

تناول جرعة زائدة من المواد الأفيونية والنالوكسون

تصرف وأنقذ حياة

Opioid Overdose and Naloxone Take A.C.T.I.O.N. and Save a Life (Arabic)

يمكن الوقاية من الوفيات الناجمة عن جرعة زائدة من المواد الأفيونية.

Opioid overdose deaths are preventable.

إذا كان لديك شك أنّ أحدهم قد تناول جرعة زائدة من مادة أفيونية، فجهّز النالوكسون الخاص بك وتصرف بسرعة.

If you suspect someone is experiencing an opioid overdose, have your naloxone accessible and take immediate A-C-T-I-O-N

ما هي المواد الأفيونية؟ What are opioids?

المواد الأفيونية هي صنف من الأدوية التي ترتبط بمستقبلات المواد الأفيونية في دماغنا وجسمنا للتخفيف من الألم، وقف السعال، وزيادة مشاعر المتعة والاسترخاء. تناول جرعات زائدة عن الحد من المواد الأفيونية قد يُبطئ تنفّسك ونبض قلبك. هذا يؤدي إلى غياب الأوكسجين في دماغك، الغيبوبة، توقّف القلب، والموت. قد يستغرق هذا من دقائق إلى ساعات، لذا فإن عامل الوقت مهم جدًا لإنقاذ حياة.

Opioids are a class of drugs that attach to opioid receptors in our brain and body to reduce pain, stop cough, and promote feelings of pleasure and relaxation. Taking too much opioids can slow your breathing and your heart rate. This leads to lack of oxygen in your brain, coma, heart stopping, and death. This process can occur in minutes or hours, so time is critical to saving a life.

بعض المواد الأفيونية الموصوفة الشائعة: Common prescription opioids include:

- هيدروكودون (فيكودين®، لورتاب®، نوركو®) (hydrocodone (Vicodin®, Lortab®, Norco®))
- ميثادون (methadone)
- كودين (codeine)

- أوكسيكودون (أوكسيكودون®، بيركودان®، بيركوسيت®)
- oxycodone (OxyContin®, Percodan®, Percocet®)
- مورفين morphine
- فنتانيل (دوراجيك®) (fentanyl (Duragesic®))
- بوبرينورفين (سوبوتاكس®، سوبوكسون®) (buprenorphine (Subutex®, Suboxone®))
- الهيروين، وهو عقار محظور، هو كذلك مادة أفيونية. Heroin, an illegal drug, is also an opioid.

ما هي علامات تناول جرعة زائدة؟ What are the signs of an overdose?

- شِفَاه/أظافر الأصابع زرقاء (رمادية إذا كان لون بشرتك أغمق)
- Blue lips/fingernails (ashen if you are darker hue)
- التنفّس غير المتكرّر، غير المنتظم، أو توقّف التنفّس
- Breathing that is infrequent, uneven or has stopped
- أصوات الشخير العميق أو الغرغرة
- Deep snoring or gurgling noises
- عدم الاستجابة لمنبهات الألم
- Unresponsive to pain stimulus
- بشرة رطبة Clammy skin
- بؤبؤ العين بارز Pinpoint pupils

ما هو نالوكسون؟ What is Naloxone?

نالوكسون (ناركان®، إفزيو®) هو عقار يعكس مؤقتًا الآثار الخطيرة لتناول الجرعة الزائدة من المواد الأفيونية. يُساعد الشخص على التنفّس مرّة أخرى ويوقظه. يمكن إعطاء النالوكسون كل 3 دقائق، ولا يعمل إلا إذا كان جسمك يحتوي على مواد أفيونية. لا يُمكن للشخص أن ينتشي منه أو أن يُصبح مدمنًا عليه. إنّه فعّال فقط لمدّة حوالي ساعتين.

Naloxone (Narcan, ®Evzio) is a drug that temporarily reverses the dangerous effects of an opioid overdose. It helps a person to breathe again and wakes them up. Naloxone can be given every 3 minutes, and only works if you have opioids in your body.

A person cannot get high on it or become addicted to it.

It is effective for **only** about 2 hours.

