

Tallaabo ka qaadista cadadka xad dhaafka ah ee opioid-ka

1

Fiiri: middaan ma noqon kartaa isticmaalka xad dhaafka ah ee opioid ka?

Fiiri oo dhageyso:

- Neefsasho gaaban ama neefsasho la'aan
- Gurxan, xiiq, ama khuuro
- Maqaarka oo qaboow noqdo, jacjac yeesha
- In bishimaha ama cidiyuhu yihiin baluug ama gareey
- Dhallooyinka kaniiniyada, cirbado, ama aalkohool



Iskuday inaad toosiso:



- Rux-rux oo magacooda ku dhawaaq.
- Gacmahaaga si xoog ah u saar kor nafta xabadkooda oo riix.

Haddii aysan kicin, waa inaad isla markiiba sameyso falcelin!

2

Wac 911.



- Sheeg meesha aad joogto iyo in qofku uusan neefsaneyn.
- Looma baahna inaad wax ka sheegto darooga ama daawooyinka.

3

Sii naloxone oo billoow samatabixinta neefsashada.

- **Sii naloxone.** Raac tilmaamaha ku qoran baakada ama agabka samatabixinta marka uu qof qaato kuurooyin dheeraad ah.
- **Billoow samatabixinta neefsashada.**
- Haddii aysan xaaladoodu caadi noqon 3-5 daqiiqo, sii **kuurada labaad ee naloxone. Joogtee samatabixinta neefsashada.**



Samee samatabixinta neefsashada xataa haddii aadan haysan naloxone. Ogsijiintu waa muhiim!

4

La joog.

- Haddii ay bilaabaan inay kacaan ayna neefsadaan, la joog.
- **La joog illaa iyo inta kooxda gargaar caafimaadka ay imaanayaan.** Naloxone waxay jirka ka baxdaa 30-90 daqiiqo gudahood. Marka ay jirka ka baxdo, qofku wuxuu mar labaad joojin karaa inuu neefsado.
- Haddii ay qasab tahay inaad ka tagto, dhig meel ay kusoo kabsan karaan meel loogu imaan karo.



Sharciga Ilaalinta Dadka (Good Samaritan Law)

Haddii aad u hesho gargaar caafimaad qaadashada kuurada dheeraadka ah ama ku sumoowga khamriga, adiga iyo dhibbanaha laguguma dacweyn karo isticmaalka daawada, haysashada aad haysataan, ama haddaad cabtaan idinkoo da' yar.



WA RCW 69.50.315

Samatabixinta neefsashada



- Madaxa kor u taag. Kor u taag garka. Qabo sanko.
- Sii **2 neefsasho oo dhaqso ah.** Xabadku waa inuu kor usoo kacaa.
- Kadibna sii **1 neefsasho oo aayar ah 5 tii sikin oo walba.**
- **Joogtee** illaa ay bilaabaan neefsasho ama illaa kooxda gargaarka caafimaadka imaanayaan.

Goobta Dib usoo kabsashada

