

Victoria'da metadon tedavisi

Kullanıcı bilgileri kitapçığı

Erişim

Bu yayını erişilebilir bir formatta almak istiyorsanız, lütfen Ulusal İletişim Servisi 13 36 77'yi kullanarak 03 9096 5057'ye telefon edin ve İlaç Tedavisi Gelişim Memurunu isteyin.

Toplum Katılımı, Spor ve Dinlenme, Sağlık ve Gönenc Bölümü, Victoria Hükümeti, Sağlık ve İnsan Hizmetleri Bakanlığı, Melbourne, Victoria tarafından yayınlanmıştır.

Victoria Eyalet Hükümeti, 50 Lonsdale Street, Melbourne tarafından yetkilendirilmiştir.

© Telif Hakkı, Victoria Eyaleti, Sağlık ve İnsan Hizmetleri Bakanlığı, 2016

Bu yayının telif hakkına sahiptir, 1968 *Telif Hakkı Yasası*'nın hükümlerine göre olmasının dışında hiçbir bölümü hiçbir yolla çoğaltılamaz.

Complete Colour tarafından sürdürülebilir kâğıda basılmıştır.

İçindekiler

Sunuş	2
Gizlilik	3
Metadon tedavisinin yararları	4
Metadon: ilaç	5
Süre	5
Tüketim	5
Yasa	5
Maliyet	5
Bırakmak	5
Doz	6
Metadonun yan etkileri	6
Diğer uyuşturucularla karşılıklı etkileşim	7
Araç sürmek	10
Victoria metadon sistemi	11
Tedavi ekibiniz	11
Başlama	11
Rutin	13
Gebelik	14
HIV-AIDS ve sarılık	16
Tatiller, seyahat ve alınıp götürülenler	17
Metadonu bırakmak	19
Durdurulan tedavi	21
Güçlükler ve şikayetler	21
Metadon aşırı doz uyarısı	22
Diğer ilaç tedavileri	27
İlişkiler	28

Sunuş

Metadon tedavisi, morfin, oksikodon, petidin, kodein veya eroin gibi opioidlerin kullanımı nedeniyle yaşadığınız sorunların birçoğunu ele alma yoludur. Kullandığınız uyuşturucuları reçete yazan kişinizle görüşmelisiniz.

Metadon, opioid bağımlılığı veya düşkünlüğü için bir çare değildir. Ancak, metadona başlamak, sizin için sorunlara neden olan uyuşturucu kullanımını sürdürme üzerindeki baskıyı alabilir. Size uyuşturucu tedarikini sürdürüp sürdürmeyeceğiniz üzerinde endişeye kapılmaksızın düşünecek, çalışacak ve sorunları çözecek zaman verebilir.

Metadon, kullanım şekli zaman içinde birçok kez değişmiş olmasına karşın, yaklaşık 30 yıldır opioid bağımlılığını tedavi etmek için kullanılmaktadır. Bu kitapçık, metadon tedavisinin bugün nasıl çalıştığı hakkındadır.

İki tür metadon programı vardır:

- **sürdürme programı (veya uzun süreli program)** – bu, en yaygın programdır, aylar veya yıllar sürer ve hedef, uyuşturucu kullanımı ile bağlantılı zararı azaltmak ve tüm yaşam niteliğini iyileştirmektir
- **bırakma programı (kısa süreli program)** – bu tür program genellikle günler veya haftalarca sürer ve metadon, opioidleri bırakmanın rahatsızlığını azaltmak için kullanılır.

Çoğu kişi, bırakma programı yerine sürdürme programında daha başarılı olduklarını görür. Size uygun program, belirli ihtiyaçlarınıza ve durumunuza bağlı olacaktır ve bu, reçete yazan kişinizle görüşülmelidir.

Gizlilik

Doktorunuza veya hemşirenize verdiğiniz bilgilerin ve hşkşmet formlarına kaydedilen bilgilerin gizliliği yasalarla korunur. Bilgiler, tedavinizi koordine etmek ve gşvenlikli reğetelemeyi sağlamak için bir tıbbi pratisyene veya eczacıya iletilebilir. İlaç için desteğe hakkınız varsa veya başka durumda yasa gerektirdiğinde, bilgiler bir eczacı ile paylaşılabilir.

Bu bilgilere erişme hakkınız vardır. Sağlık ve İnsan Hizmetleri Bakanlığı, 2001 *Sağlık Kayıtları Yasası* ve diğer gizlilik yasaları hakkında daha fazla bilgi, bakanlığın www.health.vic.gov.au/privstat.htm sitesinde izlenebilir.

Sağlık ve İnsan Hizmetleri Bakanlığı kayıtlarına erişim, şu adrese Bilgilenme Özgřrlřđő başvurusunda bulunarak istenebilir:

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

Metadon tedavisinin yararları

Metadona başlamakla elde edilecek büyük yararlar vardır ama dikkatle göz önüne almanız gereken bazı konular da bulunmaktadır. Her ikisi de aşağıda sıralanmıştır.

Metadon tedavisinin yararları

- Doğru dozu aldığınızda metadon tedavisi, size sorun yaratan kullanma baskısını önleyecek ve zorunlu kullanımdan kaçınacaksınız.
- Sizi dengeleyecektir, böylece artık uyuşturucuyu aramak ve kullanmak için zaman harcamayacaksınız.
- Sorunlu uyuşturucu kullanımından çok daha aza mal olabilir.
- Daha sağlıklı bir yaşam sürdürmenize yardımcı olur.
- İğne vuruyorsanız, buna gerek kalmayacağı için HIV-AIDS, B ve C türü sarılık risklerini azaltır.
- İlk bırakmayı daha az rahatsızlıkla ele almanıza olanak tanır.
- Yasadışı opioid kullananlar için suç işleme gereğini ortadan kaldıracaktır.

Göz önüne alınması gereken konular

- Dozunuz için her gün hazır bulunmakla yükümlüsünüz.
- Seyahatler ve tatiller zor olabilir ve çok daha önceden düzenlenmelidir.
- Metadon dozunuzdan keyif verici etki almazsınız.
- Yan etkiler vardır (8'inci sayfadaki *Yan etkiler* bölümüne bakın).
- Metadon bir opioiddir, bu durumda, metadon kullanırken bu opioide hâlâ bağımlısınız.
- Metadon güçlü bir uyuşturucudur ve yanlış kullanılırsa tehlikeli olabilir.

Metadon herkes için değildir. Kimileri diğer uyuşturucularla tedavi için daha uygun olabilir. (Sayfa 22'de *Diğer uyuşturucu tedavileri* bölümüne bakın). Diğerleri evde tedaviyi veya detoksifikasyonu tercih edebilir. Doktorunuzla, hemşirenizle, danışmanınızla, eczacınızla veya Doğrudan Hattı arayarak (bu kitapçığın sonundaki ilişkiler bölümüne bakın), metadon tedavisinin alternatifleri hakkında daha fazla bilgi alabilirsiniz.

Metadon: İlaç

Metadon bir opioiddir ve sorunlarınıza neden olan opioidlerin yerine geçebilir. Ancak, aşağıdaki yönlerde farklıdır.

Süre

Metadon, diğer opioidlerin çoğundan daha uzun süre etkilidir. Bir doz metadon 24 saat sürer, böylece günde tek doza olanak sağlar. Metadonun etkileri, bir doz alındıktan sonraki bir saat içinde hissedilir; ancak, uyuşturucunun etkisinin doruğa ulaşması dozdan 3-8 saat sonra hissedilir.

Tüketim

Metadon sıvı şeklinde yutulur.

Yasa

Metadon, reçete yazan kişinin önce Victoria Sağlık ve İnsan Hizmetleri Bakanlığı'ndan izin alması koşuluyla, reçete ile yasal olarak mevcuttur.