ما هي الخطوات التي يجب عليّ اتّباعها في حال تناول الجرعة الزائدة؟

What steps should I take during an opioid overdose?

اتبع الخطوات التالية: A.C.T.I.O.N steps:

أيقظ الشخص:

- نادي عليه باسمه
- حرّك كتفيه بقوة في محاولة لإيقاظه
- افرك قصه الصدري
- Shout their name
- Shake shoulders vigorously in attempts to arouse
- Sternal rub



ابحث عن علامات تناول جرعة زائدة:

Check for signs of overdose:

- تباطؤ أو توقف التنفس
- شفاه أو أطراف الأصابع زرقاء أو رمادية
- أصوات الشخير العميق أو الغرغرة
- عدم الاستجابة للألم
- Slowed or no breathing
- Blue and gray lips or fingernails
- Deep snoring and gurgling noises
- Unresponsive to pain



اتصل بـ 911: Telephone 911:

- اتصل بـ 911 و انتظر مع الشخص حتى تصل المساعدة
- Call 911 and stay with the person until help arrives



أعطه نالوكسون عن طريق الأنف:

Intranasal Naloxone:

- رش ناركان داخل الأنف في فتحة أنف واحدة

Spray intranasal Narcan into one nostril



الأكسجين::Oxygen:

- اعمل تنفّس الإنقاذ: نفّس واحد كل خمس إلى ست ثواني
- ابدأ الإنعاش القلبي الرئوي إذا كنت تعرف كيف أو اتبع تعليمات موظّف الإرسال

Do rescue breaths: 1 breath every 5-6 seconds

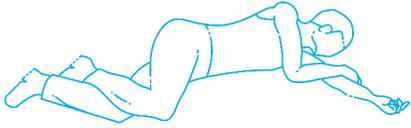
Start CPR if you know how or follow dispatch

instructions



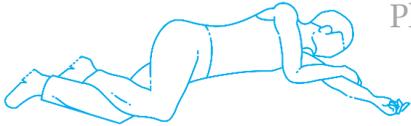
أعطه نالوكسون مرة أخرى::Naloxone Again:

- أعد إعطائه نالوكسون بعد 3 دقائق إذا لم يستجب الشخص بعد الجرعة الأولى
- ضع الشخص في وضعية التعافي (ممدودًا على جنبه)، إذا كان تنفّسه طبيعيًا
- انتظر مع الشخص حتّى تصل المساعدة



Repeat naloxone in 3 minutes if the person

does not respond after first dose



Place the person in recovery position (side lying), if breathing is okay

Stay with the person until help arrives



التعليمات بخصوص ناركان® للرش عبر الأنف

Instructions for Narcan® intranasal Spray

(لا يتطلّب ناركان تجميع قطع) (Narcan does not require assembly)



الخطوة الأولى: قم بإزالته من العبوة

Step 1: Remove from packaging



الخطوة الثانية: ضع الحافة في فتحة أنف الشخص

Step 2: Place the tip in the person's nostril



الخطوة الثالثة: اضغط على المكبس للرش واستمر في ذلك لمدة 2 - 3 ثواني

Step 3: Push on the plunger to spray and hold for 2-3 seconds

احرص على عدم الضغط على المكبس لدرجة دخول الفوهة في كامل فتحة الأنف

Be Careful not to Push the plunger until the nozzle is all the way into the nostril

مالذي لا يتوجب فعله في حال تناول جرعة زائدة؟

What **not** to do in an Overdose?

- لا تؤجّل الاتصال بـ 911
- لا تضع الشخص في حوض الاستحمام أو الاستحمام
- لا تعطي الشخص أي شيء للشرب
- لا تحقن الشخص بأي شيء
- لا تضع الماء على وجه الشخص أو تصفعه بشدة
- لا تترك الشخص إلى أن تصل المساعدة
- Do not **delay** calling 911
- Do not put the person in a bath or in shower
- Do not give the person anything to drink
- Do not inject the person with anything
- Do not pour water over the person's face or slap too hard
- Do not leave the person till help arrives

كيف أتجنب الجرعة الزائدة عن طريق الخطأ؟

How can I prevent an accidental overdose?

