אויס מיט וואסער.

וואס זענען די אפעקטן דערפון?

די אפעקטן פון קעטאמין הויבן זיך געווענליך אן צווישן פינף און 15 מינוט נאך מען נעמט עס און עס קען אנהאלטן פאר ביז צוויי שעה:

- אויף נידריגע דאזעס, מאכט עס יענעם שפירן ווי זיי שוועבן אין די לופט.
- אויף העכערע דאזעס, קען עס פירן צו דעם אז יענער זאל פארלירן קאנטראל פון זייער קערפער אדער שפירן אזויווי זיי שוועבן אינדרויסן פון זייער קערפער (באקאנט אלץ א "k-hole" [ק-לאך]). געוויסע מענטשן האבן ליב די געפיל, אבער עס קען זיין שרעקעדיג אויב עס פאסירט אומערווארטעט.

געוויסע אפעקטן קענען אנדייטן א קעטאמין איבערדאזע, אריינרעכענענדיג שווינדלען, שנעלערע הארץ ראטע אדער הארץ קלאפענישן (די הארץ קלאפט שנעל אדער פיל ווי עס היפט איבער קלאפענישן), צומישעניש, אנגעצויגנקייט, דמיונות, אומגעווענליכע אויגן באוועגונג און העכערע בלוט דרוק.

אויב איר טראכט אז איינער ליידט פון א מעדיצינישע עמערדזשענסי, רופט **911**.

וואס זענען די געזונטהייט געפארן?

אויפ'ן מינוט:

- קעטאמין קען פאראורזאכן צומישעניש, פאראיבל, קאפוויי, פארנעפלטע זע-קראפט און מידקייט, ווי אויך העכערע בלוט דרוק און הארץ ראטע.
- קעטאמין, ווען מען נעמט עס צוזאמען מיט אפיאוידס, אלקאהאל, היידראקסיבאטייריעט (Gamma Hydroxybutyrate, GHB), בענזאדייאזיפיינס אדער אנדערע דעפרעסענטס (זאכן וועלן מאכן די צענטראלע נערוון סיסטעם גיין שטייטער), קען פירן צו ברעכן, שווינדלעניש, חלש'ן און פארלירן דאס באוואוסטזיין.
- זיין אין א ק-לאך קען ברענגען צו דעם אז יענער זאל נישט קענען רוקן זייער קערפער אדער אראפפאלן אויב זיי שטייען, וואס קען זיי אויסשטעלן צו ווערן איבערגעפאלן אויב זיי בלייבן אליינס אדער אויב זיי געפונען זיך נישט אין א זיכערע ארט.

לאנג טערמיניגע אפעקטן:

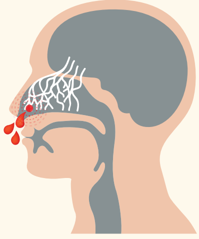
- קעטאמין קען פאראורזאכן פיזישע אפהענגיגקייט (דארפן ווייטער נעמען קעטאמין צו שפירן די אפעקטן דערפון), פארלירן די זכרון, גיסטע קראנקהייטן, פארמינערטע מח פונקציע און בלעדער פראבלעמען (צום ביישפיל, אינקאנטינענס, בלוט אין די יורין אדער ווייטאג). די אפעקטן קענען זיין אוממעגליך צוריקצודרייען.
- די אפעקטן פון קעטאמין קען זיין אנדערש ביי יעדע מענטש און זיך ווענדן און וויפיל, ווי לאנג און ווי אפט יענער נעמט עס.

קעטאמין: פארמינערט אייער געפאר פון שאדן

וויאזוי קען איך פארמינערן מיין געפאר פון שאדן?