Maliyet

Toplum eczaneleri ve uzman metadon servisleri sizden, metadonu hazırlamak için, doz başına veya haftalık olarak ücret alacaklardır.

Bırakmak

Metadon, diğer opioidleri gibi bağımlılık yapar ve metadonu bıraktığınızda, bırakma belirtileri yaşayacaksınız, ama bunun önemli bir kısmı metadonu nasıl bıraktığınıza bağlıdır. Metadona başlayarak opioid bağımlılığınızı denetliyor olabilirsiniz ama metadonu bırakana ve uyuşturucudan arınana kadar hâlâ bağımlı olacaksınız. Metadon uzun süreli etkiye sahip bir ilaç olduğundan, bırakma belirtileri eroini bırakmaktan daha uzun sürer, ancak bu, çok fazla rahatsızlıktan kaçınmak üzere denetlenebilir (15'inci sayfadaki *Metadonu bırakmak* bölümüne bakın).

Doz

Metadon, bireysel ihtiyaca bağılı olarak, farklı dozlarda reçetelendirilir. Kimileri yüksek doza (80 mg'den fazla) ihtiyaç duyarken diğerkleri için çok daha düşük doz (40 mg'den az) yeterli olur. Kanıtlar çoğu kişinin, opioid bağımlılığı ve kötüye kullanım sorunlarını denetleyebilme hedeflerine ulaşmak için günde 60 mg veya daha fazlasına ihtiyaç duyduğunu göstermektedir.

Metadonun yan etkileri

Metadon kullanan birçok kişi, tedavi süreleri sırasında bazı istenmeyen belirtiler yaşayacaktır. Bunlara genellikle metadonun dozunun çok düşük, çok yüksek olması veya uyuşturucunun diğerk yan etkileri neden olmaktadır.

- **Metadon dozunun çok düşük olmasının belirtileri**, opioidi bırakmanıninkilerdir: burun akıntısı, karın krampları, bulantı, kusma, ishal, bel ve eklem ağrısı, terlemek, sinirli ruh hali, uyuşturucu arzulamak.
- **Metadonun dozunun çok yüksek olmasının belirtileri**, uyku sersemliği, uyuklamak, bulantı ve kusmak, derin olmayan nefesler, iğne ucu gözbebekler, düşük tansiyon, baş dönmesi ve iştahsızlıktır. Daha fazla bilgi için 18'inci sayfadaki *Aşırı doz* bölümüne bakın.

Bu belirtiler, dozun ayarlanmasıyla düzeltilebilir – bu nedenle, bunları yaşıyorsanız derhal reçetenizi yazan kişiye ve eczacınıza söyleyin.

Metadonun ayrıca dozla ilgisi olmayan yan etkileri de olabilir. Metadonun herkesin üzerinde yan etkisi olmaz, ama şunların bir veya daha fazlasını yaşamak kişiler arasında yaygındır:

- **Terleme** sıkça artar, özellikle de geceleri.
- **Kabızlık**, tüm opioidlerde olduğu gibi oldukça yaygındır. Bol su için ve daha fazla meyve, sebze ve kepekli ürünler yiyin. Çok egzersiz yapın.
- Metadonun dozu yeterli olsa bile, **eklem ve kas ağrısı** yaşanabilir. Kimileri farklı zamanlarda romatizma benzeri ağrı ve sızılar belirtir.
- Metadon ve eroin dâhil herhangi bir opioid kullanımı ile **daha az cinsel dürtü** yaşanır. Ancak bu, durulabilir.
- Kimi kişiler **cilt kızarıklığı ve kaşıntısı** yaşar, ama bu, genellikle durulur.
- **Yatışma** (örneğin, özellikle bir dozdan kısa süre sonra uyuşukluk). Bu genellikle yaklaşık bir hafta içinde durulur, ama dozun ayarlanması gerekir.
- Ellerin veya ayakların şişmesine veya 'kabarmasına' neden olan **sıvı tutulması**.

- **İştah kaybı, bulantı ve kusma** olabilir, ama bu belirtiler genellikle çabucak durulur.
- **Karın ağrısı (kramplar) olabilir**, ama çabucak durulur. Bu belirtilerin bazıları kolayca, bırakma belirtileri veya diğer tıbbi sorunlar sanılabilir, o nedenle, bunları yaşarsanız reçetenizi yazan kişiyle veya eczacınızla konuşmalısınız.

Diğer olası sorunlar şunları içerir:

- **Diş çürümesi** – tüm opioidler gibi metadon da tükürük oluşumunu azaltır. Tükürük, dişlerin ve diş etlerinin bozulmasını engellemeye yardımcı olan antibakteriyel maddeler içerir. Kötü ve düzensiz beslenme ve yetersiz diş bakımı da diş çürümesine katkıda bulunur. Dişlerin düzenli olarak fırçalanması ve şekersiz çiklet çiğnenmesi diş çürümesini önleyebilir.
- **Adet görmede (aybaşlarında) değişiklikler** – birçok kadında, eroin veya diğer opioidleri kullandıklarında düzensiz aybaşları olur. Birçok kadında adet görme dönemleri, metadon tedavisi sırasında normale döner, oysaki metadon kullanan diğerlerinde düzensiz adet görmeler devam eder. Metadon programına başlarken, yeniden aybaşlarınız başlayabileceği ve gebe kalma riski yaşayabileceğiniz için gebelikten korunma hakkında düşünmek önemlidir.

Uzun sürede, metadonun önemli bir sağlık sorununa neden olduğu görülmez. Metadonu bıraktığınızda tüm yan etkilerin geçmesi gerekir.

Diğer uyuşturucularla karşılıklı etkileşimler

Tıbbi denetim olmadan metadonu diğer uyuşturucularla karıştırmak tehlikelidir.

Sonuç bilinçsizlik ve ölüm olabilir.

Herkesin bedeni uyuşturuculara karşı farklı dayanıklılık ve tepki gösterir. İnsanlar genellikle bedenlerinin dayanıklılığının ne olduğu bilir ama aynı anda farklı uyuşturucular kullanıldığında yargıda bulunmak güç olabilir. Metadon alırken birkaç uyuşturucu kullanmanın etkileri tehlikeli şekilde öngörülemez olabilir. (18'inci sayfadaki *Aşırı doz uyarısı* bölümüne bakın).

Doktorunuzun bilmediği uyuşturucuları (bu, alkolü de içerir), özellikle programınızın başlarında, kullanmayı sürdürürseniz, birkaç şey kötüye gidebilir.

- Metadon, kimi yönlerde, diğer çoğu ilaçlarla farklı çalışır, o nedenle şunları unutmayın:
 - Metadonun etkilerini dozunuzdan 6-10 saat sonrasına kadar hissetmeyebilirsiniz. Dozunuzdan sonraki birkaç saat içinde diğer uyuşturucuları kullanmayın, çünkü metadonun çalışmadığını varsayabilirsiniz. Metadon etkilemeye başlayabilir ve siz aşırı doz alımı yaşayabilirsiniz.
 - Tedavi başladıktan sonraki ilk birkaç gün içinde metadon sisteminizde güçlenir, o nedenle metadonun dünkü etkisinin bugün de aynı olacağını düşünüp diğer uyuşturucuları kullanmayın.
 - Diğer opioidleri kullanmayı sürdürürseniz, daha büyük bir opioid alışkanlığı yaratıyorsunuz, böylece metadonunuz arzunuz ve zorlayıcı kullanımınızı tek başına kontrol edemez.
- Metadon bir opioiddir ve diğer opioidler gibi, çok fazla alırsanız veya (alkol, uyku ilaçları veya sakinleştiriciler gibi) diğer uyuşturucularla karıştırırsanız, tehlikeli olabilir.

