

实用提示：

更安全地使用  
可卡因和快克



## 降低药物过量 风险

- 避免将粉剂或快克可卡因与其他药物或酒精混合使用。如果定要混用，请减少每种药物的用量。
- 从少量开始，然后慢慢增加剂量。
- 避免一个人单独用药。携带纳洛酮，此药物可在混合使用类鸦片药物（如芬太尼）时逆转药物过量反应。
- 请与您的医生或其他医疗保健专业人员讨论如何预防与药物过量有关的严重健康问题，例如心脏病、中风、心律失常、高血压和死亡。
- 天气炎热时要小心。使用兴奋剂会增加中暑等可以致命的高温相关疾病。



## 降低口腔 吸药风险

- 使用烟斗头或烟嘴，以降低嘴唇、口腔和咽喉被烫伤的风险。
- 使用金属网筛或钢丝绒（如 Chore Boy 或 Brillo）作为过滤器，让烟管在每次吸食之间冷却下来，以防止吸入热粒子。使用后呼吸时如果感到疼痛，请找医生或其他医疗保健专业人员诊疗。
- 请用润唇膏使嘴唇保持湿润，以降低割伤的风险。
- 避免使用自制的烟斗。自制的烟斗可能会过热，释放有毒烟雾，或在使用时破裂而导致烫伤、割伤或感染。
- 切勿共用烟斗，以免传播包括艾滋病毒 (HIV) 和丙型肝炎在内的传染病。
- 如果使用箔片吸药（追烟），请使用真正的锡箔片，而不要使用糖果棒等食品包装用箔片，因其可能已被污染。



## 降低鼻腔 吸药风险

- 研磨可卡因以去除结块和硬块，它们在鼻腔吸入时可能造成疼痛，并增加鼻腔受伤的风险。
- 请使用自己的无菌吸管和勺子，避免共用，以预防传播包括艾滋病毒 (HIV) 和丙型肝炎在内的传染病。
- 两个鼻孔交替吸药，以使每个鼻孔在吸药之间有时间复原。这有助于降低鼻内组织受损的风险。
- 鼻腔吸药后立即使用液体鼻腔喷雾或吸入水，以溶解剩余的可卡因。这将显著降低对鼻腔的潜在伤害。



## 降低注射风险

- 每次注射时，请使用锋利的无菌注射器。
- 切勿共用设备（包括注射器和探针），以免传播包括艾滋病毒 (HIV) 和丙肝在内的传染病。
- 轮换注射位置，并确保针头扎入静脉后再注射。

# 资源

如需有关纽约市可用服务的信息，  
请访问 **[nyc.gov/alcoholanddrugs](https://nyc.gov/alcoholanddrugs)**。

如需全天候免费且保密的咨询和支持服务，  
请致电或发短信至 988 或访问 **[nyc.gov/988](https://nyc.gov/988)**  
进行在线聊天。

