

ISTICMAALKA

BADAN (PSU)

DAROOGOYO

7 xaqiiqoyin oo qof walba u baahan yahay inuu ka ogaado PSU.

01 PSU WAXAY SABAB U TAHAY 63% DHIMASHOYINKA OVERDOSE-KA

El uso de múltiples sustancias estuvo involucrado en casi dos tercios de las muertes por sobredosis en los últimos años. Las cifras siguen aumentando. Estas muertes por sobredosis suelen ocurrir de manera accidental cuando las sustancias ilegales contienen fentanil.

02 PSU BADANAA SI AAN LOO OGEYN AYAY U DHACDAA

Mararka qaarkood dadku ma oga inay isku mar isticmaalayaan walxo kala duwan. Sababtu waa in ku dhowaad dhammaan kiniinnada been-abuurka ah iyo daroogooyinka waddooyinka lagu iibiyo lagu dhex dari karo qaddarro fentanyl ama xylazine (tranq) ah oo laga yaabo inay dilaa noqdaan.

03 PSU WAXAY KORDHISAA KHATARTA OVERDOSE-KA

Isticmaalka dhowr walax isku mar wuxuu ka dhigayaa saamayntooda mid xoog badan oo aan la saadaalin karin. Tani waxay kordhisaa khatarta overdose-ka iyo dhimashada.

04 KA SOO NOQOSHADA OVERDOSE-KA WAY ADKAAN KARTAA

Naloxone, oo sidoo kale loo yaqaan Narcan®, waxay dib u celin kartaa overdose-ka opioids-ka, laakiin kama shaqayso daroogooyinka kale. Si kastaba ha ahaatee, mar walba waa inaad naloxone kula jirtaa oo aad isticmaashaa marka aad aragto qof qaba overdose.

05 ISKU DARISTA UPPERS IYO DOWNERS ISMA BAABI'INAYSO

Daroogooyinka kiciya (uppers), sida cocaine, ecstasy, iyo meth, waxay leeyihiin saamayn ka soo horjeedda tan daroogooyinka dejiyaha ah (downers), sida khamriga, opioids-ka, iyo benzodiazepines-ka. Laakiin taasi macnaheedu ma aha inay midba midka kale baabi'inayaan. Dhab ahaantii, isku darka walxaha labada kooxood wuxuu keenaa khatar weyn oo overdose ah.

06 ISKU DARISTA DOWNERS WAXAY NOQON KARTAA DILAA

Daroogooyinka dejiyaha ah waxay hoos u dhigaan garaaca wadnaha iyo neefsashada. Marka la isku daro downers kala duwan sida khamriga, opioids-ka, iyo benzos, saamayntoodu way is-biirsan kartaa waxayna keeni kartaa kooma iyo dhimasho.

07 CABISTA KHAMRIGA INTA DAROOGO LA ISTICMAALAYO

Khamrigu waa walax dejisa hab-dhiska neerfaha. Cabista khamriga iyadoo lala isticmaalayo daroogooyin kale waxay kordhisaa khatarta overdose-ka waxayna dhaawici kartaa maskaxda, wadnaha, iyo xubnaha kale ee jirka.



BARO SIDAAD NAFTAADA U ILAALIN LAHAYD
[KNOWTHEDANGERS.COM/POLYSUBSTANCE-USE](https://www.knowthedangers.com/polysubstance-use)

KNOW
THE
DANGERS
.COM