

**БЕРЕГИ
СЕБЯ**

**ПРОГРАММА
СНИЖЕНИЕ ВРЕДА**

Информация об охране здоровья
тех кто употребляет наркотики

**А ЧТО
В ШПРИЦЕ?**

***БИОHAZARD** - биологическая опасность

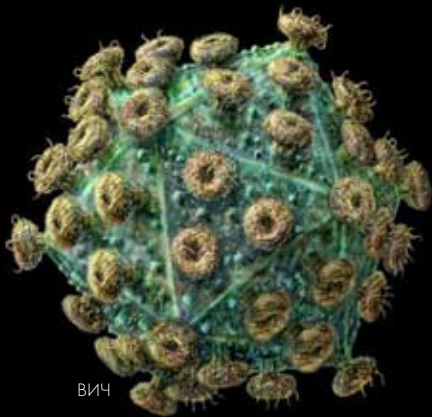
ЛУЧШЕ ЗАВЯЖИ С НАРКОТИКАМИ!

Если по каким-либо причинам ты пока не можешь этого сделать, то внимательно ознакомься с нашей информацией и передай её дальше своим «сподвижникам»!

А ШТО В ШПРИЦЕ?

Глядя на шприц или другую ёмкость с жидким наркотиком, редко кому в голову приходят мысли, что жидкость – это среда обитания всякой заразы. Всегда кажется, что там ничего не может быть «постороннего». А человеку, принесшему долгожданное вещество, очень хочется верить, что «ничем таким он туда не лазил», и вообще - ни о чем кроме как о твоём здоровье и стерильности, он не думал, когда утиль, выбирал или переливал наркотик. Но, увы, как подтверждает практика, большинство случаев инфицирования всякими заболеваниями случается именно среди нас - потребителей наркотиков.





ВИЧ

Возбудитель ВИЧ (вирус иммунодефицита человека) чрезвычайно живуч в крови. Особенно пригодными для него условиями считаются остатки крови в шприце или в иглах - ДО 1 МЕСЯЦА!

В среде наркотиков опиатного ряда – «ширка», «ханка», героин – ВИЧ сохраняет активность БОЛЕЕ НЕДЕЛИ.

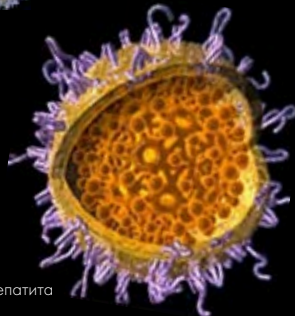
В жидкой кислотно-щелочной среде инъекционных стимуляторов - «вент», «джеф», «мулька», амфитамин, первитин и т.д. – НЕ МЕНЕЕ 2-Х ДНЕЙ.



Возбудители ГЕПАТИТА В и С ещё более устойчивы. В загрязненном кровью шприце они могут сохранять активность ГОДАМИ.

СТАФИЛОКОККИ И СТРЕПТОКОККИ имеют высокую стойкость во внешней среде. Им не страшны ни зной, ни мороз. В загрязнённом кровью, гноем и слюной шприце, они могут сохраняться МЕСЯЦАМИ.

ГРИБКИ устойчивы даже к дезинфицирующим растворам, а в грязном шприце живут ДО 4-Х ЛЕТ!



Вирус гепатита

Повторное использование шприца, в котором сохранились следы хотя бы одного из перечисленных вирусов или микроорганизмов, может стать реальной причиной заражения ВИЧ-инфекцией, гепатитами или стать причиной образования абсцессов и других заболеваний.

ПОМНИ: Любая инъекция в антисанитарных условиях – это почти 100 процентная вероятность попадания в кровь всякой заразы!

Достаточно вспомнить уколы в необработанные спиртом места или немытые руки, которыми осуществляется процесс изготовления и последующее введение наркотика в кровь, чтобы наиболее ярко представить картину инфицирования микроорганизмами, например, такими, как кишечная палочка, сальмонелла и т. д. Попадая в кровь, они снижают иммунитет и ослабляют организм, не вызывая при этом внешних симптомов заболевания.

Сальмонела



Стафилококк



ВИРУС ИММУНОДЕФИЦИТА ТЕРЯЕТ АКТИВНОСТЬ ПРИ ТЕМПЕРАТУРЕ 65 ГРАДУСОВ С

Достаточно иметь при себе ложку или фурик, чтобы обезопасить "раствор" от этой заразы. Например, с винтом ничего не случится, никуда он не улетит, если его разок "поднять" (вскипятить) в пузырьке с плотной крышечкой. "Черную" кипятить можно в чем угодно - лишь бы в растворе не было димедрола и соната до кипячения (иначе при нагревании раствор возьмётся соплями). Хуже ширка не станет, ну, разве что испарится пару точек воды. Зато ты будешь застрахован от инфицирования ВИЧ!



ВНИМАНИЕ!

Бытует мнение: "Я уже вичованный и мне все пофиг!" Знайте, что повторное инфицирование - это попадание в организм других видов (штаммов) вируса. Они будут убивать ваш иммунитет с многократно большей силой!



Если возникнет необходимость повторного использования собственного шприца – прокипятить его, с ним ничего не случится. Но **ЗАПОМНИ**: эффективность может быть только в случае, когда процесс кипячения длится не менее 15-20 мин!



Возьми за правило:

1. Мыть руки чаще, чем колоться!
2. Гигиена превыше всего!
3. Всегда пользоваться только нулёвыми шприцами.
4. Никогда не пользоваться чужим шприцем и никому не давать свой шприц.
5. Всегда использовать антисептические спиртовые салфетки.

