

Лекување со метадон во Викторија

Брошура со информации за
корисникот



VICTORIA
State
Government

Health
and Human
Services

Достапност

Доколку би сакале оваа публикација да ја добиете во достапен формат, ве молиме телефонирајте на 03 9096 5057 користејќи ја службата National Relay Service 13 36 77, ако е потребно, и побарајте го службеникот за развој на фармакотерапија (Pharmacotherapy Development Officer).

Издадено од Community Participation, Sport and Recreation, Health and Wellbeing Division, Victorian Government, Department of Health and Human Services, Melbourne, Victoria.

Со одобрение од State Government of Victoria, 50 Lonsdale Street, Melbourne.

© Copyright, State of Victoria, Department of Health and Human Services, 2016

Оваа публикација е авторско право, ниту еден дел не смее да се репродуцира со било кој процес освен по прописи од Законот за авторско право од 1968 година.

Печатено на одржлива хартија од Complete Colour

Содржина

Вовед	2
Доверливост	3
Предности од лекувањето со метадон	4
Метадон: лекот	5
Времетраење	5
Начин на консумација	5
Законот	5
Цена	5
Откажување	5
Дозирање	6
Несакани дејства од метадонот	6
Меѓусебни дејства со други лекови	7
Возење	10
Викторијскиот систем за метадон	11
Вашиот тим на лекувачи	11
Започнување	11
Рутината	13
Бременост	14
ХИВ-СИДА и хепатитис	16
Одење на одмор, патување и лек што се зема дома	17
Прекинување на метадонот	19
Прекин на лекувањето	21
Потешкотии и поплаки	21
Предупредување околу предозирање со метадон	22
Налоксон	23
Токсичност или предозирање со метадон: симптомите	26
Лекување со други лекарства	27
Контакти	28

Вовед

Лекувањето со метадон е начин на справување со многу од проблемите коишто можеби ги искусувате поради употребата на опиоиди како што се морфиум, оксикодон, петидин, кодеин или хероин. Со лицето што ви ги препишува лековите треба да разговарате за дрогите што ги употребувате.

Метадонот не е лек против потчинетост и зависност од опиоиди. Меѓутоа, започнувањето на метадон може да го симне притисокот околу одржувањето на земање на дроги што ви ствара проблеми. Може да во даде време да размислите, работите и да ги разрешите работите, без да се грижите дали ќе бидете во состојба да го одржите снабдувањето со дрога.

Метадонот се употребува за лекување на зависноста од опиоиди околу 30 години, иако начинот на кој се користи метадонот се има сменето многу за тоа време. Брошурава е за тоа како лекувањето со метадон работи денес.

Постојат два вида на метадонски програми:

- **програма на одржување (или долгорочна)** – ова е најчестиот вид на програма, која трае со месеци или години, а целта е да се намали оштетувањето поврзано со употребата на дроги и да се подобри севкупниот квалитет на животот
- **програма на откажување (или краткорочна)** – овој вид на програма обично трае со денови или недели, а метадонот се користи да помогне со непријатноста од откажувањето од опиоиди.

Повеќето луѓе подобро напредуваат со програмата на одржување, отколку со програмата на откажување. Која програма е за вас ќе зависи од вашите лични потреби и ситуација и за ова треба да се разговара со лицето што ви ги препишува лековите.

Доверливост

Доверливоста на информациите што вие му ги давате на лекарот или на медицинската сестра, како и информациите запишани во владините формулари, се заштитени со законот. Информациите може да бидат пренесени на медицинско лице или фармацевт со цел да се усогласи вашето лекување и да се обезбеди безбедно издавање на лекови. Може да се поделат со фармацевт ако квалификувате за помош со издавањето или ако законот тоа го бара.

Вие имате право на пристап до овие информации. Повеќе информации за Министерството за здравство и општествени служби (Department of Health and Human Services), за *Законот за здравствена евиденција од 2001 година (Health Records Act 2001)* како и за други закони за доверливост, може да се погледнат на веб страницата на министерството: www.health.vic.gov.au/privstat.htm.

Пристап до евиденцијата на Department of Health and Human Services може да се побара преку поддавање на барање за Freedom of Information при:

Freedom of Information Team
Department of Health and Human Services
GPO Box 4057
Melbourne 3001

Предности од лекувањето со метадон

Важни предности може да се добијат со тоа што ќе се започне со лекување со метадон, меѓутоа постојат и некои работи коишто треба внимателно да се земат в предвид. И двете се наведени подолу.

Предности од лекувањето со метадон

- Кога ја примате правилната доза, лекувањето со метадон ќе ви помогне со тоа што ќе ја спречи силната потреба да земете опиоидна дрога да ви предизвика проблеми и да избегнете принудена употреба.
- Ве стабилизира така што нема повеќе да си го поминувате времето во барање и земање на дрога.
- Може да ве чини многу помалку отколку одржувањето на проблематично користење на дрога.
- Ви помага да водите поздрав начин на живеење.
- Ако зематре дрога со шприц, се намалува ризикот од ХИВ-СИДА, Хепататис Б и Ц, затоа што нема да има потреба да вшприцувате.
- Ќе ви овозможи со помалку непријатност да се соочите со првобитните чувства на страдање при откажување.
- Ја отстранува потребата да се вршат криминални дела кај оние кои што земаат дроги кои што се забранети со закон.

Работи коишто треба да внимателно да се земат в предвид

- Се обврзувате секојдневно да доаѓате за вашата доза.
- Патувањето или одењето на одмор може да бидат потешки и ќе мора тие да се организираат доволно време однапред.
- Нема да добиете чувство на опиеност од дозата на метадон.
- Постојат несакани дејства (видете *Несакани дејства* на стр. 8).
- Метадонот е опиоидна дрога, затоа сè уште ќе бидете зависен од овој опиоид додека земате метадон.
- Метадонот е силна дрога и може да биде опасен ако не се употребува правилно.

Метадонот не е за секого. На некои луѓе може повеќе да им одговара лекување со други лекарства (видете *Лекување со други лекарства* на стр. 22). Други претпочитуваат програми на лекување со престој во установи или детоксификација. Можете повеќе да дознаете за алтернативите на лекувањето со метадон со тоа што ќе разговарате со вашиот лекар, медицинска сестра, советник, фармацевт или по телефон кај DirectLine (видете го делот за Контакти на крајот на оваа брошура).

Метадон: како лек

Метадонот е опиоид и поради тоа може да ги замени опиоидните дроги што ви предизвикуваат проблеми. Меѓутоа, метадонот се разликува на следните начини.

Времетраењето

Метадонот е лек со подолго дејство отколку другите опиоидни дроги. Една доза на метадон трае околу 24 часа, што значи една доза во денот. Дејствата на метадонот се чувствуваат приближно еден час по земањето на дозата; меѓутоа, максималните дејства од метадонот се чувствуваат 3-8 часа по земањето на дозата.