Yatıştırıcı maddeler ve uyuşturucuların metadonla karıştırılmasının etkileri onların yatıştırıcı etkilerini birleştirir ve aşırı doza yol açarak tehlikeleri olabilir. Bu, aşağıda tanımlanmıştır.

Alkol

- Kısa süre içinde büyük miktarlarda alkol içmek sizi uyuşturabilir ve araç sürme yeteneğinizi etkiler. Alkol, metadonun etkisine katkı yapar ve özellikle yatıştırıcılarla da karıştırılırsa aşırı doz riskini artırır.
- Bir veya birkaç gün ve hafta içinde önemli miktarda alkol içmek metadonun etki süresini de kısaltabilir, bu da bir sonraki dozunuzdan önce canınızın istemesine neden olur.

Yatıştırıcılar

Metadonla birleştirildiğinde Benzodiazepinler (yaygın olarak reçetelendirilen, Serepax, diazepam, Mogadon, Normison, Normison, alprazolam, Ativan, Hypnodorm, vs. ve sara karşıtı ilaç Rivotril gibi sakinleştiriciler ve uyku ilaçları) uyuşukluğa ve kimi durumlarda, bilinç kaybına ve aşırı doza neden olabilir. Tedavi eden doktorunuzun onayı olmadan, metadon alırken bunlar da alınmamalıdır.

Opioidler

Morfin, Petidin, Oksikodon, Kodein

- Bunlar, eroin ve metadon gibi opioidlerdir. Metadon alırken bunları kullanmak tehlikelidir çünkü aşırı doz riskini artırır.

Eroin

- Eroin ve metadonun her ikisi de opioiddir ve birlikte kullanılırsa, aşırı dozu tehlikeli bir şekilde artırabilir. Bu özellikle, metadon programına başlamanızdan sonraki birkaç gün içinde kullanırsanız doğrudur.

Physeptone tabletleri

- Metadonun kendisi güçlü bir ağrı kesici olarak kullanılabilir ve 'Physeptone' adıyla pazarlanmaktadır. Bunları, metadon programını yürütürken almamalısınız.

Dekstropropoksifen

Bu, reçeteye verilen bir analjezik veya ağrı dindiricidir. Büyük miktarlarda veya alkol, yatıştırıcı ve (metadon dâhil) opioidler gibi diğer merkezi sinir sistemi yatıştırıcıları alınır, uyuşukluğa, bilinç kaybına, nefes alma güçlüklerine ve aşırı doza neden olabilir. 'Doloxene' ve 'Digesic' adları ile pazarlanmaktadır.

Fenitoin

Bu, yaygın olarak sara için kullanılan ve 'Dilantin' adıyla pazarlanan ve reçeteye verilen bir antikonvülsandır. Fenitoin metadonun etkilerini azaltır ve diğer opioidlerin kullanımı dürtüsüne neden olabilir. Bunu reçetenizi yazan kişiyle konuşun.

HIV-AIDS ve sarılık C tedavileri de kimi karşılıklı etkileşime neden olabilir ve reçetemizi yazan kişiyle görüşülmelidir.

Genel olarak herhangi bir uyuşturucu alıyorsanız, bunların metadonla olabilecek karşılıklı etkilerini reçetenizi yazan kişi ve eczacınızla konuşmaktan çekinmeyin. Başka bir doktor, hemşire, dişiçi veya eczacı görecekseniz veya hastaneye gidiyorsanız, metadon programında olduğunuzu onlara söylemek güvenliğiniz için önemlidir.

Araç sürmek

Metadon alkolün etkisini artırır ve uyuşukluğa neden olabilir.

Metadon motorlu araçlar sürme veya makine kullanma veya spor yapma yeteneğinizi etkileyebilir.

Bu özellikle, tedavinizin ilk birkaç haftası içinde bir dozda dengeyi bulana değin veya dozunuzun değiştirildiği zamanlarda önemlidir. Bu zamanlarda araç sürmekten ve makine kullanmaktan kaçınmalısınız.

Araç sürerseniz, sürmeniz olumsuz anlamda etkilenirse ehliyetinizin iptal edilmesi riskini taşıyabilirsiniz. *1986 Yol Güvenliği Yasası* (s. 49 1990'da değiştirilmiştir), 'bir motorlu aracın doğru bir şekilde denetimine sahip olamayacak kadar' alkolün veya herhangi bir uyuşturucunun etkisi altında araç süren kişilerin sürücü ehliyetini iptal etme ve para cezası (veya hapis cezası) verme iznini mahkemelere vermektedir.

Polis, özellikle bir kazada yer alan bir aracı sürüyorsanız, şimdi zorunlu kan testi isteyebilir ve bu testler, opioidler (ve metadon) dâhil bir dizi ilacı kapsayabilir. Bir nefes testini veya kan testini reddetmek, suçtur.

Araç sigortaları poliçeleri, sıkça, alkol ve uyuşturucu etkisi altında iken meydana gelen kazalardan özellikle söz etmektedir. Kaza talepleri, şirket sizin sürüşünüzün kaza sırasında etkilenmiş olabileceğine inanırsa, reddedilebilir. Bu, istikrarlı bir metadon dozu altındaysanız, sorun olmamalıdır. Sürdüğünüz araç sigortalıysa, sigorta poliçesini dikkatle okuyun.

Victoria metadon sistemi

Tedavi ekibiniz

Metadon tedavisi bir genel pratisyen (GP), hemşire pratisyen (NP) veya bir uzman tedavi servisi tarafından yapılabilir.

Victoria'nın metadon sistemi, genellikle, eczacının sadece dozunuzu sağlamayacağı ama doğru dozu aldığınızdan da tatmin olması gereken bir toplum eczanesinde, denetlenen dozajlamaya dayanır. Toplum eczanelerinin ve tedavi merkezlerinin sizden hem dozajlama hizmeti hem de yasanın istediği tüm yönetim ve kayıt tutma için bir ücret alacağına dikkat edin.

Tedavi ekibiniz reçete yazan bir kişiyi, danışmanı ve dozajlama servisini içerir.

- Genellikle tedavinizden doktorunuz sorumludur ve metadonunuzun reçetesini yazar.
- Bazen aynı zamanda doktorunuz da olan danışmanınız, sorunlarınız, hedefleriniz ve sizin için önemli olan her şey için konuşmak üzere vardır.
- Dozajlama noktanız (çoğu durumda bu bir yerel toplum eczanesidir) her gün tam dozunuzu yapar ve size verir. Genellikle sizinle tüm sorunları konuşmaya hazırdırlar.

Genel olarak, uzman metadon servisleri sadece reçete yazanlar tarafından havale edilen müşterileri kabul eder.

Başlangıç

1. Metadon reçeteleme hizmeti sağlayan bir tedavi servisi veya GP ile ilişki kurmanız gerekir. Doğrudan Hat, sizi değerlendirecek olan bir reçete yazıcı ile sizi ilişkiye geçirebilen, 24 saatlik bir telefonla danışma ve havale servisidir. Ayrıca, denetimli dozajlama sağlamaya yetkili bir yerel eczane ile de görüşmeniz gerekebilecektir. Yine Doğrudan Hat yardımcı olabilir ve telefon numaraları, bu kitapçığın sonundaki ilişkiler bölümündedir.

İlk ziyaretinizde, reçete yazıcınız, geçmişinizi dinleyerek, sizi muayene ederek, idrar ve kan örnekleri alarak ve hükümet formlarını doldurarak sizi değerlendirecektir.

