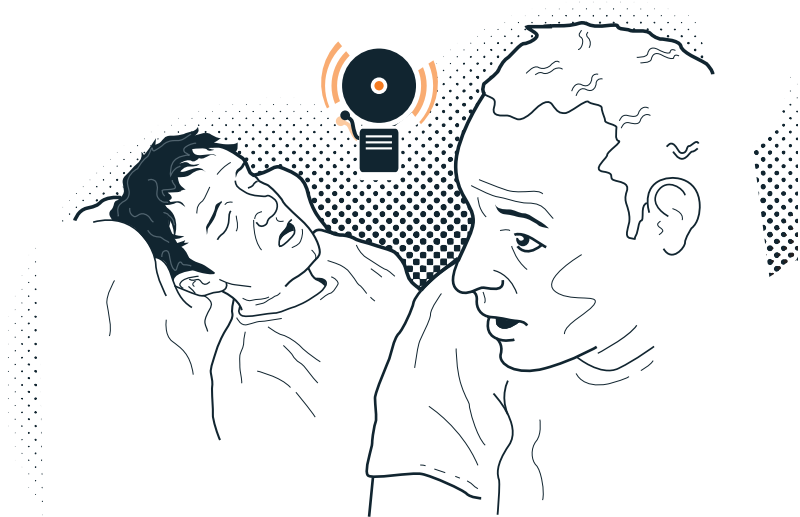




ÖVERDOS

VAD GÖR DU?



Om du agerar rätt och snabbt kan dödliga överdoser förhindras. Den här foldern hjälper till att förklara vad du kan göra.



Tecken på överdos:

- Personen är okontaktbar/svår att väcka
- Svårighet att andas eller snarkande andning
- Huden är ofta blek och/eller blåaktig



Ropa personens namn och gnugga hårt mot bröstbenet. Om du inte får någon reaktion måste du agera.



Öppna luftvägen genom att försiktigt
luta huvudet bakåt och lyfta hakan.



Titta, lyssna och känn efter andning.



Om andningen upphört
eller låter väldigt konstig
behövs HLR (hjärt- och
lungräddning) och
ambulans omgående.



Följ orange markering



Om personen andas
ska han/hon läggas
i framstupa sidoläge
och ambulans tillkallas.



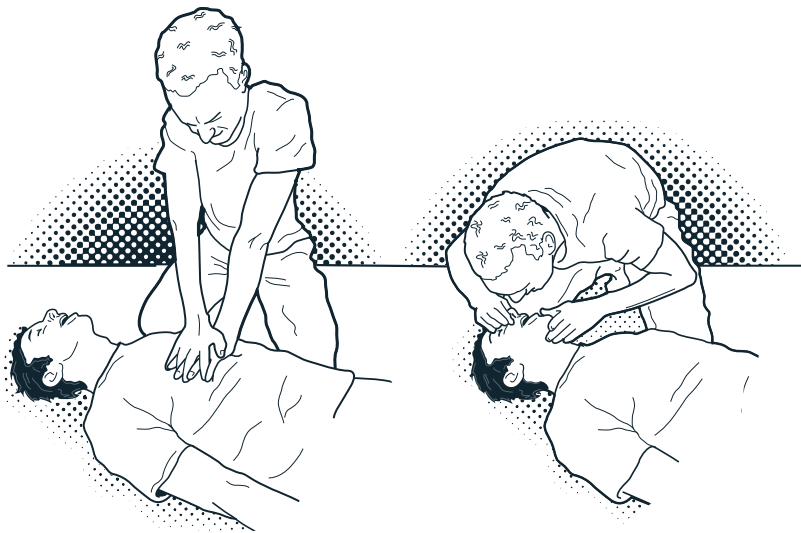
Följ blå markering



Få inte panik. Ring 112 direkt och berätta att någon slutat andas.



Om du har tillgång till naloxon, ger du det nu!



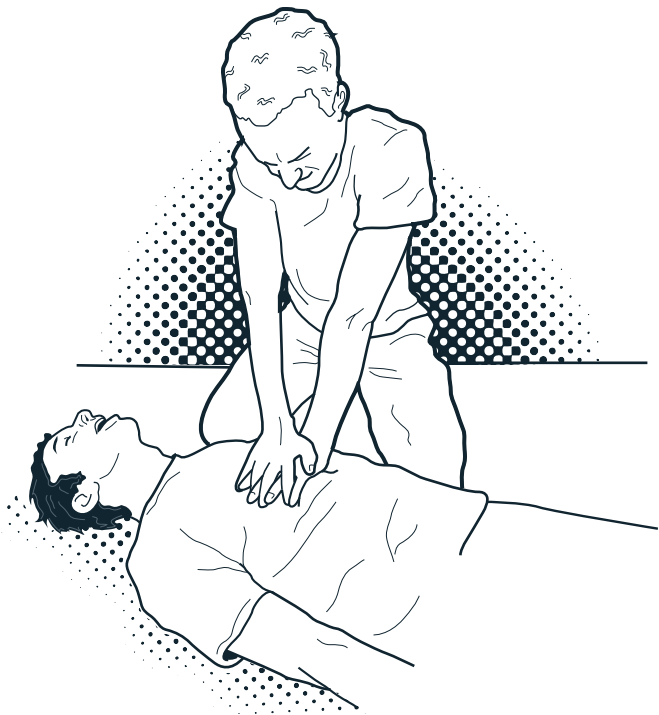
Bröstkompressioner och inblåsningar kan hålla personen vid liv tills ambulansen kommer.