Консумација

Метадонот се голта во течна состојба.

Законот

Метадонот е законски на располагање со рецепта, доколку лицето што ви ги препишува лековите прво побара дозвола од Министерството за здравство и човечки служби.

Цена

Аптеките во заедницата и специјализираните служби за метадон ќе ви наплатат дополнителен износ за издавање на лекот, или по доза или на секоја недела.

Откажување

Метадонот подеднакво создава навика како и останатите опиоиди и кога ќе го прекинете метадонот ќе ги почувствувате истите симптоми на непријатност од откажувањето – иако тоа многу ќе зависи од тоа како го прекинувате метадонот. Со започнувањето на метадон вие можеби се справувате со вашата зависност од опиоиди, но сè уште ќе бидете зависни сè додека не го прекинете метадонот и сте слободни од употреба на дроги. Поради тоа што метадонот има толку долго дејство, симптомите на непријатност од откажувањето траат подолго отколку при откажувањето на хероин, но ова може да се надгледува за да се избегне преголема непријатност (видете стр. 15 *Прекинување на метадонот*).

Дозирање

Метадонот се препишува во различни дози, според индивидуалните потреби. На некои луѓе им се потребни повисоки дози (повеќе од 80 мг), додека на некои им се доволни пониски дози (под 40 мг). Докажано е дека на повеќето луѓе им се потребни по 60 или повеќе милиграми метадон дневно за да можат да ја постигнат целта и да се справат со проблемите околу нивната зависност и злоупотреба на опиоиди.

Несакани дејства од метадонот

Многумина што го земаат метадонот ќе искушат некои несакани симптоми за време на нивното лекување со метадон. Овие несакани симптоми се најчесто предизвикани затоа што дозата на метадон е премногу ниска, или премногу висока или од други несакани дејства на лекот.

- **Симптоми кога дозата на метадон е премногу ниска** се оние на непријатност од откажувањето од опиоиди: растечен нос, стомачни грчеви, лошење, повраќање, дијареа, болки во грбот или зглобовите, потење, раздразливо расположение, копнеење по дрога.
- **Симптоми кога дозата на метадон е премногу висока** се оние на поспаност, задремување, лошење и повраќање, плитко дишење, стеснети зеници, снижен крвен притисок, вртоглавица, слаб апетит. За повеќе податоци, видете на стр. 22 *Предозирање*.

Овие симптоми може да се корегираат со тоа што дозата ќе се приспособи – затоа веднаш кажете му на лицето што ви ги препишува лековите или на фармацевт ако ги искусите.

Метадонот може исто така да има несакани дејства коишто не се поврзани со дозата. Не сите имаат несакани дејства од метадон, меѓутоа вообичаено е да почувствуваат едно или повеќе од следното:

- **Потењето** често пати е зголемено, особено преку ноќ.
- **Тврда столица или запек** се јавува често, како што се случува при употреба на сите опиоиди. Пијте доволно вода и јадете повеќе овошје, зеленчук, интегрални производи. Вежбајте доволно.
- **Болки во мускулите и во зглобовите** може да се искушат, дури и тогаш кога дозата на метадон е соодветна. Некои луѓе кажуваат дека имаат болки од типот на реуматични болки во различно време.
- **Намалена желба за секс** се искусува при користење на било кои опиоиди, вклучувајќи ги тука и метадонот и хероинот. Меѓутоа, ова може да се подобри.
- **Осип по кожата и јадеж** се искусени од некои луѓе, но обично тоа се смирува.
- **Успивање** (на пример, поспаност, особено после земање на доза). Ова обично се подобрува во текот на една недела или малку повеќе, но може да има потреба дозата да се прилагоди.

- **Задржување на течност во телото** може да предизвика потеченост на рацете и нозете.
- **Губење на апетитот, лошење и повраќање** може да се искуси, но овие симптоми обично бргу се смируваат.
- **Стомачни болки (грчеви)** може да се јават, но обично бргу се смируваат. Некои од овие симптоми може лесно да се згрешат за симптоми на непријатност при откажувањето или како други здравствени состојби, па поради тоа треба да зборувате со лицето што ви ги препишува лековите или со фармацевт ако ги почувствувате.

Други можни проблеми се:

- **Расипување на заби** – метадонот, како и останатите опиоиди, го намалува производството на плунка. Плунката содржи антибактериски состојки коишто помагаат да се спречи расипување на забите и непцата. Лоша или нередовна исхрана како и недоволна забна хигиена исто така може да предизвикаат расипување на забите. Редовното миене на забите и цваќање на мастики за цваќање кои не содржат шеќер може да го спречат расипувањето на забите.
- **Промени кај менстуацијата** – многу жени имаат нередовна менстуација кога користат хероин или други опиоиди. Кај некои жени, менструалниот циклус се враќа во нормала за време на лекувањето со метадон, додека кај други продолжуваат нередовните менстуации додека земаат метадон. Кога се започнува метадонската програма, важно е да се размислува за контрацептивни средства, затоа што можно е повторно да ви се врати менстуацијата и да бидете под ризик да забремените.

Долгорочно, по сè изгледа метадонот не произведува некои позначителни здравствени проблеми. Несаканите дејства би требало да исчезнат откако ќе го прекинете метадонот.

Меѓусебни дејства со други лекови

Опасно е да се меша метадонот со други лекови без лекарски надзор.

Губење на свест и смрт може да бидат последици.

Сите имаат различна толеранција и реакција на лекови (дроги). Луѓето обично ја знаат својата толеранција, но може да биде тешко да се процени тоа кога се користат различни лекови во исто време. Последиците од користењето на повеќе лекови додека сте на метадон може да бидат опасно непредвидливи. (видете *Предупредување околу предозирање на стр 18*).

Повеќе работи може погрешно да се случат ако продолжите да земате лекови за кои вашиот лекар не знае дека ги употребувате (тука спаѓа и алкохолот), особено на почетокот на програмата.

- Метадонот, на некој начин, различно делува во споредба со другите лекови, затоа запамете ги следните поенти:
 - Може да не ги почувствувате дејствата на метадонот до после 6 до 8 часа по земањето на дозата. Не земајте други лекови неколку часа по земањето на дозата затоа што мислите дека метадонот не делува. Метадонот може да почне да делува и вие може да завршите со предозирање.
 - Метадонот се насобира во вашето тело првите неколку дена по започнувањето со лекување, па затоа не земајте други лекови претпоставувајќи дека метадонот ќе делува исто како вчера.
 - Ако продолжите да користите други опиоиди, со тоа само стварате поголема севкупна зависност од опиоиди, така што метадонот нема да може самиот да го контролира вашето копнење и принудена употреба на дроги.
- Метадонот е опиоид па, како и другите опиоиди, може да биде опасно ако земете премногу или ако го мешате со други лекови (на пример алкохол, апчиња за спиење или средства за смирување).