2. Kullandığınız uyuşturucular, ne sıklıkta ve ne kadar kullandığınız ve kendinizi nasıl hissettiğiniz konularında mümkün olduğunca açık ve doğru sözlü olmak, kendi güvenliğiniz için önemlidir. Herkes farklıdır, bu nedenle reçete yazıcınızın, sizin kendi ihtiyaçlarınızı daha iyi yargılaması için sizin durumunuzu ve bedeninizi bilmesi gerekir. Metadona başlama konusunda emin değilseniz, diğer tedavi seçenekleri hakkında sorun.

Genellikle ilk metadon dozunuzu alabilmeniz birkaç gün sürer.

3. İlk dozunuzu almanızdan önce reçete yazıcınız, sizin için metadon reçetesi yazmak amacıyla resmi izin almak ve reçete ile fotoğrafı eczaneye göndermek zorundadır. Bir kurye servisi bunu hızlandırabilir ama daha fazlaya mal olur. Kimi durumlarda, güvenliğiniz için, reçete yazıcınızın, sizi metadona başlatmadan önce, kan testleri sonuçlarını beklemesi gerekebilir.
4. Başlama dozu: doktorunuz sizi, ne kullandığınıza ve genel bedensel sağlığınıza göre bir metadon dozuna başlatacaktır. Metadon, çok yüksek dozda verildiğinde tehlikeli olabileceğinden (4'üncü sayfada *Metadonun yan etkileri*, 22'nci sayfada *Aşırı doz uyarısı* bölümlerine bakın), başlama dozu güvenlik nedenleriyle daima düşüktür.
5. Uyuşturucu metadon: metadon, uzun süreli etkisi olan bir ilaçtır ve *sisteminizde güçlenmesi birkaç gün alır*. İlk bir veya iki dozun genellikle tam etkisi yoktur; başladığınız dozun bedeninizde kalıcı düzeye erişmesi ve tam olarak çalışması birkaç gün alır.

Metadon, alındıktan sonra birkaç saatte tam etkiye ulaşmaz, sabırlı olun, bırakma belirtilerini denetlemek için diğer uyuşturucuları kullanma dürtüsünü veya diğer opioidleri kullanma dürtüsünü, metadon tam etkiye ulaşana kadar kontrol edin. Bu, onu almanızdan sonra 3-8 saat sürebilir.

Dozun genellikle, kullandığınız opioide dönme ve kendinizi aşırı doz riskine koyma dürtünüz olmaması veya sorunlu kullanıma dönmemeniz için, tedavinin ilk birkaç haftasında ayarlanması gerekir.

Metadonda kendinizi iyi hissetmek birkaç hafta kadar olabilir.

Bu başlangıç dönemi, bedeniniz metadonda olmaya alıştığı için, çok önemlidir. Reçete yazıcınızın işi sizin için doğru dozu, sizi 24 saat tutan ve kullanmakta olduğunuz sorunlu opioidi kullanma dürtünüzü azaltan dozu bulmaktır. Dozu

doğru almak reçete yazıcınıza düzenli olarak kendinizi nasıl hissettiğinize ve başka uyuşturucular (veya alkol ve haplar) kullanıp kullanmadığınıza bağlıdır.

Bu süre içinde, şunların neden olabileceği belirtiler gelişebilir:

- yetersiz metadon (opioidi bırakmak)
- Çok fazla metadon
- diğer uyururucuların etkileri

veya

- ilgisi olmayan sağlık sorunları.

Tedavinin başlama aşamasında reçete yazıcınızı düzenli olarak görmelisiniz.

Güvenliğiniz adına, ilk hafta içinde reçete yazıcınızı birkaç kez görmeli, tedavinin nasıl gittiğini ona anlatmalısınız. Dozunuzda rahat değilseniz veya sizi kaygılandıran şeyler varsa, bu konuları reçete yazıcısına anlatın. Bu dönem içinde neler beklemeniz gerektiğini, neyin normal olduğunu ve olmadığını size anlatmalıdır.

Reçete yazıcınızın bilmediği uyururucuları kullanmayı (ki bu alkolü de içerir), özellikle programınızın başlarında sürdürürseniz, birkaç şey kötü gidebilir. Diğer uyururucuları kullanmaktan kaçınmak ve diğer uyururucuları kullanma konusunda dürüst olmak önemlidir. *Diğer uyururucularla karşılıklı etkileşim* bölümüne bakın.

Rutin

Metadon tedavisi sizi, dozunuzu almak için her gün bir eczaneye veya tedavi servisine gitme rutinine bağlar.

Reçete yazıcınızı düzenli olarak görüyor olmalısınız ve o da idrar testlerini ayarlayabilir. Bu testler, alıyor olabileceğiniz metadon ve diğer uyururucular dâhil herhangi bir opioidi gösterir.

Ayrıca, birçok serviste isteğe bağlı olmasına karşın, danışmanınızı da düzenli olarak görebilirsiniz.

Normal tedavi hizmetinizin danışmanı yoksa reçete yazıcınızdan bir tane ayarlamasını isteyebilir veya havale için 1800 888 236'dan Doğrudan Hattı arayabilirsiniz.

Gebelik

Gebe iken, reçeteli opioidler olsun, Nurufen Plus gibi tezgâhtan satılan opioidler olsun veya eroin olsun opioidleri kullanmak çoğunlukla gebe bir anne olarak size ve çocuğunuza zarar verir. Kötü beslenme ve sağlık, çok sigara içmek ve doğum öncesi kontrollere gitmemek de gebeliğinizde sorunlar yaratabilir.

Kullanma dürtünüz olduğunda bebeğinizin de olur. Bir eroin alışkanlığını sürdürmeye çalışırken sıkça meydana gelen ani bırakma dönemleri bebeğinize zarar verebilir ve kötü büyümeye, çocuk düşürmeye veya erken doğuma neden olabilir.

Gebelik sırasında opioid kullanmayı sürdürmek şunlara neden olur:

- **Erken doğum:** bebeklerin yüzde 25'i hastanede yoğun bakımı gerektirecek şekilde erken doğar.
- **Büyümenin gecikmesi:** bebeklerin yüzde 20'sinin ağırlığı normalden düşüktür.
- **Bırakma sendromu:** bebeklerin yüzde 90'i bırakma sendromu sıkıntısı çeker (Neonatal kaçınma sendromu denir) ve genellikle bir hastanede özel bakıma ihtiyaç duyar. Ayrıca ilaca da ihtiyaç duyarlar.

Bu bebeklerdeki kaçınma genellikle doğumdan sonraki 72 saat içinde başlar ama doğumdan sonraki iki hafta içinde de başlayabilir. Belirtiler altı ay kadar sürebilir ama ilk dört hafta içinde çok şiddetlidir. Bebekler asabi ve huzursuz olur, çarpıntılar geçirir, emme ve yutma sorunları geliştirir, ishal ve su kaybı sıkıntısı çeker.

Metadonu sürdürmek çoğunlukla normal doğum ve sağlıklı bebek için en iyi olasılıktır.

Bunun nedeni şunlardır:

- bebeğiniz için çok zararlı olan beklenmeyen bırakma dönemleri siz düzenli günlük dozlardayken meydana gelmez
- yaşam biçiminiz daha düzenli hale gelir, ki çoğu kadın için bu, daha iyi sağlık, daha iyi beslenme ve daha az sıkıntı demektir
- eroin kullanıcılar için metadonun herhangi bir şeyle kesilmemiş olduğunu bilmek iyidir.

Metadonu sürdüren anneler gebelik sırasında bir dozda dengede kalır ve bu, doğumdan sonra devam eder. Gebelik sırasında metadonu sürdüren annelerin

doğurduğu bebeklerde de yaygın olarak bırakma belirtileri olur, ki bunların çoğunlukla hastanede tedavisi gerekir. Genel olarak metadon, gebelik sırasında, farmakolojik opioidler veya eroinin sorunlu gayri-tıbbi kullanımından daha az soruna neden olur.

