

Lavi Ou Enpòtan

Ki aksyon ou ka fè pou diminye risk pou w fè yon sidozaj?

Poze tèt ou kesyon sa yo, epi devlope yon plan sekirite pou redwi risk ou pou yon sidozaj fatal.

Si mwen fè yon sidozaj, èske yon moun ap la pou ede m?

- Èske gen moun bò kote m epi tou èske nou ka sèvi ak dwòg la yon moun alafwa?
- Èske gen yon moun ki ka tcheke sou mwen?
- Èske mwen ka rele nimewo telefòn liy dirèk “Never Use Alone” (Pa janm itilize pou kont ou) (877-696-1996)?¹

Kiyès?

Si mwen fè yon sidozaj, èske yon moun ap kapab jwenn mwen?

- Èske gen yon moun ki konnen kote mwen ye?
- Si andedan, èske chanm mwen ladan lan debloke?
- Si deyò, èske yon moun ka wè m epi rive jwenn mwen?
- Èske gen naloxone vizib tou pre?²

Ki kote?

Ki risk mwen genyen pou m fè sidozaj?

Kijan fason m sèvi ak dwòg chanje risk mwen pou m fè yon sidozaj?

- Èske mwen ka itilize sèvis pou tcheke dwòg oswa bann tè s fentanyl?³
- Kòman m pran dwòg mwen yo?
- Èske mwen ka itilize mwens oswa ale dousman?
- Èske mwen ka itilize yon sèl dwòg alafwa epi evite melanje dwòg yo?

Kòman?

Ki dwòg, medikaman oswa woutin ki chanje risk mwen genyen pou m fè yon sidozaj?

- Ki dwòg mwen itilize?
- Èske tolerans mwen chanje?
- Èske m ap pran medikaman pou pwoblèm itilizasyon opyòd, tankou methadone oswa buprenorphine?⁴

Kisa?

Plan sekirite endividyèl ou a ka ede anpeche sidozaj.

¹Liy dirèk “Never Use Alone” la gratis e nan tout peyi a. Volontè yo disponib 24 èdtan pa jou, sèt jou pa semèn, pou yo rete nan telefòn avèk ou epi asire yo ke ou kontinye reponn. Nan ka yon sidozaj, yo pral avèti sèvis medikal yo. Enfòmasyon ou yo pa janm pataje ak pèsonn lòt ke sèvis medikal.

Naloxone se yon medikaman san danje ki ka defèt efè yon ovèdoz opyòd. Rele **311** oswa vizite **nyc.gov/naloxone** pou jwenn naloxone.

³Bann tè s fentanyl yo se yon zouti fasil pou itilize ki ka fè w konnen si medikaman w yo genyen ladan yo fentanyl. Fentanyl ogmante risk pou sidozaj. Pou plis enfòmasyon sou fentanyl, vizite **nyc.gov/health/fentanyl**.

⁴Methadone ak buprenorphine se medikaman pou twoub itilizasyon opyòd epi yo ka chanje tolerans ou pou dwòg. Tou de medikaman sa yo ka ede anpeche sidozaj. Pou plis enfòmasyon sou medikaman pou twoub itilizasyon opyòd, vizite **nyc.gov/health/addictiontreatment**.

Pou w jwenn sipò ak resous ki gen pou wè ak konsomasyon dwòg 24/7, rele nan 988: Rele oswa tèks 988 oswa tchat sou **nyc.gov/988**. Konseye yo disponib 24/7 nan plis pase 200 lang.