Мешањето на одредени средства за смирување и дроги со метадон доведува до комбинирање на нивните седативни дејства и тоа може да биде опасно и да доведе до предозирање. Ова е опишано подолу.

Алкохол

- Пиењето на голема количина на алкохол во краток период може да ве направи поспани и да влијае на вашата способност да возите. Алкохолот го засилува дејството на метадонот и го зголемува ризикот од предозирање, особено ако се меша со седативи.
- Пиењето на значителни количини на алкохол во текот на еден или повеќе денови и недели исто така може да го скуси делувањето на метадонот, доведувајќи до копнење на дрога пред да ја земете следната доза.

Седативи (средства за смирување)

Во комбинација со метадонот, Бензодиазепините (честопати средства за смирување и апчиња за спиење издадени со рецепт, како што се Serepax, diazepam, Mogadon, Normison, alprazolam, Ativan, Hypnodorm итн. како и лекот против епилепсија Rivotril) може да предизвикаат поспаност и, во некои случаи, губење на свеста и предозирање. Не смеете да ги земате додека сте на метадон терапија без одобрување од вашиот лекар.

Опиоиди

Морфиум, петидин, оксикодон, кодеин

- Ова се опиоиди, како што се хероинот и метадонот. Земањето на овие додека сте на метадон терапија е опасно затоа што можат да го зголемат ризикот од предозирање.

Хероин

- Хероинот и метадонот се опиоиди и кога се употребуваат заедно можат опасно да го зголемат ризикот од предозирање. Ова е особено вистинито ако го земате во првите неколку дена по започнувањето на метадонската програма.

Physeptone таблети

- Самиот метадон може да се користи како силен аналгетик (средство за смирување на болки) и се предава под името 'Physeptone'. Овие таблети не треба да се земаат додека сте на метадонската програма.

Dextropropoxyphene

Ова е аналгетик или средство за смирување на болки коешто се препишува од лекар. Во големи дози или заедно со други седативи кои делуваат на централниот нервен систем, како што се алкохолот, седативи и опиоиди (вклучувајќи го и метадонот), може да предизвика поспаност, губење на свеста, тешкотии со дишењето и предозирање. Се продава под имињата "Doloxene" и "Digesic".

Phenytoin

Ова е антиконвулзат (против грчење) кој што се препишува од лекар и често се користи за епилепсија и се предава под името "Dilantin". Phenytoin ќе го намали дејството на метадонот и може да предизвика нагон кон користење други опиоиди. Разговарајте за ова со лицето што ви ги препишува лековите.

Терапијата за ХИВ-СИДА и хепатитис Ц исто така може да предизвика некои интеракции и треба за тоа да се разговара со оној што ви ги препишува лековите

Општо гледано, ако земате било какви лекови, без двоумење разговарајте со лицето што ви ги препишува лековите и фармацевт за можните интеракции. Ако појдете кај друг лекар, кај медицинска сестра, забар или фармацевт или ако одите во болница, за вашата безбедност важно е да им кажете дека земате метадон.

Возење

Метадонот го зголемува деството на алкохолот и може да предизвика поспаност.

Метадонот може да влијае врз вашата способност да возите моторно возило, да ракувате со машини или да играте спорт.

Ова е особено важно во првите неколку недели од лекувањето додека да се стабилизирате на дозата или во време кога ви ја менуваат дозата. Трба да избегнувате да возите или да управувате со тешки машини во тоа време.

Ако возите, може да бидете под ризик да ви биде поништена дозволата доколку ви е нарушено возењето. Со Законот за безбедност на патиштата од 1986 година (с. 49 изменето 1990 год.) им е дозволено на судовите да ги поништат дозволите или да издадат казни (или затвор) за луѓето коишто возат под дејство на алкохол или било кои дроги и кои “се под толкаво влијание што не се во состојба да имаат доволна контрола врз моторното возило”.

Полицијата сега е во можност да издава задолжителни налози за проверка на крвта, особено ако возите автомобил којшто е вмешан во сообраќајна несреќа, а овие тестови може да опфатат широк домен на дроги и лекови, вклучувајќи опиоиди (и метадон). Одбивањето на алкотест или давање на крв за проверка е законски прекршок.

Осигурителните полиси за возилата честопати посебно споменуваат сообраќајни несреќи што се случуваат под дејство на алкохол или дроги. Барања за исплата на осигурувањето можат да бидат одбиени доколку компанијата верува дека вашето возење било доведено во прашање во времето кога се случила несреќата. Ова не би требало да биде проблем ако сте на стабилна доза на метадон. Ако автомобилот што го возите е осигуран, прочитајте ја внимателно осигурителната полиса.

Викторијскиот систем за метадон

Вашиот тим на лекувачи

Лекувањето со метадон може да биде пружено од страна на лекар од општа пракса (GP), медицинска сестра која што е квалификувана да лекува или од специјалистичка служба за лекување.

Викторијскиот систем за метадон се базира врз дозирање под надзор, вообичаено во аптека во заедницата, каде што фармацевтот не само што ќе ви ја издаде вашата доза, туку мора да биде задоволен/на дека правилно сте ја испиле. Имајте в предвид дека аптеките во заедницата и центрите за лекување ќе ви наплатат за услугата со која се покрива услугата за издавање на дозата како и сите административни трошоци, одредени по законот.

Во вашиот тим на лекувачи спаѓаат лицето што ви ги препишува лековите, советник и службата за издавање на дозата.

- Вашиот лекар е главно одговорен за вашето лекување и ви го препишува метадонот.
- Вашиот советник, кој понекогаш воедно, е и оној којшто ви ги препишува лековите, ви е на располагање за да можете да разговарате за вашите проблеми, целта што сакате да ја постигнете и сè друго што вие важно на вас.
- Вашиот пункт за дозирање (во многу случаи ова е вашата локална аптека) ви ја подготвува точната доза и ви ја дава секој ден. Често пати тие се спремни да раговараат за било какви проблеми со вас.

Вообичаено, специјалистичките служби за метадон прифаќаат клиенти коишто се упатени од лекар од општа пракса.

Започнување

1. Треба да стапите во контакт со служба за лекување или лекар од општа пракса којшто може да да препишува метадон. DirectLine е телефонска служба за советување која работи 24 часа и која издава упати и тие можат да ве стават во контакт со лице што ќе ви ги препишува лековите кое што ќе може да ви помогне. Исто така ќе треба веројатно да побарате локална аптека која е овластена да обезбедува дозирање под надзор. Уште еднаш, DirectLine може да ви помогнат и нивниот број е вклучен во делот за Контакти на крајот на оваа брошура.

При вашата прва посета, лицето што ви ги препишува лековите ќе ве процени преку прашања за вашата историја, преку преглед, земање на примероци од мокрача и крв и пополнување на владини формулари.