Gebelik sırasında doktorunuz veya hemşirenizin sıkça yapacağı kontroller kendinize ve bebeğinize dikkat etmenize yardımcı olur.

Gebelik sırasında farmakolojik opioidler veya eroinin sorunlu kullanımını tamamıyla bırakmak, erken doğum veya ceninde sıkıntı riskini taşır. Metadonu gebelik sırasında bırakmaktan kaçınmaya çalışmanız ve bırakmayı bebeğiniz doğduktan en az üç ay sonraya kadar ertelemeniz önemlidir. Hangi metadon dozu sizi rahatlatıyorsa ve diğer opioidleri kullanmanızı azaltıyorsa, o dozda kalmalısınız.

Yeni doğan bebekleri emzirmek, anne sütünden çok az metadon geçtiği için, özendirilir. Metadonu sürdüren annelerin çocuklar üzerindeki uzun süreli etkilerinin, çoğu çalışmaların bu tür çocukların akılsal ve bedensel performanslarının normal sınırlar içinde olduğunu göstermesi nedeniyle, fark edilmediği anlaşılır.

Gebe iseniz, uygun olduğunuz şekilde değerlendirilerseniz, metadon tedavisi için size öncelik verilecektir. Ayrıca, eşiniz eroin kullanıyorsa, çevrenizde kötüye kullanım hâlâ sürdüğü için durmak zor olduğundan, metadon programına birlikte gitmeyi düşünün.

Yardım için, Kraliyet Kadın Hastanesi, Kadın Alkol ve Uyuşturucu Servisi Birimi (WADS) ile (03) 8345 3931'den ilişkiye geçin.

HIV-AIDS ve sarılık

HIV virüsü (ki AIDS'e neden olur) ve sarılık B ve C virüsleri (ki karaciğer hastalıklarına neden olurlar) kişiden kişiye genellikle, eroin veya reçeteli opioidler enjekte edenlerce iğnelerin ve diğer enjeksiyon araçlarının paylaşılmasından geçer.

Metadona başlamak kişilerin iğneleri paylaşmaktan daha kolay kaçınmasına olanak sağlar ve bu nedenle, bu bulaşmalardan kaçınma olasılığınızı artırır. Herkes gibi sizin de, HIV-AIDS veya sarılık kapma riskini azaltmanız için 'güvenlikli cinsel ilişkide' bulunmanız gerekir. Bu daima kılıf kullanmayı içerir.

HIV-AIDS testi ve sarılık B ve C testi, metadon tedavisinin ön koşulu değildir. Test yaptırmak gönüllüdür, reçete yazıcınız bunu, uygun danışmanlığın yanı sıra ayarlayabilir. Test yaptırmamaya karar verirseniz bu, metadona başlayıp başlamamanızı etkilemeyecektir.

Opioid bağımlısı ve HIV-pozitif iseniz ve sizin için en iyi tedavi şekli ise, metadon programına öncelikli erişime hakkınız vardır. Son zamanlardaki kanıtlar HIV-pozitif eroin veya diğer enjeksiyonlu uyuşturucu kullanıcıları için genellikle metadon tedavisinin iyileştirilmiş bağışıklık yanıtına ve daha iyi sağlığa yol açtığını belirtmektedir.

Sarılık C-pozitif iseniz, metadon sağlığınızı da iyileştirecektir. Büyük olasılıkla daha az sokak uyuşturucuları kullanacaksınız, beslenmeniz daha iyi olacak, daha fazla dinleneceksiniz ve genel olarak daha az sıkıntılı olacaksınız. Tüm bu etkenler belki de sarılık C ile ilişkili hastalıkları azaltacaktır.

Yeni Sarılık C tedavileri kuşakları şimdi mevcuttur. Reçete yazıcınız bu tedavileri size önerebilir veya reçete yazıcınıza bu tedavilerin sizin için uygun olup olmadığını sorabilirsiniz.

Tatiller, seyahat ve alıp götürmeler

Programınızın başlarında, metadon dozunuz için doz verme noktanıza her gün gitmeniz gerekir. Zamanla alıp götürme dozları ayarlamak mümkün olabilecektir, böylece bir doz metadonu daha önceden yanınızda eve götürebileceksiniz. Alıp götürme dozları tedavide olduğunuz ilk üç ay içinde genellikle mevcut değildir ve bu zamandan sonra bile doktorunuzun, alıp götürme dozları için uygunluğunuzu titiz bir şekilde değerlendirmesi gerekir. Alıp götürme dozlarına erişim, bir hak değildir ve sadece, sizin ve başkalarının güvenliğinizi sağlamak için tasarlanmış belirli ölçütlere uymanız durumunda yetkilendirilebilir.

Tatillere veya seyahate gidebilirsiniz ama hem sizin hem de reçete yazıcınız ayrıntılar üzerinde önceden, bazen haftalar önce, çalışmanız gerekir. Alma noktanızın kalacağınız yere yakın bir eczaneye havale edilmesi mümkün olabilir. Bunun Victoria'da iki üç hafta önceden bildirilmesi gerekir.

Eyaletlerarası ziyaretler için, başarı garantisi olmaksızın, en az üç hafta önceden yapılacak bildirim gereklidir. Eyaletlerarası seyahat için gerekenleri doktorunuz size tavsiyede bulunabilir. Yurt dışı seyahatler her zaman birçok ülkeye mümkün olmayabilir ve uzun planlama gerektirir. Farmakoterapi, Savunmanlık, Arabuluculuk ve Destek Servisi (PAMS), yurt dışına seyahat eden müşterilere yardımcı olabilir (*İlişkiler* bölümüne bakın).

Ameliyat veya tedavi için bir günden uzun süre hastaneye gitmeniz gerekiyorsa, doktorunuz dozunuzu hastanede almanızı sizin için ayarlayacaktır.

Alıp götürme dozları. Alıp götürme dozları başkaları için çok tehlikelidir. Dozlarınızı başkalarına vermeyin ve bilinmeyen güçteki dozları tüketmeyin. Alıp götürdüğünüz bir dozunuz varsa, onu güvenli olarak saklayın.

Uygunsuz bir şekilde kullanıldığında metadon ciddi zarara ve hatta ölüme neden olabilir. Victoria Ölüm Olaylarını Araştıran Yargıçlık, 2010 ile 2013 arasında, metadon alıp götürme dozunu kapsayan 147 ölüm olayını belirlemiştir (bunların 89'unda insanlar kendi alıp götürme dozlarını ve 58'inde ise başkasının alıp götürme dozunu kullanmışlardır). Alıp götürme dozlarının güvenliği ile ilgili endişe, SİZE reçetelenen alıp götürme dozları için sorumluluğu SİZİN almanıza, kendi güvenliğinizi ve başkalarının güvenliğini sizin koruyor olmanıza dayanmaktadır.

- Bir alıp götürme dozunuz varsa, güvenlik nedenleriyle onu daima güvenli ve kilitli bir dolapta saklayın. Alıp götürme dozunun güvenli ve kilitli dolaptan çıkarılacağı tek zaman, dozu almanızdan hemen önceki zamandır.
- Alıp götürme dozlarını başka birisinin onları görebileceği ve onlara erişebileceği yerlerde bırakmayın (örneğin buzdolabında, bir torbada, rafta veya tezgâhın üzerinde).
- Alıp götürme dozları buzdolabında **saklanmamalıdır**. Buzdolabında saklanmaları gerekmez ve başka birisinin onu alma veya bir çocuğun onu bir içeceklerle karıştırma riski nedeniyle orada saklanmamalıdır.
- Alıp götürme dozlarını çocukların ulaşabileceği yerlerden uzakta tutmak çok önemlidir. Çocuklar onun kordiyal olduğunu düşünerek metadonu çekici bulabilir. Metadon alıp götürme dozları daima 200 mililitre miktarda sulandırılmalıdır. **Anababalarının metadonunu içerek ölen çocuklar vardır.**

Metadonu bırakmak

Bir süre sonra insanlar metadonu bırakmayı düşünmeye başlar. Bunu yapmanın saptanmış bir zamanı yoktur. Genel olarak konuşursak, tıbbi olmayan farmasötikal opioidler veya eroin kullanımına geri dönme olasılığınız varsa, metadonu bırakmanın pek anlamı yoktur. Metadonu çok erken bırakmak aylar veya yıllar süren başarıları mahveder. Metadonu ne zaman bırakmanız gerektiği ve bunun içerdikleri hakkında reçete yazıcınız veya danışmanınızla konuşun.

