

Votre vie est importante

Quelles mesures prendre pour réduire le risque de surdose ?

Posez-vous les questions suivantes, et élaborer un plan de sécurité afin de réduire votre risque de surdose mortelle.

Si je fais une surdose, il y aura-t-il quelqu'un pour m'aider ?

- Y a-t-il des gens autour de moi et pouvons-nous prendre les drogues à tour de rôle ?
- Y a-t-il quelqu'un pour vérifier que je vais bien ?
- Puis-je appeler l'assistance téléphonique « Never Use Alone » (Ne jamais consommer en solo) (le 877 696 1996) ?¹

Qui ?

Si je fais une surdose, pourra-t-on me trouver ?

- Quelqu'un sait-il où je suis ?
- Si je suis à l'intérieur, la pièce où je me trouve est-elle déverrouillée ?
- Si je suis à l'extérieur, quelqu'un peut-il me voir et arriver à moi ?
- La naloxone est-elle tout près et visible ?²

Où ?

Quel est mon risque de surdose ?

Comment la façon dont je prends les drogues modifie-t-elle mon risque de surdose ?

- Puis-je utiliser des services de vérification de drogue ou des bandelettes réactives au fentanyl ?³
- Comment prends-je mes drogues ?
- Puis-je en prendre moins ou plus lentement ?
- Puis-je prendre une drogue à la fois et éviter les mélanges ?

Comment ?

Quelles sont les drogues, les médicaments ou les routines qui modifient mon risque de surdose ?

- Quelle(s) drogue(s) suis-je en train de prendre ?
- Ma tolérance a-t-elle changé ?
- Suis-je en train de prendre des médicaments contre la dépendance aux opioïdes, tels que la méthadone ou la buprénorphine ?⁴

Quoi ?

Votre plan de sécurité individuel peut vous aider à éviter une surdose.

¹L'assistance téléphonique « Never Use Alone » est gratuite et accessible nationalement. Les bénévoles sont à votre disposition 24 sur 24, sept jours sur sept, pour rester sur la ligne avec vous et s'assurer que vous demeuriez conscient. En cas de surdose, ils alerteront les services médicaux. Vos informations ne seront partagées qu'avec les services médicaux.

²La naloxone est un médicament sans danger et efficace qui peut inverser les effets d'une surdose d'opioïdes. Appelez le **311** ou visitez le **nyc.gov/naloxone** pour vous procurer la naloxone.

³Les bandelettes réactives au fentanyl constituent un outil facile à utiliser pouvant indiquer si vos drogues contiennent du fentanyl. Le fentanyl augmente le risque de surdose. Pour plus d'informations sur le fentanyl, visitez le **nyc.gov/health/fentanyl**.

⁴La méthadone et la buprénorphine sont des médicaments contre la dépendance aux opioïdes qui peuvent modifier votre tolérance aux drogues. Les deux médicaments peuvent aider à éviter une surdose. Pour plus d'informations sur les médicaments contre la dépendance aux opioïdes, visitez le **nyc.gov/health/addictiontreatment**.