2. За вашата лична безбедност, важно е да бидете колку можете поотворени и искрени во врска со дрогите што ги имате користено, колку често, количината и како се чувствувате. Секој е различен, затоа оној што ви ги препишува лековите треба да знае за вашата ситуација и за вашето тело за да може подобро да ги процени вашите потреби. Доколку не сте сигурни дали да започнете со метадон, прашајте за други опции за лекување.

Обично се потребни неколку дена пред да можете да ја добиете првата доза на метадон.

3. Лицето што ви ги препишува лековите треба да добие официјална дозвола за да може да ви препишува метадон и да прати рецепт и слика до аптеката пред да можете да ја земете првата доза. Курирска служба може да го забрза ова, меѓутоа поскапо е. Во некои случаи, заради ваша безбедност, лицето што ви ги препишува лековите ќе треба да ги почека резултатите од крвта пред да ви го започне метадонот.
4. Почетна доза: вашиот лекар ќе започне на доза метадон, зависно од тоа што имавте користено и вашата општа физичка состојба. Поради тоа што метадонот може да биде опасен ако се даде во преголема доза (видете на стр. 6 *Несакани дејства од метадонот*, стр. 25 *Предупредување околу предозирање*), почетната доза е секогаш ниска заради безбедност.
5. Метадонот, како лек: метадонот е лек со долго дејство и потребни се неколку дена за да се насобере во вашиот систем. Првите две дози обично го немаат полниот ефект – често се потребни неколку дена пред почетната доза да достигне стабилно ниво во телото и да проработи во полд ефект.

Потребни се неколку часа метадонот да го постигне полниот ефект по земањето, затоа бидете трпеливи, контролирајте го нагонот да земе други лекови за да се справите со симптомите на откажување и контролирајте го нагонот да земе други опиоиди сè додека метадонот не го достигне полниот ефект. Ова може да биде од 3-8 часа откако сте го земале.

Дозата обично треба да се прилагодува во првите неколку недели од лекувањето за да не добиете нагон за враќање кон земање на опиоидите што сте ги користеле и со тоа да се ставите себе си под ризик од предозирање или да се вратите кон проблематично користење.

Може да бидат потребни неколку недели пред да почнете да се чувствувате задоволни со метадонот.

Овој почетен период е клучен, додека вашето тело се привикнува на метадонот. Работата на лицето што ви ги препишува лековите е да ја пронајде правилната доза за вас – доза којашто ќе ве држи 24 часа и ќе го намалува нагонот да го користите проблематичниот опиоид што го користевте пред тоа. Погодувањето на правилната доза ќе зависи од вас редовно да му кажувате на лицето што ви ги препишува лековите како се чувствувате и дали имате земено други лекови (или алкохол и апчиња).

Во текот на ова време, може да се јават симптоми, предизвикани од:

- недоволно метадон (непријатност од откажување од опиоиди)
- премногу метадон
- дејството на други лекови

или

- здравствени проблеми што не се поврзани со оав.

За времетраењето на почетната фаза од лекувањето треба редовно да одите кај. лицето што ви ги препишува лековите.

Заради сопствената безбедност, во текот на првата недела треба да одите неколку пати кај лицето што ви ги препишува лековите и почесто за време на првите неколку недели, за да им кажувате како ви е. Ако не се чувствувате задоволни на дозата или ако сте загрижени, прозборете за ова со вашиот лекар. Тој/таа ќе ви каже на што да внимавате во овој период – што е нормално, а што не е.

Неколку несакани работи може да се случат ако продолжите да земате лекови за кои лицето што ви ги препишува лековите не знае (тука спаѓа и алкохолот), особено на почетокот на програмата. Важно е да не користите други лекови и да бидете искерн за користењето на други лекови. Видете го делот за *Меѓусебни дејства со други лекови*.

Рутината

Лекувањето со метадон ве обврзува на рутина на секојдневно посетување на аптека или служба за лекување за да си ја земете дозата.

Треба редовно да одите кај лицето што ви ги препишува лековите, а тие може да организираат тестови за испитување на мокрачата. Овие тестови ги покажуваат опиоидите што можеби сте ги земале, вклучувајќи го и метадонот, како и други лекови.

Исто така може редовно да го посетувате и вашиот советник, иако во многу служби ова не е задолжително.

Ако вашата вообичаена служба за лекување нема советник, може да го прашате лицето што ви ги препишува лековите да ви организира некого или јавете се на DirectLine на 1800 888 236 за да добиете упат.

Бременост

Користењето на опиоиди, било тоа да се опиоиди издадени по рецепт, лекови за кои не е потребен рецепт како што е Nurofen Plus, или хероин додека сте бремена, често може штетно да делува како на вас како бремена мајка, така и на вашето дете. Слабата исхрана и слабото здравје, обилното пушење и не одење на предпородилни прегледи исто така можат да создадат проблеми во вашата бременост.

Кога вие имате за земање, тој нагон го има и вашето бебе. Ненадејни периоди на непријатност поради повлекување, коишто често се јавуваат кога се обидувате да си ја одржите навиката на хероин може да нанесе штета на вашето бебе и да доведе до слабо растење, спонтан абортус или предвремено породување.

Продолжување на користењето на опиоиди за време на бременоста предизвикува:

- **Предвремено породување:** 25 посто од бебињата се раѓаат толку пред време што им е потребна интензивна нега во болница.
- **Заостатантост на растот:** 20 посто од бебињата се мала тежина.
- **Синдром на повлекување:** 90 посто од бебињата страдаат од непријатност поради повлекување (ова се нарекува Синдром на предпородилна апстиненција) и на многу од нив им е потребна специјална нега, обично во болница. Исто така им се потребни и лекаства.

Непријатноста поради повлекување кај овие бебиња обично почнува во текот на првите 72 часа по раѓањето, но може да почне и било кога во текот на првите две недели по раѓањето. Симптомите може да траат и до шест месеци, но најсилни се во првите четири недели. Бебињата се неспокојни и раздразливи, плачат, се тресат, развиваат проблеми со цицањето и голтањето и мже да страдаат од дијареа и дехидрација.

Одржувањето на метадононот е честопати најдобрата можност за нормална бременост и здраво бебе.

Ова е така поради:

- ненадејните периоди на непријатност поради повлекување, коишто се многу штетни за вашео бебе, не се случуваат додека сте на редовни секојдневни дози
- вашиот начин на живеење станува редовен, што за многу жени значи подобро здравје, подобра исхрана и помалку стрес
- за корисниците на хероин е добро што знаат дека метадононот не е мешам со ништо друго.

Мајките коишто се одржуваат со метадонон се стабилизирани на доза за време на бременоста и тоа продолжува по пораѓајот. Бебињата што се родени кај мајки коишто се одржуваат со метадонон за време на бременоста истотака честопати имаат симптоми од воздржаност, коишто честопати треба да се лекуваат во болница. Сè на сè, метадононот предизвикува

помалку проблеми за време на бременост отколку проблематично користење на фармацевтски опиоиди или хероин.