Metadonu bırakmanın en iyi yolu, dozunuzu, başladığınız doza göre, aylar içinde yavaşça azaltmaktır. Dozunuzu yavaşça azaltarak, sisteminizde daha az metadon olmasına bedeninizin alışması için olanak sağlarsınız. Bu bir planlamayı ve reçete yazıcınıza düzenli ziyaretleri gerektirir. Dozun azalması ile baş edemediğinizi anlarsanız, bir süre için artırın veya azaltma oranını yavaşlatın ve bedeninizi dinlendirin. Bu yolla birçok kişi, metadonu bırakabildiklerini ve yeniden eroin kullanmaktan kaçınabildiklerini görmüştür.

Kimileri metadondan bupernorfine geçmenin ve sonra bupernorfine bırakmanın metadonu bırakmaktan daha rahat olduğunu görmüştür. Bu geçiş yüksek dozlarda metadondan yapılamaz, o nedenle bu seçeneği reçete yazıcınızla görüşmeniz ve başarılı olmak için uzun bir süre boyunca çalışmaya hazır olmanız gerekmektedir.

Metadon kullanırken hâlâ opioidlere bağımlıysanızdır, o nedenle, metadonu durdurduğunuzda bırakma belirtileri yaşamayı bekleyebilirsiniz, ama bırakmanın gereği dikkatle yapılırsa, bunlar büyük ölçüde kontrol edilebilir.

Belirtiler, farmasötikal opioidler veya eroin dâhil olmak üzere, herhangi bir opioidi bırakırken olanların aynısıdır:

- burun akıntısı, gözlerin sulanması
- bulantı, iştah kaybı, bazen kusma
- ishal
- karın ağrısı (krampolar)
- baş ağrısı, bel ağrısı ve bacak krampları ile sonuçlanan kas gerilimi
- eklem ağrıları
- terlemek
- bozuk uyku düzeni
- sinirli ruh hali

- şiddetli opioid arzusu
- enerji kaybı.

Bırakma belirtilerine, sisteminizde yeterli uyuşturucu bulunmamasına bedeninizin alışmaya çabalaması neden olur. Bedeniniz bu değişimi ne kadar çabuk yapması gerekiyorsa belirtiler o kadar şiddetli olur ve siz o kadar rahatsız olursunuz.

Metadonu bırakırsanız ve herhangi bir opioid kullanmıyorsanız ve uzak duruyorsanız, herhangi bir opioidin kötüye kullanımına dönerseniz, yeniden başlama dikkatle denetlenmezse, daha fazla aşırı opioid dozu ve ölüm riski vardır.

Metadonun aniden durdurulması, özellikle 20-30 mg'dan fazla bir dozdaysanız, ana bırakma belirtilerine neden olur. Rahatsızlık çoğu kişiyi eroine kullanımına geri dönmeye zorladığından, bir metadon programını aniden bırakmamaya çalışmanız tavsiye edilir. Azaltma çok hızlı olursa bu da daha şiddetli belirtilerle sonuçlanacaktır ve birçok kişi bununla başa çıkmayı eroine bırakmaktan daha güç bulur.

Metadonu azaltmayı tamamlamanız, artık bir doz almanızın gerekmediği anlamına gelir ama isterseniz, hâlâ reçete yazıcınızı ve/veya danışmanınızı görmeyi sürdürebilirsiniz. Kimileri bırakmadan sonraki dönemde reçete yazıcılarını ve/veya danışmanlarını görmenin yararlı olduğunu ve birçok kişi bir kendi kendine yardım grubuna katılmanın değerli bir destek sağladığını görür.

Durdurulan tedavi

Her gün dozunuz için gelmeli, reçete yazıcınız ve danışmanınızla randevularınızı sürdürmeli ve sizinle tedavi ekibiniz arasında saptanan kurallara uymalısınız. Şunlardan herhangi biri tedavinizin durdurulması ile sonuçlanabilir:

- diğer müşterilere ve görevlilere karşı şiddet ve tehditler
- uyuşturucu satıcılığı
- sapmak, örneğin dozunuzu başkalarına satmak, vermek veya onlarla paylaşmak
- dozları kaçırmak (birbiri ardına dört doz kaçıırırsanız, sizi tedavi eden doktorun yeniden değerlendirmesi olmadan başka doz alamayacaksınız)
- reçete yazıcınızla olan randevuları birbiri ardına kaçırmak
- metadon dozlarınızın ücretini ödememek.

Güçlükler ve şikâyetler

Tedavinizde herhangi bir açıdan güçlüğünüz oluyorsa, bunu reçete yazıcınızla veya tedavi ekibinizle konuşmalısınız. İşe yaramıyorsa PAMS ile ilişkiye geçin. Bu, metadon, bupernorfin veya naltrekson gibi bir farmakoterapi programındaki kişiler için Victoria Zarar Azaltımı'ndaki bir hizmettir. PAMS, programlarında sorunlar yaşayan kişiler için gizli yardım sağlar ve hizmet sağlayıcılarla müşteriler arasındaki sorunlarda aracılık sağlayabilir.

Ayrıca 1800 888 236'dan Doğrudan Hat ile ilişkiye geçebilirsiniz. Doğrudan Hat, sorunu sizinle konuşacak ve uygunsa, tedavinizi başka bir reçete yazıcıya, eczacıya veya danışmana havale etmenize yardımcı olacaktır.

Önemli bir şikâyetiniz varsa, 1300 582 113'ten Sağlık Hizmetleri Dairesi Başkanı ile ilişkiye geçebilirsiniz.

Metadon aşırı doz uyarısı

Metadon aşırı doz riski, tedaviye başladığınızda en yüksek düzeydedir ve siz ve reçete yazıcınız, bırakma belirtilerini denetlemek için doğru dozu henüz bulamamışsınızdır veya dozlar çok fazladır. Ayrıca, insanların kendi kendilerini diğer yatıştırıcı uyuşturucularla tedavi etmeleri veya metadonlarını kötüye kullanmayı sürdürmeleri ya da metadonlarını diğer opioidlerle karıştırmaları veya uyuşturucuları ve/veya alkolü kötüye kullanmayı sürdürmeleri riski vardır.

Metadon aşırı doz riski, metadonu diğer uyuşturucularla veya alkolle karıştırdığınızda artar.

Opioid aşırı dozu sadece, sisteminizde bedeninizin başa çıkabileceğinden daha fazla opioid (aynı güce sahip haşhaştan veya sentetik uyuşturuculardan) bulunmasıyla meydana gelmez, ama aynı zamanda farklı uyuşturucular almaktan da meydana gelir. İnsanlar, çok fazla kullanırlarsa ya da diğer uyuşturucularla karıştırırlarsa, reçeteli opioidlerden veya eroinden zehirlenmeyi yaşayabilecekleri gibi, aynı şey metadon ile de olabilir. Opioid aşırı dozunun ana riski, solunum yetmezliğidir.