- لا تخلط أدويةك مع أي أدوية أخرى خصوصًا مسببات الاكتئاب كالكحول، بينزوديازيبين، أو أي شيء من شأنه أن يجعلك تشعر بالنعاس
- تناول أدويةك كما وُصفت لك
- احتفظ بأدويةك في مكان آمن ومغلق بعيدًا عن متناول الأطفال أو الحيوانات الأليفة
- تخلص من الأدوية غير المستعملة بطريقة صحيحة:
<http://www.med.umich.edu/1libr/Pharmacy/MedicationDisposal.pdf>
- Do not mix with other drugs especially depressants such as alcohol, benzodiazepines, or anything that makes you sleepy
- Take your medication as prescribed
- Store your medication in a safe and secure place out of reach of children or pets

- Dispose of unused medications properly:
<http://www.med.umich.edu/1libr/Pharmacy/MedicationDisposal.pdf>

أين أجد موارد للتدريب على إعطاء النالوكسون؟

Where can I find training resources on giving Naloxone?

- تدريب على التصرف باستعمال النالوكسون في حال تناول جرعة زائدة:
<http://www.overdoseaction.org>
لتحديد موعد للتدريب قريبًا منك.
- **Whi: Opioid Project**
<http://www.whiopioidproject.org>
للمقيمين في مقاطعة واشتينا
- **Prescribe To Prevent**
<http://www.Prescribetoprevent.org>
لواصفي الأدوية ومواد تعليمية إضافية بخصوص نالوكسون
- **Overdose Action Naloxone Training:**
<http://www.overdoseaction.org>
To schedule a training near you.
- **Whi: Opioid Project**
<http://www.whiopioidproject.org>
For residents in Washtenaw County
- **Prescribe To Prevent**
<http://www.Prescribetoprevent.org>
For prescribers and additional naloxone materials

إخلاء المسؤولية: تحتوي هذه الوثيقة على معلومات و/ أو مواد تعليمية قام بتطويرها طب ميتشيجان للمرضى المصابين بمثل حالتك تمامًا . وقد تحتوي على روابط لمحتوى موجود على الإنترنت لم يقدم طب ميتشيجان بإشائها ولا يتحمل طب ميتشيجان مسؤوليتها. وهي لا تحل محل الاستشارة الطبية التي تحصل عليها من مقدم رعايتك الصحية لأن تجربتك قد تختلف عن تلك الخاصة بالمرضى القياسي. تحدث مع مقدم رعايتك الصحية إذا كانت لديك أي أسئلة حول هذه الوثيقة أو حالتك أو خطتك العلاجية.

Disclaimer: This document contains information and/or instructional materials developed by Michigan Medicine for the typical patient with your condition. It may include links to online content that was not created by Michigan Medicine and for which Michigan Medicine does not assume responsibility. It does not replace medical advice from your health care provider because your experience may differ from that of the typical patient. Talk to your health care provider if you have any questions about this document, your condition or your treatment plan.

تم توفير التمويل من قبل معهد ميتشيجان للبحوث السريرية والصحية UL1TR000433
وزارة الصحة والخدمات الإنسانية في ميتشيجان، وشراكة الصحة النفسية المجتمعية في جنوب شرق ميتشيجان

Funding was provided by Michigan Institute for Clinical & Health Research UL1TR000433,
Michigan Department of Health and Human Services, and Community Mental Health
Partnership of Southeast Michigan.

الترجمة: خدمات الترجمة الشفوية بطب ميتشيجان

Translation: Michigan Medicine Interpreter Services

تعليم المرضى بواسطة طب ميتشيجان [Michigan Medicine](#) مُرخصة بموجب التشارك الإبداع العزو الغير تجارية / الترخيص العام
الدولي بالمشاركة بالممثل 4.0 للوثائق الحرة [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0](#)
2017/05 تمت آخر مراجعة في: [International Public Licensee 4.0](#)

Patient Education by [Michigan Medicine](#) is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International license](#). Last Revised 05/2017