30

KOMPRESSIONER

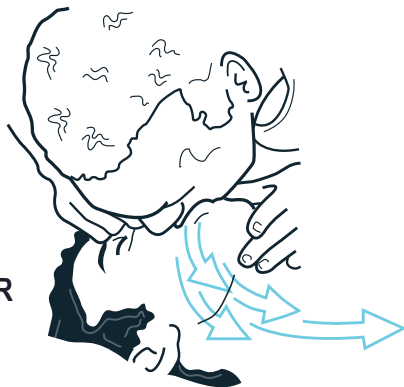


Knäpp händerna, placera dem mitt på bröst-korgen. Tryck hårt och snabbt 30 ggr, pressa ned 5-6 cm vid varje tryck.



2

INBLÅSNINGAR



Efter 30 kompressioner, gör 2 inblåsningar.
Håll för näsan, blås in luft med ett jämnt tryck,
släpp sedan näsan.



**OM DU HAR SVÅRIGHETER MED INBLÅSNINGAR
GÖR BARA KOMPRESSIONER**

30

KOMPRESSIONER



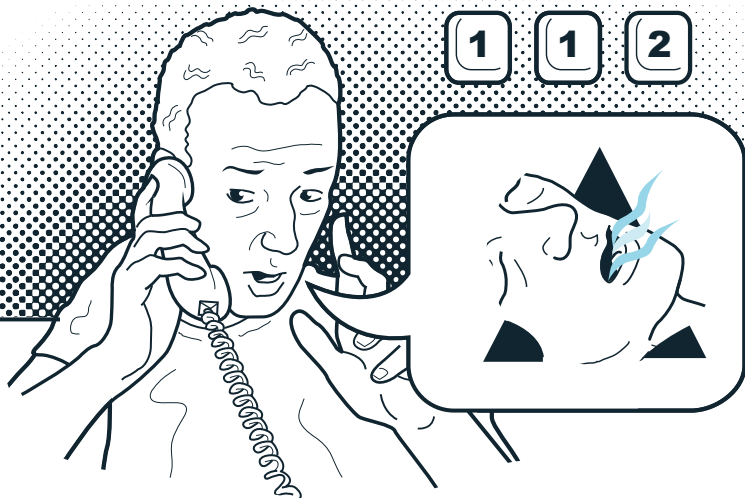
2

INBLÅSNINGAR



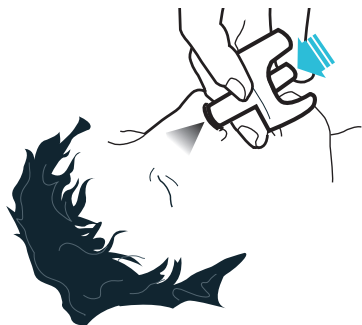
Fortsätt ge 30 kompressioner och sedan 2 inblåsningar tills ambulansen kommer eller personen vaknar.



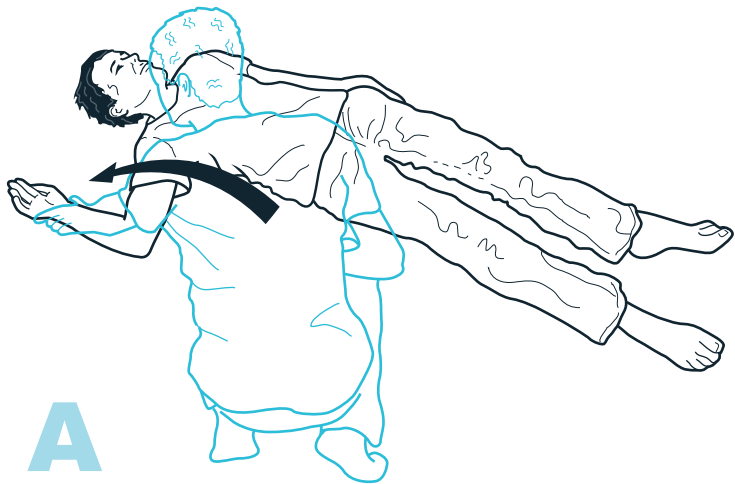


Om personen är medvetslös men andas lägg honom/henne i framstupa sidoläge och ring 112.