Одење на чести контролни прегледи кај вашиот лекар или медицинска сестра за време на бременоста може да ви помогне да се гледате подобро себе си и вашето бебе.

Целосно повлекување од проблемитично користење на фармацевтски опиоиди или хероин за време на бременоста цо себе носи ризик од предвремено породување или растревожување на фетусот. Од важност е да се обидете да избегнете повлекување од метадонот за време на бременоста и да го одложите повлекувањето барем до после три месеци по раѓањето на вашето бебе. Останете на таа доза метадон со која сте задоволна и која ви го намалува користењето на други опиоиди.

Доењето на новороденчињата се препорачува, затоа што многу малку метадонсе пренесува преку мајчиното млеко. Долготрајните ефекти врз децата чии мајки биле одржувани со метадон се речиси незабележителни, зато што повеќето истражувања покажуваат дека психичките и физичките достигнувања на овие деца е во нормална граница.

Ако сте бремена ќе ви биде даден приоритет за лекување со метадон, доколку во проценат за соодветна. Исто така, ако вашиот партнер користи хероин, размислете заедно да ја почнете метадонската програма затоа што ќе ви биде тешко да прекинете ако околу вас сè уште постои злоупотреба.

За помош, јавете се на Royal Women's Hospital Women's Alcohol and Drug Service Unit (WADS) на телефонскиот број: (03) 8345 3931.

ХИВ-СИДА и хепатитис

Хив вирусот (кој предизвикува СИДА) и вирусите на хепатитис Б и Ц (кои предизвикуваат заболување на црниот дроб) често пати се пренесуваат од лице на лице преку делење на игли и друга опрема за вбригување кај оние коишто вбригуваат хероин или опиоиди што се издадени со рецепт.

Започнувањето на метадон им овозможува на луѓето полесно да избегнат делење на игли, и со тоа, се подобруваат вашите шанси да ги избегнете овие инфекции. Како и сите други, и вие треба да практикувате “безбеден секс” за да го намалите ризикот од добивање на ХИВ-СИДА или хепатитис. Тоа значи секогаш да користите презервативи (кондоми).

Тестирање за ХИВ-СИДА и за хепатитис Б и Ц не се предуслов за лекување со метадон. Тестирањето е доброволно – лицето што ви ги препишува лековите може ова да го организира, заедно со соодветно советување. Ако решите дека не сакате да се тестирате, ова нема да влијае врз тоа дали ќе започнете со метадон или не.

Ако сте зависник од опиоиди или сте ХИВ позитивен, ќе имате право на приоритетен пристап до метадонската програма ако ова е најдобриот начин на лекување за вас. Неодамнешните истражувања предлагаат дека лекувањето со метадон може да доведе до подобра реакција на имунитетот и воопшто подобро здравје за ХИВ позитивните корисници на хероин или други дроги што се вбригуваат со шприц.

Ако сте позитивни на хепатитис Ц, метадонот ќе ви го подобри здравјето. Можно е помалку да користите улични дроги, да имате подобра исхрана, подобар одмор и воопшто помалку стрес. Сите овие фактори веројатно придонесуваат за олеснување на болестите поврзани со хепатитис Ц.

Нова генерација на лекување на хепатитис Ц е сега на располагање. Лицето што ви ги препишува лековите може да ви ги понуди овие лекувања или можете да го прашате истото лице дали овие лекувања би ви одговарале на вас.

Одење на одмор, патување и лек што се зема дома

На почетокот на програмата ќе мора да одите во пунктот за земање на дозата метадон секој ден. Со текот на времето, можеби ќе биде можно да организирате дози што земаат дома – да ви биде овозможено однапред да си ја земете дозата дома со вас. Дозите што се земаат дома обично не се достапни за време на првите три месеци од лекувањето, а и потоа вашиот лекар ќе мора да изврши детално разгледување за да утврди дали вие сте соодветни за добивање на дози што се земаат дома. Добивањето на дозите што се земаат дома не е право и може да биде одобрено само доколку задоволите одредени услови наменети за да ја обезбедат вашата безбедност како и безбедноста на другите луѓе.

Може да одите на одмор или да патувате, но и вие и лицето што ви ги препишува лековите ќе треба однапред да ги договорите деталите, понекогаш со недели однапред. Можеби ќе биде возможно вашата локација за подигање на лекот да биде префрлена во аптека што ќе биде во близина на местото каде што ќе престојувате. Во Викторија, за ова ќе биде потребно две до три недели однапред да известите.

Ако патувате во другите држави во Австралија најмалку три недели однапред ќе треба да дадете известување, а тоа не значи дека ќе ви биде загарантиран успехот. Вашиот лекар може да ве посветува околу барањата за патување вон Викторија. Патувањето во странство може да не биде возможно во многу земји и потребно е добро да се испланира. Службата Pharmacotherapy, Advocacy, Mediation and Support Service (PAMS) можеби ќе може да помогне на клиентите што патуваат во странство (видете Контакти).

Ако биде потребно да одите во болница за операција или за повеќедневно лекување, вашиот лекар ќе може да организира дозата да ја добиете во болницата.

Дозите што се земаат дома. Дозите што се земаат дома се многу опасни за други луѓе. Не ја давајте вашата доза на други и не консумирајте дози со непозната јачина. Ако имате доза што се зема дома, чувајте ја на безбедно место.

Кога се употребува несоодветно, метадонот може да предизвика сериозно оштетување па дури и смрт. Иследниот суд на Викторија (Victorian Coroner's Court) забележува дека од 2010 до 2013 година во Викторија имало 147 смртни случаи поврзани со дозите на метадон којшто се земал дома (во 89 од овие смртни случаи лицата ја земале сопствената доза, а во 58 од смртните случаи лицето земало доза од лекот наменет за некој друг). Грижата е за безбедноста на дозите што се земаат дома, за тоа како ВИЕ самите ќе преземете одговорност за дозите што Ви се препишани BAM, за да се заштитите себе си и останатите.

- Ако имате доза што се зема дома, во секое време чувајте ја на сигурно или во заклучен шкаф поради безбедносни причини. Дозата што се зема дома треба да се извади од шкапот исклучиво пред да ја земете дозата.
- Не ги оставајте дозите што се земаат дома таму каде што некој друг би можел да ги види или да ги земе (на пр. не во фрижидер, во торба, на полица или на кујнска работна маса).
- Дозите што се земаат дома не смее да се чуваат во фрижидерот. Нема потреба тие да сучуваат во фрижидер и не треба таму да се чуваат поради ризикот некој друг да ги земе или дете погрешно да не помисли дека е пијалок.
- Од огромна важност е дозите што се земаат дома да се чуваат вон дофат на деца. Метадонот може да биде привлечен за децата мислејќи дека е сок за растворање со вода. Дозите на метадон што се земаат дома треба секогаш да се растворот на 200 милилитри.
Деца имаат починато откако го испиле метадонот наменет за нивниот родител.

