



**QUÈ FAS EN UN LLOC
COM AQUEST?**



CONSELLS
EN CASOS D'INTOXICACIÓ
PER CONSUM DE DROGUES
DE SÍNTESI

ON ESTÀ LA FESTA? QUÈ M'HA PASSAT ?

Segurament alguna de les substàncies que has pres t'ha fet mal. Estàs en un servei d'urgències. Pots aprofitar aquesta ocasió per **REFLEXIONAR** sobre el que t'ha passat.

Et pensaves que no passava res? **PENSAVES QUE NO ET PODIA PASSAR A TU?** Tingues en compte que qualsevol consum de drogues té uns riscos associats. N'ets conscient? Existeixen una sèrie de motius pels quals pots haver arribat aquí. T'HO EXPLIQUEM:

MALESTAR GENERAL, PREOCUPACIÓ pels efectes del que has pres. De la mateixa manera que a vegades se t'assenta malament el que menges, prenent qualsevol droga pots trobar-te en la mateixa situació.

M'HE PASSAT i/o MASSA BARREGES Prendre més del compte en qualsevol substància, o barrejar substàncies sense cap tipus de mesura o de control pot provocar efectes no desitjats. Com més quantitat i/o més barreges, més fàcil que et trobis malament!

PÀNIC, POR, ANSIETAT, NEGUIT Sensacions fortes de pànic, de por, d'ansietat intensa, de desconfiança amb el que t'envolta (m'observen, es riuen de mi...), de nerviosisme poden donar-se si has pres alguna substància al·lucinògena (tripis, ketamina...), èxtasi o fins i tot cocaïna.

PALPITACIONS Qualsevol estimulants (cocaïna, èxtasi, speed, cafeïna, efedra...) produeix un augment de la freqüència cardíaca i de la

pressió arterial. A vegades aquesta acceleració pot ser molesta i provocar palpitations, arítmies o, fins i tot, en casos extrems, una parada cardíaca.

COP DE CALOR Pujada sobtada de la temperatura del cos amb risc per a la vida. Pot provocar-ho el consum abusiu d'èxtasi, sol o combinat amb d'altres substàncies (alcohol, cannabis, cocaïna); i també hi ajuda una mala hidratació (no beure aigua o suc), la pràctica d'exercici intens (ball) i estar en espais poc ventilats. Compte! L'alcohol pot emmascarar els malestars provocats per la substància sintètica.

COMA GHB (èxtasi líquid) i ketamina són fàrmacs utilitzats per a l'anestèsia; si et passes amb la dosi pots notar somnolència i fins i tot entrar en coma (quedar anestesiats del tot). La dosi de GHB és especialment sensible i més si ho combines amb alcohol.

PROBLEMES DE SALUT PREVIS No prenguis mai drogues sintètiques si pateixes de diabetis, asma, tensió arterial alta, problemes cardíacs, epilèpsia, alguna malaltia mental... El risc d'agreuja el problema de salut, o de patir qualsevol situació desagradable seria molt elevat.

MALA SORT? No t'ho creguis! De moment ho pots explicar. Però, què explicaràs? Que el consum de drogues té riscos? Que el que ha passat no va amb tu? Que depèn de com estiguis millor no prendre'n? Que controles?

ON ESTÀ LA FESTA?

**PÀNIC, POR,
ANSIETAT, NEGUIT**

**NO HAGUÉS HAGUT
DE...**

PALPITACIONS

**HE FET PATIR ELS
QUE M'ESTIMEM**

COMA

QUÈ M'HA PASSAT?

HAURIA D'HAVER...

COP DE CALOR

**CONEC
ELS RISCS?**



QUÈ FER QUAN COMENÇA **EL MAL ROTLLO?**

Davant qualsevol molèstia que consideris **LLEU**:

preocupació pels efectes del que t'has pres, malestars físics lleus, estats d'ànim estranys (pànics, ansietats o neguits dèbils...), "anar molt col·locat" sense pèrdua del coneixement...

Dóna-li importància. La teva salut és el més important. Explica-ho a algú de confiança (parella, amics, amigues...), no et quedis sol. Fins i tot, si ho creus necessari pots comunicar-ho als responsables de l'establiment on estiguis.

No prenguis més substàncies! No et faran trobar millor, sinó que empitjoraràs. Pensa que el que t'està passant és una conseqüència de la droga o drogues que has pres. Un cop passin els seus efectes probablement desapareixerà el malestar.

Que t'acompanyin a un lloc tranquil, fresc i ventilat, com per exemple el carrer. Un cop allà intenta tranquil·litzar-te.

Refresca't, beu aigua. Pren-te el teu temps.

Si els símptomes desapareixen ha estat només un ensurt. És el moment de retirar-te a descansar. No és aconsellable que tornis al local o que continuïs la marxa, els símptomes podrien reaparèixer agreujats. Per a més tranquil·litzat pots anar al servei d'urgències que et donin un cop d'ull.

Si els símptomes no desapareixen o no es nota millora acudiu als serveis d'urgències o truqueu al 061.

Davant qualsevol molèstia que consideris **GREU**:

malestars físics greus (vòmits...), símptomes d'un cop de calor (marejos, rampes musculars, deixar de suar, esgotament sobtat...), sensacions de desconfiança amb el que t'envolta, atacs de pànic o crisis d'ansietat de difícil control, pèrdua del coneixement o coma, sensació d'ofec o dificultats respiratòries, palpitations intenses...

Truca al 061



T'han de traslladar ràpidament al servei d'urgències més proper.

“PER UNA NIT MÉS SEGURA”



Sanitat Respon 24 hores

902 111 444



www.gencat.net/sanitat



Generalitat de Catalunya
Departament de Sanitat i Seguretat Social
Direcció General de Drogodependències i Sida