Solunum yetmezliği yavaş ve sığ nefes almaya neden olur ve aynı zamanda, boğazda solunum yolu çökmesini de içerebilir ki bu, nefes almayı önler. Her iki şekilde de, bedenin ve beynin ihtiyacını karşılayacak yeterli oksijenin ciğerlere gitmesini önler.

Sinir sistemini yavaşlatan (alkol, yatıştırıcılar ve sakinleştiriciler, bazı antidepressanlar, opioidler ve diğer ağır kesiciler gibi) uyuşturucuların hepsi, metadonla birlikte alındıklarında etkilerini birleştirebilir ve aşırı doz riskine ekleme yaparak uyuşukluğa, solunum yetmezliğine ve sonuçta ölüme neden olur.

Ciddi zehirlenme riski de, sarılık gibi karaciğer veya böbrek hastalıklarınız olduğunda artabilir, çünkü uyuşturucular kanınızdan normalden daha yavaş hızda temizlenir.

Çok yüksek dozda metadonun ve zehirlenmenin etkileri şunlardır:

- yavaş konuşma veya geveleme
- yavaşlayan hareketler
- istikrarsız yürüme

- kötü denge, baş dönmesi ve uyuklamak
- bulantı ve kusma.

Uyku sırasında, şu koşullarda şiddetli zehirlenme gelişebilir:

- kişinin solunumu sığ ise
- yarı bilinçli veya bilinçsiz hale geliyorsa
- uyandırılmıyorsa
- horluyorsa veya mırıldanıyorsa
- gözbebekleri iğne ucu olmuşsa.

Bu, ciddi bir tıbbi aciliyettir ve bunu ailenize ve arkadaşlarınıza söylemelisiniz ki, meydana gelirse ciddi zehirlenmeyi tanıyıp derhal bir cankurtaran çağırabilsinler. Bu durumdaki bir kişiyi 'uyuyarak atlatması' için bırakmak ciddi bir yanlışlıktır. Birçok aşırı doz durumunda, birçok tanık, sığ olarak soluyan veya mırıldanan ya da olağandışı yüksek sesle horlayan bir kişiyi 'uyuyarak atlatması' için bırakmanın onların birkaç saat sonra ölü bulunmasına neden olduğunu belirtmektedir.

Ağızdan alınan metadonun tam etkisine ulaşması daha yavaş olup genellikle 3-8 saat alabilir ve bazen kişi yatıp uyuduktan sonra olabilir. Bu, diğer opioidlerde, özellikle de iğne ile verildiklerinde yaşanan hızlı etki başlangıcı ile zıtlık oluşturur.

Uyuşturucu kullanan birisi ve metadon hastası bilincini yitirirse (uyandırılmazsa, horlama veya mırıldanma sesleri çıkarıyorsa), derhal bir cankurtaran çağırın ve (kardiyopulmoner) suni teneffüs yapın (St John Cankurtaran Ekibi'nden kurslar mevcuttur).

Nalokson

Metadon veya eroin aşırı dozunun etkileri genellikle basit bir nalokson iğnesi ile tersine çevrilebilir, o nedenle derhal bir cankurtaran çağırarak veya kişiyi hastaneye kaldırmak önemlidir. Doktorlar, hemşireler ve cankurtaran görevlileri, aşırı doz alan kişinin (metadon dâhil) hangi uyuşturucuları aldığını bilmelidir.

Nalokson, eroin, morfin, metadon ve/veya reçetelenmiş opioid ilaçlarının neden olduğu aşırı doza karşı panzehir olarak çalışır. Bu ayrıca, Narcan® marka adı ile de bilinir. Kötüye kullanılma olasılığı yoktur.

Nalokson, birçok opioidden daha güçlü olarak opioid algılayıcıya yapıştığı için komaya ve azalan solunuma neden olan ve yaşamı tehdit eden merkezi sinir sistemi çöküntüsünü tersine çevirir.

Nalokson kullanımı ölüm riskinin azalmasına veya oksijensizliğin neden olduğu beyin hasarı veya zatürree gibi ölümcül olmayan dozlardaki tıbbi komplikasyonların ve rahatsızlıkların önlenmesine yardımcı olabilir. Solunumu çok yavaş ve sığ olan ve opioidin neden olduğu aşırı doz komasında bulunan kişiye kurtarıcı solunum sağlamak ve nalokson vermek, bu komplikasyonları engelleyebilir.

Nalokson sadece, kişinin sisteminde opioidler varsa, işe yarar.

Nalokson, alıcılardan opioidlerin atılmasını **kısa zaman için (30-90 dakika kadar)** zorlayarak komanın tersine çevrilmesine ve normal solunuma olanak sağlar. Ancak, metadon bedende daha uzun zaman için etkili olduğundan, kişi, nalokson iğnesinden sonra komadan çıksa bile derhal hastaneye kaldırılmalıdır çünkü tekrar komaya girme olasılığı ve aşırı doz ölümü ya da beyin hasarına neden olan baskı altındaki solunum riskini yaşayabilir.

Metadon tedavisine başlayan veya sürdürenler, tedavinin ilk birkaç gününde, doz çok yüksekse veya sinir sistemini baskı altına alan alkol veya benzodiazepin gibi başka uyuşturucularla karıştırırlarsa, aşırı doz yüksek riski içinde olabilirler. Aşırı doz alırlarsa, kullanım için mevcut olan naloksondan yararlanabilirler.

Avustralya'da Nalokson, Farmasötikal Yararlar Programı (PBS) kapsamında minijet 400mcg/1ml çözümü olarak mevcuttur. (Beş minijet kapsayan) her reçete, Sağlık Bakımı Kartı sahibine 6.20 dolara (veya sağlık kartı olmaya kişiye 38.30 dolara) mal olur (Fiyatlar Ocak 2016 tarihindedir). Bir kez kullanımlık Nalokson minijeti şimdi, sadece eczacı ilacı olarak tezgâhtan reçetesiz olarak satın alınabilir. Minijet kas içi enjeksiyonlar için idealdir.

Reçete yazıcınız size reçete yazmayı önerebilir veya siz ondan yazmasını isteyebilirsiniz.

Nalokson kullanımı hakkında daha fazla bilgiyi şu Avustralya sitesinde bulabilirsiniz:

www.copeaustralia.com.au

Zehirlenme veya aşırı doz uyarısı

Beyin etkinliğini azaltan veya yatıştırıcı diğer uyuşturucular denetimsiz bir şekilde metadon ile birlikte alınırsa, zehirlenme (aşırı doz) veya ölüm tehlikesi vardır.

Metadon alan birçok kişi, metadon ve diğer uyuşturucuların bileşiminden zehirlenmeleri nedeniyle ölmüştür. Kaçınılması gereken uyuşturucular şunlardır:

- alkol
- sakinleştiriciler (Rohypnol, Serepax, Valium, Mogadon, Normison, Euhypnos, Xanax ve diğerleri)
- barbitüratlar
- Digesic veya Doloxene gibi analjezikler
- eroin
- bunların herhangi ikisinin karışımı veya tıbbi nedenler için tavsiye edilenden fazla dozda alınmaları.

Hoşa gitmeyen belirtileri geçirmek için doktorunuz veya hemşireniz bazı yatıştırıcıları reçeteleyebilir ama bunları, sadece belirtilen miktarlarda almanız önemlidir. Yüksek dozlar ve uyuşturucularla alkolün metadonla kontrolsüz bileşimleri Victoria'da her yıl birkaç ölüme neden olmaktadır.

Uyuşturucular ve alkolle metadonu karıştırmak tehlikelidir.

Metadon zehirlenmesi veya aşırı dozu: belirtiler

Aşırı doz genellikle metadonun alkol, reçeteli sakinleştirici ilaçlar ve uyku hapları ile karıştırılmasını içerir.

Aşırı doz riski metadon tedavisinin ilk haftasında yüksektir.