Прекинување на метадонон

По извесно време, луѓето почнуваат да размислуваат за прекинување на метадонон. Нема одредено време кога ова да се стори. Општо земено, нема поента да го прекинете метадонон ако најверојатно ќе се вратите на не-медицинско користење на фармацевтски опиоиди или хероин. Прераното прекинувањето на метадонон може да ги поништи достигнувањата до кои биле потребни месеци или години да дојдете. Разговарајте со лицето што ви ги препишува лековите или со советник за тоа кога да го прекинете метадонон и сè опфаќа тоа.

Најдобриот начин да се прекине метадонон е постепено да се намали дозата во текот на неколку месеци, зависно од почетната доза. Со тоа што полека ќе ја намалите дозата, на телото му дозволувате постепено да се навикнува на помалку метадонон во системот. За ова е потребно да се планира и редовно одење кај лицето што ви ги препишува лековите. Ако приметите дека не се справувате добро со намалената доза, кренете ја или смалете ја брзината на намалување за кратко време и дозволете му на телото да си почине малку. На овој начин, повеќето луѓе можат да го прекинат метадонон и да избегнат повторно враќање кон користење на хероин.

Некои луѓе утврдуваат дека префрлувањето од метадонон на бупренорфин и потоа прекинувањето на бупренорфин е подобро за нив отколку прекинувањето на метадонон. Префрлувањето не може да се направи од високи дози на метадонон, затоа ќе треба да разговарате со лицето што ви ги препишува лековите за оваа опција и да бидете подготвени да поминете низ процес којшто може да биде долг за да постигнете успех.

Додека сте на метадонон вие сè уште сте зависни на опиоиди, па затоа очекувајте дека ќе поминете низ симптомите на повлекување кога ќе го прекинете метадонон, но овие симптоми во најголем дел може да се контролираат доколку повлекувањето е внимателно надгледувано.

Симптомите се исти како кога се прекинуваат било кои опиоиди, вклучувајќи ги и фармацевтските опиоиди и хероинот:

- растечен нос, просевање, воденикави очи
- лошење, губење на апетит, понекогаш повраќање
- дијареа (пролив)
- стомачни болки (грчеви)
- затегнатост на мускулите што доведува до главоболка, болка во грбот и грчеви во нозете
- болки во зглобовите
- потење
- пореметен сон
- раздражливо расположение

- нагон кон опиоиди
- недостиг на енергија.

Симптомите на повлекување се предизвикани од вашето тело кое се обидува да се навикне на недоволната количина на лекот во вашиот систем. Што побргу вашето тело треба да ја направи оваа промена, толку пожестоки ќе бидат симптомите и низ толку поголема непријатност ќе поминете.

Ако го прекинете метадонот и не користите никакви опиоиди и се воздржувате, постои зголемен ризик од предозирање со опиоиди и смрт ако повторно почнете да ги злоупотребувате опиоидите, освен ако тоа започнување внимателно не се проследува.

Прекинување на метадонот наеднаш доведува до значителни симптоми на повлекување, особено ако сте на доза поголема од 20-30 милиграми. Се препорачува да не се обидувате наеднаш да се отргнете од метадонската програма, затоа што непријатното чувство ги тера поголемиот дел луѓе повторно да се вратат на користење хероин. Премногу брзото намалување исто така ќе доведе до пожестоки симптоми на повлекување и многумина со ова потешко се справуваат отколку при повлекување од хероин.

Завршувањето на периодот на намалување на метадонот значи дека нема потреба веќе да одите да земате доза, но можете сè уште да одите кај лицето што ви ги препишува лековите и/или советникот ако сакате. На некои луѓе им е од помош да продолжат да одат кај лицето што им ги препишува лековите и/или советникот во периодот на повлекувањето, а на многумина им е корисно да се зачленат во група за само-помош.

Прекин на лекувањето

Мора секој ден да одите да си ја земате дозата, да одите на закажаните термини кај лицето што ви ги препишува лековите и советникот, како и да се придржувате на правилата поставени помеѓу вас и тимот на лекувачи. Било кое од долу наведените работи може да доведе до прекин на лекувањето:

- насилство или заканување на другите клиенти или на персоналот
- продавање на дроги
- диверзија, на пример, продавање на вашата доза или давање или делење на дозата на други
- пропуштање на дози (ако пропуштите четири дози поред, нема да добиете повеќе метадон без повторно да ве процени лекарот што ве лекува)
- постојано пропуштање на закажаните термини кај лицето што ви ги препишува лековите
- не плаќањето на надоместокот за издавањето на метадонот.

Потешкотии и поплаки

Доколку имате потешкотии со било кој аспект од вашето лекување, треба за тоа да разговарате со лицето што ви ги препишува лековите или тимот што ве лекува. Ако тоа нема ефект, јавете се на PAMS. Тоа е служба во склопот на Harm Reduction Victoria за луѓе коишто се на фармакотераписка програма како што се метадон, бупренорфин или налтрексон. PAMS дава доверлива помош на луѓето коишто искусуваат проблеми со својата програма и може да посредуваат кога ќе се јават проблеми меѓу службите што ја даваат услугата и нивните клиенти.

Исто така може да се јавите на DirectLine на 1800 888 236. Тие ќе можат да разговараат со вас за проблемот и, доколку е тоа соодветно, да ви помогнат да организирате да го префрлите вашето лекување кај друго лице што ќе ви ги препишува лековите, фармацевт или советник.

Ако имате значително важна поплака, може да се јавите на Комесарот за здравствените служби (Health Services Commissioner) на 1300 582 113.

Предупредување околу предозирање со метадон

Ризикот од предозирање со метадон е најголем кога за првпат почнувате со лекувањето и вие и лицето што ви ги препишува лековите сè уште не сте ја нашле праилната доза за да се контролираат симптомите на повлекување или дозите се премногу високи. Исто така постои ризик луѓето самите да си ги третираат симптомите со други лекови за смирување или да продолжат да злоупотребуваат или да го мешаат метадонот со други опиоиди или едноставно злоупотребуваат лекови и/или алкохол.

Ризикот од предозирање со метадон се зголемува ако го мешате со други лекови или алкохол.

Предозирање со опиоиди може да настане не само ако имате опиоиди (дроги од опиум од афион или синтетички дроги со слично дејство) во вашиот систем повеќе отколку што може вашето тело да поднесе, но исто така поради ефектите од истовремено земање на различни лекови. Исто како што луѓето може да искушат затруеност од опиоиди препишани од лекар или од хероин ако земат преголема количина или ги мешаат со други лекови, така може да се случи и со метадонот. Дејствата на разновидните опиоиди земени заедно го зголемуваат ризикот од сериозна тосичност. Главниот ризик од предозирање со опиоиди е откажување на дишните органи.