אויב איר פלאנט צו נוצן קעטאמין פון נישט-מעדיצינישע קוועלער:

- נעמט אייער קעטאמין (פילן אדער שטויב) צו איינע פון די ניו יארק סיטי העלט דעפארטמענט'ס דראג-איבערקוק לאקאלן עס צו אונטערזוכן פאר שעדליכע באשטאנדטיילן אדער אנדערע דראגס וואס איר פלאנט נישט צו נעמען (אזוי ווי פענטאניל).
  - כאטש עס מאכט זיך נישט אפט, האט מען שוין געפונען פענטאניל אין דראגס פארקויפט אלץ קעטאמין.
  - פאר מער אינפארמאציע איבער איבערקוקן דראגס, און ווי אויך וואו און ווען איר קענט ברענגען אייערע דראגס צו ווערן איבערגעקוקט, באזוכט **nyc.gov/alcoholanddrugs** אדער שיקט אן אימעיל צו **drugchecking@health.nyc.gov**.
- גייט צוביסלעך. נוצט ווייניג אויפאמאל צו אויספרובירן די שטארקקייט פון אייער קעטאמין.
- נעמט עס נישט ווען איר זענט אליינס און טיילט זיך איין.
  - אויב איר גייט עס יא נעמען ווען איר זענט אליינס, זאלט איר זאגן פאר איינעם וועמען איר געטרויעט אז זיי זאלן זיך אומקוקן אויף אייך, אדער רופט די Never Use Alone (נעמט קיינמאל נישט אליינס) האטליין אויף 877-696-1996 איידער איר נעמט עס. פריינט אפערירער קענען האלטן אן אויג אויף אייער זיכערהייט איבער די טעלעפאן, 24/7 - אן אייך דן זיין.

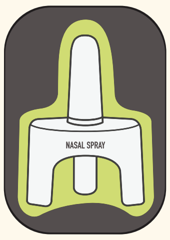


- גרייט צו אייער קעטאמין אויף א ריינע פלאך און טיילט נישט מיט אייער געצייג (אריינגערעכנט שטרויס, לעפלעך, איינשפריצער און נאדלען) וועלכע איר נוצט צו צוגרייטן, אריינאטעמען דורך די נאז אדער איינשפריצן.
  - אריינאטעמען דורך די נאז קען פירן צו ריסן אינעווייניג אין אייער נאז וועלכע קענען העכערן אייער געפאר פון אנצינדונגען.
  - צומאלט קעטאמין דאס מערסטע וואס איר קענט מיט א ריינע געצייג (אזוי ווי א באנק קארטל אדער פלעסטיק שערער) און טוישט צווישן די נאזלעכער צו פארמינערן די שאדן צו אייער נאז.

וויאזוי זאל איך רעאגירן צו א קעטאמין איבערדאזע?

א מענטש אין א ק-לאך קען מעגליך נישט ליידן פון אן איבערדאזע און נישט דארפן מעדיצינישע הילף. אבער, פאר זיכערהייט, זאל דער מענטש ווערן נאכגעקוקט ביז די אפעקטן לאזן נאך אין פאל וואס עס פעלט יא אויס מעדיצינישע הילף.

מענטשן וועלכע נעמען קעטאמין קענען אויך נעמען אנדערע דראגס, אזוי ווי אפיאוידס. איר זאלט אלעמאל האבן נאלאקסאון מיט זיך -- א מעדיצין וואס קען צוריקדרייען אן אפיאויד איבערדאזע -- אין פאל וואס איר באגעגנט זיך מיט איינער וואס ליידט מעגליך פון אן אפיאויד איבערדאזע.



פארבינדט זיך מיט 988 פאר אומזיסטע, געהיימע קריזיס קאונסעלינג, גייסטישע געזונטהייט און סובסטאנץ אביוז הילף, און רעפערעלס פאר באהאנדלונג. רופט אדער טעקסט 988 אדער טשעט אויף **nyc.gov/988**. טעקסט און טשעט סערוויסעס זענען אוועילעבל אין ענגליש און ספאניש, און קאונסעלארס זענען אוועילעבל אויפ'ן טעלעפאן 24/7 אין איבער 200 שפראכן.

פאר מער אינפארמאציע, באזוכט **nyc.gov/alcoholanddrugs** אדער סקענ'ט די QR קאוד.