Burada tanımlanan aşırı doz belirtilerini yaşıyorsanız, reçete yazıcınızla görüşene kadar başka bir metadon dozu almayın.

Belirtiler kişiden kişiye değişebilir veya şunlardan birini veya daha fazlasını içerebilir:

Aşama bir: bir doktor, hemşire veya eczacı ile gecikmesiz olarak konuşun veya, emin değilseniz, hemen 000'ı arayın

- Geveleyerek konuşma
- Sallanarak yürüme ve kötü denge
- Uyuşukluk
- İğne ucu gözbebekleri
- Yavaşlamış hareketler, yavaş yeme
- Sersemlik ('kafa dağınıklığı', şaşkınlık)

Aşama iki: bu ciddi bir acil durumdur: derhal bir cankurtaran çağırın ve kişinin bunu 'uyuyarak atlatmasına' ASLA izin vermeyin. 000'ı arayın

- Kişinin kaldırılamayacağı durum (uyandırılmaz, olağandışı yüksek sesli horlama, mırıldanma veya nefes alırken tükürük saçmak)
- Sarkık kollar, bacaklar, beden ve boyun
- Yavaş veya sığ nefes alma
- Dudakların ve parmakların morarması

Naloksonunuz varsa, hemen alın ama bu sadece geçici bir metadon aşırı dozunu tersine döndürecektir (30-90 dakika). Metadon bedende 24 saat devam eder, o nedenle kişinin en kısa zamanda hastaneye ulaştırılmasını sağlayın.

Diğer ilaç tedavileri

Eroin ve diğer opioid bağımlılığını tedavi için son beş yıl içinde birkaç tane yeni ilaç çıkmıştır. Tek bir ilaç her kişi için uygun değildir. Her biri kişi için farklı yararlar ve dezavantajlar vardır. Ayrıca, bazı kişiler için önemli olan farklı yan etki profilleri olabilir.

Bupernorfin, opioid kullanımını bırakmak isteyenler dâhil, bazı kişiler için yararları vardır.

Naltrekson kişinin eroin gibi opioidleri bırakmasını gerektirir ve alınırca, bu uyuşturucuların etkisini engeller. Bu ilacın kullanımı, opioid uyuşturucu kullanımından tamamıyla uzak durmayı temel alır.

Metadon ile bu diğer ilaçlar arasında aktarım tamamlanabilir ve ters etkilerin engellenmesi için özel dikkat gerektirir. Metadon ile bu ilaçlar arasında değişiklik yapabilirsiniz, ama bunun gereği doktorunuz tarafından dikkatle yapılmalıdır.

Tıbbi tedavilerinize ilişkin farklı seçeneklerinizi ve tedavi için uygunluğunuzu doktorunuz ya da eczacınızla görüşmelisiniz. Seçiminizi, özellikle aldığınız ilaç konusunda sorunlar ortaya çıkarsa, tedavi sırasında her zaman yeniden gözden geçirebilirsiniz.

İlişkiler

Bazı diğer bilgi ve tavsiye kaynakları:

Doğrudan Hat

Telefon: 1800 888 236

İnternet sitesi: www.directline.org.au

Metadon hizmetini sağlayan doktorlar, eczacılar ve danışmanlarla ilişkiler ve iğne ve şırınga değişimi yapılacak yerler dâhil, uyuşturucularla ilgili tüm endişeler hakkında 24 saat bilgi, danışmanlık ve havale sağlayan bir servis.

Hepatitis Victoria

Bilgi hattı: 1800 703 003

İnternet sitesi: www.hepvic.org.au

Victoria Aids Konseyi

Telefon: (03) 9865 6700

İnternet sitesi: www.vac.org.au

Living Positive Victoria

HIV and sexual health connect line:

1800 038 125

İnternet sitesi:

www.livingpositivevictoria.org.au

Living Positive Victoria, Victoria'da HIV ile yaşayan herkesi 1988'den bu yana temsil eden ve HIV ile yaşayan herkesin insan haklarının ve gönencinin ilerletilmesine derinden bağlı, kâr amacı gütmeyen bir toplum kuruluşudur.

Zehir Bilgileri

Telefon: 13 11 26

Acil: 000

Uyuşturucuların etkileri, zehirlenme durumunda ilk yardım tavsiyeleri ile bilgi sağlayan 24 saatlik bir servis.

Kendi Kendine Yardım Bağımlılık Kaynak Merkezi Inc. (SHARC)

140 Grange Road, Glenhuntly 3163

Telefon: (03) 9573 1700

SHARC Aile Uyuşturucu Yardımı telefon:

1300 660 068

İnternet sitesi: www.sharc.org.au

SHARC, kendi kendine yardım gruplarının bir kaynak merkezi ve şebekesidir. Sizi bir yerel kendi kendine yardım grubuna yönlendirecektir.

Narcotics Anonymous

GPO Box 2470V Melbourne 3000

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

İnternet sitesi: www.navic.net.au

Narcotics Anonymous (NA), uyuşturucudan arınmış olarak kalmak için birbirlerine yardım eden bir erkekler ve kadınlar kuruluşudur.

Kraliyet Kadın Hastanesi

Kadın Alkol ve Uyuşturucu Servisi (WADS)

Locked Bag 300, Parkville 3052

Telefon: (03) 8345 3931 veya
(03) 8345 2996

Birim, gebe ve kimyasal olarak bağımlı kadınlara danışmanlık, uzman tavsiyeleri ve bakım sağlar.

WADS, karmaşık madde kullanımı bağımlılığı olan kadınlara uzman klinik hizmetleri sağlayan, eyelet çapında tek uyuşturucu ve alkol servisidir.

Harm Reduction Victoria (HRV)

128 Peel Street, North Melbourne 3051

Tel: (03) 9329 1500

Faks: (03) 9329 1501

E-posta: admin@hrvic.org.au

İnternet sitesi: www.hrvic.org.au

Bu servis, uyuşturucular hakkında geniş bir dizi bilgi sağlar. Ayrıca, kullanıcılara ve topluma gelecek zararın azaltılmasını teşvik ederken uyuşturucu kullanıcılarına akran desteği, akran eğitimi, iğne değişimi ve savunmanlık sağlar.

İlaç Tedavisi, Savunmanlık, Arabuluculuk ve Destek Servisi (PAMS)

Telefon: 1800 443 844 veya
(03) 9329 1500

İnternet sitesi: www.hrvic.org.au/
pharmacotherapy

PAMS, ilaçla tedavi müşterilerine, reçeteleyicilere veya eczacılara, ilaçla tedaviye erişim veya bunun sağlanması ile ilgili sorunların çözülmesinde yardımcı olmak üzere mevcuttur. PAMS, bu sorunların çözülmesi için arabuluculukta yardımcı olacaktır ve hizmet sağlayıcılar, belirli müşterilere sağlanan hizmeti geri çekmeyi kararlaştırmadan önce PAMS ile ilişkiye geçmeleri için teşvik edilir.

DrugInfo

Telefon: 1300 858 584

Druginfo, kullanıcılar için veya uyuşturucular üzerinde eğitim gören ve projeler hazırlayan öğrenciler için uyuşturucular hakkında bilgiler ve danışmanlık için havale sağlayan Avustralya Uyuşturucu Vakfı'nın bir toplum bilgilendirme servisidir.

Gençlik Uyuşturucu ve Alkol Tavsiyeleri Hattı (YoDAAline)

Telefon: 1800 458 685

E-posta: advice@yodaa.org.au

Bu servis, gençlik uyuşturucu ve alkol ihtiyaçları için bilgi, tavsiye ve havaleye 24 saat erişim sağlar. Servis, gençlere, ailelerine, sağlık ve refah görevlilerine, okullara ve bir gençle ilgili olarak endişeleri olan herkese açıktır.