Откажувањето на дишните органи предизвикува бавно, плитко дишење и може да дојде и до уривање на доводот за воздух во грлото и тоа го попречува дишењето. Како и да е, доаѓа до спречување на доволно кислород да навлезе во белите дробови за да се снабдат телото и мозокот.

Лековите што го забавуваат нервниот систем (како што се алкохолот, седативите и средствата за смирување, некои антидепресанти, опиоиди и други аналгетици) можат да ги здружат дејствата кога ќе се земат заедно со метадон и со тоа се зголемува ризикот од предозирање, доведувајќи до поспаност, кома, откажување на дишните органи и, на крајот, смрт.

Ризикот од сериозна токсичност исто така може да се зголеми кога имате забилување на црниот дроб или на бубрезите, на пример хепатитис, затоа што лековите од крвта се прочистуваат побавно од нормално.

Ефектите од преголема доза на метадон и токсичност вклучуваат:

- бавен и нејасен (завлечен) говор
- забавени движења
- нестабилно одење
- слаба рамнотежа, вртоглавица, поспаност и задремување
- лошење и повраќање.

За време на сонот, може да се јави сериозна токсичност, каде што лицето:

- има плитко дишење
- делумно или целосно ја губи свест
- не може да се разбуди
- грчи или испушта звуци на кркореење
- има ситни зеници.

Ова е озбилен медицински ургентен случај и вие треба да им кажете на вашето семејство и пријатели за ова за да можат тие да препознаат сериозна токсичност ако дојде до тоа и под итно да повикаат возило за брза помош. Озбилна грешка во оваа ситуација би било да се остави некој да го “отспие” тоа. Во многу смртни случаи од предозирање, сведоците објасниле како оставиле некого со плитко дишење и кркореење да “го отспие” тоа, а потоа да ги најдат мртви после неколку саати.

Метадонот што се зема орално може да биде бавен во достигнувањето на полното дејство, обично од 3 до 8 саати по земањето на дозата, понекогаш откако лицето заминало на спиење и заспало. Ова е во спротивност со брзото започнување на дејството што се искусува со други опиоиди, особено кога тие се вбригуваат.

Ако корисник на дрога или пациент на метадон ја изгуби свеста (не може да се разбуди, грчи или испушта звуци на кркореење), веднаш повикајте возило за брза помош и дајте им реанимација уста-на-уста (кардиопулмонална) (курсеви нудат во St John Ambulance Brigade).

Налоксон

Ефектите од предозирање со метадон или хероин вообичаено можат да се одвратат со едноставна инекција со налоксон, затоа е важно да се повика возило за брза помош или лицето веднаш да се однесе во болница. Лекарите, медицинските сестри и болничарите од брзата помош мора да знаат кои лекови земало лицето што се предозирало (вклучувајќи го и метадонот).

Налоксон делува како противотров за предозирањето со опиоиди, предизвикано од хероин, морфиум, метадон и/или од лекар препишани опиоидни лекарства. Познат е уште и под заштитното име Narcan®. Нема можност да се злоупотреби.

Налоксонот го одвраќа потиснувањето на централниот нервен систем што е опасно по животот, кое предизвикува кома и намалено дишење затоа што поцврсто се врзува за опиоидните рецептори отколку многу други опиоиди.

Употребата на налоксон може да помогне да се намали ризикот од смрт или да се спречат некои здравствени компликации и состојби при не-смртоносно предозирање, као што се оштетување на мозокот поради недостиг на кислород или воспаление на белите дробови.

Со давањето на вештачко дишење и налоксон на лице кое е во кома предизвикана поради предозирање со опиоиди и чие дишење е премногу бавно и плитко, може да се спречат таквите компликации.

Налоксонот делува само ако лицето има опиоиди во својот систем.

Налоксонот ги принудува опиоидите да се отргнат од рецепторите за **кратко време (околу 30 до 90 минути)**, овозможувајќи одвраќање од комата и враќање на нормалното дишење. Меѓутоа, поради тоа што метадонот делува врз телото многу подолго, дури иако лицето се опорави од комата после примањето на инекцијата налоксон, сепак треба веднаш да се однесат во болница затоа што е сосема можно повторно да паднат во кома и да бидат во опасност од смрт од предозирање или пореметено дишење кое може да предизвика оштетување на мозокот.

Луѓето што започнуваат или продолжуваат со метадон лекување може да бидат со зголемен ризик од предозирање во текот на првите неколку дена од лекувањето, или ако дозата е премногу висока, или ако го мешаат со други лекови коишто го потиснуваат нервниот систем, како што се алкохолот или бензодиазепини. Може да им биде од корист да го имаат налоксонот на располагање за употреба ако предозираат.

Во Австралија, под Шемата за фармацевтски бенефиции (Pharmaceutical Benefits Scheme - PBS), налоксонот е на располагање во раствор од UCB "minijet" 400mcg/1ml. Секоја рецепта (која содржи пет "minijet") ќе го чини носителот на Health Care Card \$6.20 (или \$38.30 без картичка) (цената е тековна за јануари 2016 год.). "Minijet" за една употреба може сега да се купи и без рецепта како лек што се продава само во аптеките. "Minijet-от" е идеален давање на инекција во мускулот.

Лицето што ви ги препишува лековите може да понуди да ви препише налоксон или вие можете да го замолите да го стори тоа.

Повеќе информации за тоа како да го користите налоксонот може да добиете на австралиска интернет страницата кадешто тоа е објаснето: www.copeaustralia.com.au

Предупредување околу токсичност или предозирање

Постои опасност од токсичност (предозирање) и смрт ако други лекови кои ја намалуваат или смируваат активноста на мозокот се земаат заедно со метадонот без надзор.

Голем број луѓе имаат умерено земајќи метадон поради комбинираната токсичност на метадонот и други лекови. Лековите коишто треба да ги избегнувате се:

- алкохол
- средства за смирување (Rohypnol, Serepax, Valium, Mogadon, Normison, Euhypnos, Xanax и др.)
- барбитурати
- аналгетици како што се Digesic or Doloxene
- хероин
- мешавина од било кои од овие или земање во дози поголеми од препишаните.

Вашиот лекар или медицинска сестра може да ви препише лекови за смирување за да се намалат непријатните симптоми, но важно е да ги земате само во киличината што е наведена. Повисоки дози и неконтролираните комбинации на лекови и алкохол со метадон допринесуваат за неколку смртни случаи во Викторија секоја година.

Мешањето на лекови и алкохол со метадон е опасно.

Токсичност или предозирање со метадон: симптомите

Предозирањето обично се јавува поради мешањето на метадон со други лекови, како што се алкохолот, таблети за смирување препишани со рецепта и апчиња за спиење.

