

#### 4. После инъекции

- После вынимания иглы из вены, место укола прижать сухим тампоном или чистой бумажной салфеткой (не пальцем, потому что грязные пальцы или используемые ткани могут легко передать инфекцию). Это поможет избежать формирования синяка.
- Не вытирайте место укола спиртовой салфеткой (это мешает крови сгуститься, увеличивается кровотечение, может образоваться синяк, появляется опасность инфекций и рана заживает более медленно), и не облизывайте (слюна может вызвать серьезную инфекцию).
- Когда кровь остановлена, полезно помазать место укола специальным кремом для вен (Алоэ Вера, Витамин Е, и т.д.) для того, чтобы уменьшить опухоль и ускорить заживление.
- И не забывайте, необходимо менять места уколов и время от времени давать вашим венам перерыв. Курите, нюхайте или глотайте ваши наркотики, вместо инъекций.

### БЕРЕГИТЕ СЕБЯ

#### ВСЕГДА ИСПОЛЬЗУЙТЕ ПРЕЗЕРВАТИВ

- Использование презерватива во время вагинального секса, защищает Вас от ВИЧ, Гепатита В и С и других сексуально передаваемых инфекций, а так же предотвращает беременность.
- Использование презерватива во время анального секса защищает Вас от ВИЧ и Гепатит В и С и других сексуально передаваемых инфекций
- Использование презерватива во время орального секса защищает Вас от ВИЧ и сексуально переданных инфекций, которыми можно заразиться через рот.

#### ЗАБОТЬТЕСЬ О СВОЕМ ТЕЛЕ

- Если Вы чувствуете боль, появились признаки болезни, обратитесь к врачу.
- Не занимайтесь самолечением, только врач может оказать нужную помощь.
- Всегда заканчивают любой курс лечения, предписанной доктором, иначе инфекция может возобновиться.
- Регулярно обращайтесь за помощью, если лопнул презерватив или имелся незащищенный половой контакт.

# TAMPEP

European Network for HIV/STI  
Prevention and Health Promotion  
Among Migrant Sex Workers



© Проект ТАМПЕП, 2005  
При финансовой поддержке Европейской Комиссии  
DG SANCO, Департамент защиты здоровья и потребителей

TAMPEP International Foundation  
Obiplein 4  
1094 RB Amsterdam  
The Netherlands  
Tel: +31 20 692 6912  
Fax: +31 20 608 0083  
email: tampep@xs4all.nl  
www.tampep.eu

**RUSSIAN**  
**Safer drug use**

# БЕЗОПАСНОЕ УПОТРЕБЛЕНИЕ НАРКОТИКОВ

**Для получения подробной  
информации обращайтесь:**



# TAMPEP



➔ **Самое безопасное не употреблять наркотики, но если Вы употребляете наркотики есть способы уменьшить риск.**

➔ **Если Вы употребляете наркотики, очень важно знать о его безопасном употреблении!**

**Есть различные риски, связанные с употреблением наркотиков;**

- Вид наркотика,
- Способ употребления,
- Окружающая среда, в которой Вы используете наркотики.

В этом материале мы расскажем, как уменьшить риски, связанные с употреблением наркотиков.

Наиболее опасный путь использования наркотика - инъекция. Но Вы так-же рискуете, проглотивая, нюхая, куря или вдыхая наркотики.

Если бы мы могли бы представить иерархию из более безопасных методов использования наркотика, начинающегося с самого безопасного пути, это было бы похоже на это:

1. Не употреблять
2. Глотание
3. Курение
4. Вдыхание (через рот)
5. Вдыхание через нос
6. Инъекции.



## Глотание, курение или вдыхание

Если Вы глотали, курили или вдыхали через рот препарат, эффекты могут быть отсрочены в течение одного - двух часов и могут быть более сильными, чем Вы ожидали.

## Вдыхание через нос

**Имеет большой риск:**

- можно передозировать (чем глотая или куря);
- есть риск заражения ВИЧ, Гепатитом В и С (через оборудования для нюхания) .

### БЕЗОПАСНОЕ ВДЫХАНИЕ

- Всегда тщательно измельчайте кристалл порошок, для этого можно использовать две чистые ложки. Это поможет Вам контролировать дозу вдыхаемого порошка.
- Не используйте чужие соломки или трубку для нюхания, поскольку есть риск заражения Гепатита С. Маленькое количества крови может передаться между людьми, использующими ту же самую трубу или соломку.
- Денежные банкноты не желательными, поскольку они грязны и могут также передать кровь как с солодкой или трубками.

## Инъекции

Являются самыми опасными, поскольку есть угроза:

- Передозировки;
- Заражения ВИЧ, Гепатита В и С и другими инфекциями;
- Нарывов;
- Заражения крови (сепсиса), образующихся кровяных сгустков (тромбозы) и гангрены.

### СОВЕТЫ БЕЗОПАСНОСТИ

#### Предотвращение передозировки

- Точно убедитесь, какой препарат Вы вводите.
- Проверьте ваш наркотик. Точно знайте концентрацию препарата. Если Вы неупотребляли некоторое время ( две недели это уже опасно!), или покупаете наркотик у нового диллера, сначала введите маленькую дозу препарата.
- Если вы один, или находитесь в месте, где Вас не смогут найти не употребляйте наркотики
- Вы должны знать, что делать если кто - то передозировался.

## Предотвращение инфекций

### 1. Удостоверьтесь, что ваше оборудование чисто

- Используйте только стерильные шприцы и иглы;
- Используйте вашу собственную ложку, фильтр и воду (воду в бутылках или кипиченую (в течении 5 минут воду)
- Ни с кем не делитесь своим оборудованием.

### 2. Перед инъекцией

- Вымойте руки.
- Выберите место для инъекции.
- Не забудьте, необходимо менять места уколов, потому что слишком частое использование приведет к возникновению коллапса вены (разрушения).
- Перед уколом, протри участок инъекции спиртовой салфеткой или по крайней мере вымой водой с мылом.

### 3. Инъекция

- Расположитесь поудобней. Не забывайте, безопаснее употреблять наркотик в компании ваших друзей, чем одному (особенно в случае передозировки).
- Для перетягивания вены, используйте турникет, это уменьшит повреждения ваших вен от иглы,
- Протрите участок кожи спиртовой салфеткой
- Для минимального повреждения кожи, расположите шприц, под углом 45 градусов. Вводите препарат по направлению потока крови -к вашему сердцу.
- Оттяните поршень, пока в шприце не появится кровь, убедитесь что игла вошла в вену.
- Расслабте турникет.
- Медленно введите .

**Работая, оставайтесь открытым (или прямым, откровенным), это поможет контролировать ситуацию, договариваясь с клиентами.**