2



Om du har tillgång till naloxon, ger du det nu!



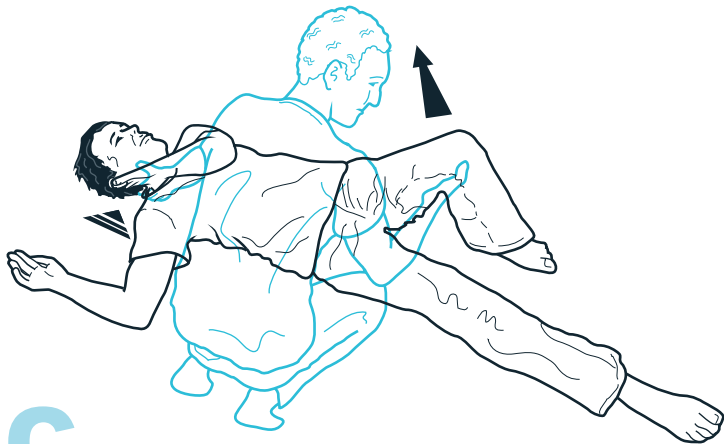
Börja genom att lägga ena armen uppåt som om personen vinkar.

4



B

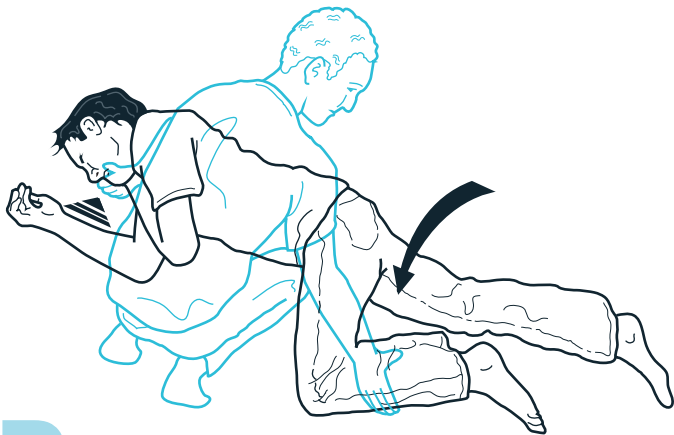
Lägg andra armen över bröstet och håll personens hand mot kinden.



C

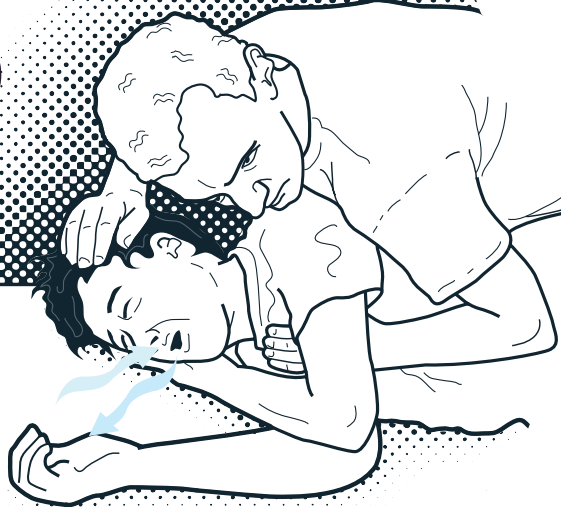
Lyft upp knät som är längst ifrån dig.
Fortsätt hålla handen mot kinden.

6



D

Vält över personen på sidan genom att dra det borte knät mot dig och ned.



Kolla att andningen fortsatt är igång. Om personen vaknar – ge dem absolut inte något att äta eller dricka.



Lämna aldrig personen ensam!
Stanna tills ambulansen kommer.

KOM IHÅG

- ✓ Ring 112!
- ✓ Om personen andas: framstupa sidoläge!
- ✓ Ge HLR om personen inte andas!
- ✓ Stanna tills hjälp kommer!

GÖR INTE

- ✗ Lämna inte personen ensam
- ✗ Ge inte mer droger
- ✗ Ge inte mat eller dryck
- ✗ Lägg inte personen i bad/dusch



FÖRHINDRA ÖVERDOS

Injicera inte ensam

Var tillsammans med andra när du injicerar så att ni kan hjälpa varandra om någon överdoserar. Tänk på att du har större risk för överdos efter en tids drogfrihet.

Injicera långsamt

Injicera en del av lösningen och vänta sedan en stund innan du tar resten.

Rök först

Efter ett uppehåll eller om du provar en ny sort, provrök lite först. Så du vet hur starkt det är.

Blanda inte

Tänk på att intag av flera olika droger samtidigt ökar risken för överdos.

Materialet är framtaget av Sprututbytet S:t Göran,
(tidigare Sprututbytet Karolinska Universitetssjukhuset).