Ризикот од предозирање е највисок во првата недела од лекувањето со метадон.

Ако ги почувствувате симптомите на предозираниост опишани тука, не земајте друга доза на метадон пред да разговарате со лицето што ви ги препишува лековите.

Симптомите се разликуваат од човек до човек и може да вклучат едно или повеќе од следното:

Прва фаза: Разговарајте со лекар, медицинска сестра или фармацевт без одложување, или ако не сте сигурни, веднаш свртете на 000.

- Нејасен (завлечен) говор
- Нестабилно одење и лоша рамнотежа
- Поспаност
- Ситни зеници
- Забавено движење и бавно јадење
- Зашеметеност (“неприсебност”, збунетост)

Втора фаза: ова е озбилен ургентен случај: веднаш повикајте возило за брза помош и НИКОГАШ не го оставајте лицето да “го отспие”. Свртете на 000

- Во состојба кога не може да се разбуди (не може да се разбуди, невообичаено гласно грчење, кркоренење или плукање при дишењето)
- Млитави екстремитети, тело и врат
- Забавено и плитко дишење
- Сини усни и прсти

Ако налоксонот ви е достапен, веднаш вбригајте си го, но ова ќе овозможи само привремено одвраќање од предозирањето со метадон (30-90 минути). Метадонот по земањето во телото трае 24 часа или подолго, затоа обезбедете лицето што е можно побгу да се превезе во болница.

Лекување со други лекарства

Голем број на нови лекови за лекување на зависноста од хероин и други опиоиди станаа достапни во последните пет години. Нема еден лек што му одговара на секого. Постојат различни предности и неповолности кај сите. Исто така сите имаат различни несакани дејства, коишто може да бидат важни за некои луѓе.

Бупренорфинот има поволности за некои луѓе, вклучувајќи ги оние коишто сакаат да се повлечат од употреба на опиоиди.

Налтрексонот бара од лицето да се повлече од опиоиди као што е хероинот, па потоа ги блокира дејствата на овие лекови ако се земат. Употребата на овој лек се базира на целосно воздржување од користење на опиоидни дроги. Може да постои поголем ризик од предозирање ако се прекине.

Префрлувањето помеѓу метадонот и овие други лекови може да биде комплицирано и бара особено внимание за да се спречат несакани дејства. Можете да се префрлувате меѓу метадонот и овие лекови, но тоа мора внимателно да биде предводено од вашиот лекар.

Вие треба да разговарате за вашите опции и погодноста од различни медицински лекувања со вашиот лекар и фармацевт. Може да го разгледате повторно вашиот избор во било кое време во текот на лекувањето, особено ако се јават проблеми со лекот што го примате.

Контакти

Некои дополнителни извори на информации и совети:

DirectLine

Телефон: 1800 888 236

Веб-страница: www.directline.org.au

24 часовна служба која дава информации, советување и упати за сите работи околу лекови, вклучувајќи контакти со лекари, аптеки и советници коишто нудат метадонски услуги, како и локации на местата за размена на игли и шприцови.

Hepatitis Victoria

Infoline: 1800 703 003

Веб-страница: www.hepvic.org.au

Victorian Aids Council

Телефон: (03) 9865 6700

Веб-страница: www.vac.org.au

Living Positive Victoria

Контактна линија за ХИВ и сексуално здравје: 1800 038 125

Веб-страница: www.livingpositivevictoria.org.au

Living Positive Victoria е непрофитна организација во заедницата, кој ги претставува сите луѓе што живеат со ХИВ во Викторија од 1988 година и се обврзува за унапредување на човечките права и добросостојба на сите луѓе што живеат со ХИВ.

Информации за отрови

Телефон: 13 11 26

Emergency: 000

24 часовна служба која дава информации за дејствата на лековите, со совети за прва помош во случај на труење.

Self Help Addiction Resource Centre Inc. (SHARC)

140 Grange Road, Glenhuntly 3163

Телефон: (03) 9573 1700

SHARC Family Drug Help phone:

1300 660 068

Веб-страница: www.sharc.org.au

SHARC е центар за информации и мрежа на групи за само-помош. Може да ве повзат со локална група за само-помош.

Narcotics Anonymous

GPO Box 2470V Melbourne 3000

Телефон: (03) 9525 2833 (24-hour help line)

Веб-страница: www.navic.net.au

Narcotics Anonymous (NA) е здружение на мажи и жени коишто меѓусебно си помагаат за да останат независни од дрога. NA одржуваат повеќе од 40 состаноци за само-помош неделно низ градското подрачје на Мелбурн.

Royal Women's Hospital

Women's Alcohol and Drug Service (WADS)

Locked Bag 300, Parkville 3052
Телефон: (03) 8345 3931 or (03) 8345 2996

Овој оддел обезбедува советување, совети од специјалисти и нега за бремени жени коишто се зависни од хемикалии.

WADS е единствената служба во Викторија за дрога и алкохол којашто нудат специјалистички клинички услуги за бремени жени кои имаат зависност од комплексни супстанции.

Harm Reduction Victoria (HRV)

128 Peel Street, North Melbourne 3051
Tel: (03) 9329 1500
Fax: (03) 9329 1501
Email: admin@hrvic.org.au

Веб-страница: www.hrvic.org.au

Оваа служба нуди шиток опсег на информации за дроги. Исто така нуди поддршка и едукација страна на луѓе коишто се во слична ситуација, упати, размена на игли и застапување на корисниците на дрога, а во исто време поттикнуаат намалување на штетите кај корисниците на дрога како и во заедницата.

Pharmacotherapy, Advocacy, Mediation and Support Service (PAMS)

Телефон: 1800 443 844 or (03) 9329 1500
Веб-страница:
www.hrvic.org.au/pharmacotherapy

PAMS е служба која им е на располагање на клиенти кои примаат фармакотерапија, на оние што препишуваат лекови или на

фармацевтите за да помогнат да се решат проблеми кои се јавуваат околу пристапот или испораката на фармакотерапија. PAMS ќе посредуваат при решавањето на овие проблеми и службите што ги даваат овие услуги се поттикнуваат да им се јават на PAMS пред да решат да ја прекинат услугата на одредени клиенти.

DrugInfo

Телефон: 1300 858 584

Druginfo е служба за информации во зедницата која спаѓа под Australian Drug Foundation која дава информации за дроги/лекови на корисниците или студенти коишто студираат за дроги/лекови и кои подготвуваат проекти за тоа, како и давање на упати за советување.

Youth Drug and Alcohol Advice Line (YoDAALine)

Phone: 1800 458 685
Email: advice@yodaa.org.au

Службата нуди 24-часовен пристап до информации, совети и упати за потребите на младите што користат дрога и алкохол. Службата им е на располагање на младите луѓе, нивните семејства, здравствените работници, училиштата и било кој што е загрижен за млада личност.

