

PAANO TUTUGON SA ISANG LABIS NA DOSIS

Kung wala kang naloxone, tawagan kaagad ang 911

1) PAGPAPASIGLA SA



TSubukang gisingin ang tao. Malakas na sabihin: "Ay, okay ka lang?"



2) PISIKAL NA PAGPAPASIGLA

Ipahid ang iyong mga buko pataas at pababa sa gitna ng buto ng dibdib upang pasiglahin ang pananakit



3) PANGASIWAAN ANG NALOXONE

- Ipasok ang nozzle sa butas ng ilong
- Pindutin nang mahigpit ang plunger
- Magbigay ng pangalawang dosis pagkatapos ng 2 minuto
- Puntahan kaagad ang mga hakbang 4 at 5



4) TAWAGAN ANG 911 UPANG MAGHINGI NG TULONG

Ibigay sa tagapag-dispatch ang iyong lokasyon at sabihin sa kanila na may isang taong hindi makatutugon o makakahinga



5) ILIGTAS ANG PAGHINGA

- Kurutin ang ilong at ikiling ang ulo sa likod
- Magbigay ng 2 mga paghinga upang magsimula
- Pagkatapos ay 1 hininga bawat 5 segundo
- Ang dibdib ng tao ay dapat tataas at bababa
- Ipagpatuloy ang hakbang na ito hanggang sa sila ay magsimulang humihinga





PAANO TUTUGON SA ISANG LABIS NA DOSIS



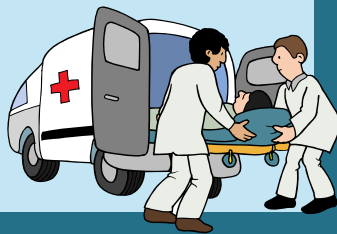
PAGKILALA SA MGA PALATANDAAN NG LABIS NA DOSIS

- Hindi tumutugon at hindi magiging
- Mababaw na paghinga o hindi humihinga
- Asul o kulay-abong balat, mga labi, o mga kuko



ANO ANG GAGAWIN PAGKATAPOS MAGISING ANG ISANG TAO MULA SA LABIS NA DOSIS

- Manatili kasama ang tao hanggang sa dumating ang mga paramedic
- Mangyaring ipalam sa kanila na sila ay na-overdose. "Hindi ka humihinga at kailangan kong bigyan ka ng Narcan."



San Francisco
Department of
Public Health

MATUTO TUNGKOL SA MGA MAPAGKUKUNAN NG PAG-IWAS SA LABIS NA DOSIS

sf.gov/information/overdose-prevention-resources

