

La tua vita è importante

Cosa puoi fare per ridurre il tuo rischio di overdose?

Poni a te stesso le seguenti domande e sviluppa un piano di sicurezza per ridurre il rischio di un'overdose fatale.

Se vado in overdose, sarà presente qualcuno che possa aiutarmi?

- Sono presenti persone vicino a me e possiamo fare uso di droghe rispettando dei turni?
- È presente una persona che può controllarmi?
- Posso chiamare la linea di assistenza "Never Use Alone" (Non usare mai da solo) al numero 877-696-1996?¹

Chi?

Se vado in overdose, qualcuno sarà in grado di trovarmi?

- Qualcuno sa dove mi trovo?
- Se in luogo interno, la porta della stanza è sbloccata (non chiusa a chiave)?
- Se in luogo interno, qualcuno può vedermi e raggiungermi?
- È visibile del naloxone vicino?²

Dove?

Qual è il mio rischio di overdose?

In che modo le modalità di assunzione di droghe influiscono sul mio rischio di overdose?

- Posso usare i servizi di controllo per le droghe o le strisce reattive al fentanyl?³
- In che modo assumo le droghe?
- Posso usare di meno o più lentamente?
- Posso usare una sola droga alla volta ed evitare di mescolarle?

Come?

Quali droghe, farmaci o routine cambiano il mio rischio di overdose?

- Quale droga o droghe sto usando?
- La mia soglia di tolleranza è cambiata?
- So prendendo farmaci per il disturbo da consumo di oppioidi, come metadone o buprenorfina?⁴

Che cosa?

Il tuo piano di sicurezza individuale può aiutare a prevenire un'overdose.

¹La linea di assistenza "Never Use Alone" è gratuita e a livello nazionale. I volontari sono disponibili 24 ore al giorno, tutti i giorni della settimana, rimangono al telefono con te e si assicurano che rimani cosciente. In caso di overdose, avvertiranno subito i servizi medici. Le tue informazioni non verranno mai condivise con altri, ad eccezione dei servizi medici.

²Il naloxone è un farmaco sicuro in grado di contrastare gli effetti di un'overdose da oppioidi. Chiama il **311** o visita **nyc.gov/naloxone** per ricevere il naloxone.

³Le strisce reattive al fentanyl sono uno strumento facile da usare che può indicare se le droghe che usi contengono fentanyl. Il fentanyl aumenta il rischio di overdose. Per ulteriori informazioni sul fentanyl, visita il sito **nyc.gov/health/fentanyl**.

⁴Metadone e buprenorfina sono farmaci per il disturbo da consumo di oppioidi e possono alterare la tua tolleranza alla droga. Entrambi i farmaci possono essere d'aiuto nel prevenire l'overdose. Per ulteriori informazioni sui farmaci per il disturbo da consumo di oppioidi, visita **nyc.gov/health/addictiontreatment**.

Per supporto e risorse relative all'uso di droghe, 24 ore al giorno tutti i giorni, chiama il 988: chiama o invia un messaggio al numero 988 o scrivi sulla chat che trovi su **nyc.gov/988**. I counselor sono disponibili 24 ore al giorno tutti i giorni in oltre 200 lingue.