ВНИМАНИЕ!

Проточная вода из-под крана, выбранная несколько раз через иглу – значительно снижает риск инфицирования, но не гарантирует стерильности.
Никогда не бросай использованный шприц, где попало, особенно там, где могут играть дети! Не делай этого сам и призывай других не делать этого.



В качестве антисептика можно использовать спирт, перекись водорода, раствор хлорамина или фурацилина. Старайся, чтобы не было подтеков спирта при протирании им места инъекции. Вместо спирта можно воспользоваться тройным одеколоном, но протирать место следует насухо!

Эти вещества можно свободно приобрести в уже готовой для дезинфекции концентрации в каждой аптеке или получить бесплатно на пунктах обмена шприцев – ПОШ, которые существуют в каждом районе города.

При полоскании шприцев дезрастворами, помни, что полоскание инструментария производится по методу «2х2х2», т.е. следует дважды выбирать (через иглу!)

- **сначала проточную воду,**
- **потом дезинфектор,**
- **и снова воду**



КАК ПРОВЕРИТЬ КАЧЕСТВО ПРЕЗЕРВАТИВА?

В качестве «презиков» можно
легко убедиться:

1. Хорошенько разогрейте кондом в руках в течении минуты-другой, чтобы латекс прогрелся;
2. Надуйте презерватив и выпустите из него воздух;
3. Аккуратно натяните презерватив на руку. Если размеры места, на котором вы собираетесь эксплуатировать кондом, больше вашей ладони – можете провести эксперимент и смело натянуть пробный экземпляр по самый локоть.
4. Если вы сделаете это аккуратно, качественный презерватив выдержит!



Стань участником программы СНИЖЕНИЯ ВРЕДА!

Теперь, когда ты знаешь, какой большой опасности ты подвергаешь свое здоровье, рискуя инфицироваться ВИЧ и заразить близких, какой огромный ВРЕД ты наносишь себе и людям, употребляя инъекционные наркотики - ты можешь принять участие в программе, способствующей снижению этого риска и уменьшающей вред. Программа так и называется – **СНИЖЕНИЕ ВРЕДА**. Запреты запретами, а забота о здоровье – должна быть на первом месте. Сегодня во многих районах нашего города существуют пункты обмена шприцев – это часть большой программы «Снижение вреда, связанного с употреблением инъекционных наркотиков», которая заботится о твоём здоровье, защищает твои гражданские права и интересы. Чего бы это вдруг? Да потому что ты такой же человек и гражданин, как и все. И наконец-то люди стали это понимать. Это комплекс мер и услуг, с помощью которых ты можешь уберечь собственное здоровье и полностью легализовать себя в обществе. Что значит снижение? Например, не будешь же ты отрицать, что вред от инъекций гораздо больший, чем от глотания наркотика? Или - не менее ли вредно курить, чем колоться? Конечно, лучше вообще отказаться от всякой дряни, но ведь выбор делаешь только ты САМ! Никто не неволит. Не можешь? Для опиатчиков существует заместительная терапия – пьёшь таблетки и живёшь полноценной жизнью. Хочешь вообще избавиться от наркозависимости? Иди в группу самопомощи, там такие как ты – равные тебе люди – помогут, подскажут что тебе следует предпринять.

Добровольность и анонимность – гарантируются всем участникам программы.

Для идентификации и мониторинга (контроля эффективности работы) участникам выдаются карточки, в которых стоит номер/код участника; указаны номера телефонов, по которым можно получить более подробную информацию; указаны ссылки на законодательство, которые дают право на **БЕСПРЕпятственный обмен инъекционного инструментария**.



Став участником программы, ты сможешь регулярно:

- менять шприцы и иглы;
- получать презервативы;
- получать витамины;
- медикаменты;
- перевязочные материалы;
- спиртовые салфетки и антисептики;
- информационную литературу, буклеты, газеты, журналы;
- направления к врачам и специалистам;
- юридическую помощь – консультации юриста.

ВСЁ БЕСПЛАТНО И АНОНИМНО!

ПОМНИ! Твои права защищены и гарантированы законодательством Украины!



Чтобы уберечь от случайного прокола и возможного заражения сотрудников обменного пункта, которые собирают использованные шприцы и иглы для дальнейшей утилизации, пожалуйста собирай и приноси «баяны» в таком виде, как указано на фото. **Главное, чтобы игла острым концом была помещена внутрь шприца.**

Для безопасного хранения и транспортировки все собранные таким образом использованные шприцы следует помещать в плотно закрытую ёмкость – пластиковую бутылку или приспособленную под контейнер небольшую картонную коробку.



Историческая справка или зачем это надо

“Возлюби ближнего, как самого себя” - сказано в писании. Как самого себя. А что будет с ближним если мы сами себя не возлюбим, не заботимся? Снижение вреда зародилось в Голландии в начале 80-х. Продвинутое голландское общество («Janke band») однажды поняло, что никто кроме них самих, не позаботится об их здоровье, не защитит от разбушевавшихся эпидемий ВИЧ/СПИДа, туберкулёза и гепатитов, от полицейской жестокости и чиновничьей тупости. Они стали объединяться и заставили общество считаться с их требованиями, которые были очень простые – наркозависимые такие же члены общества, как и все люди. Они стали УВАЖАТЬ себя и других стали приучать к этому. Мудрые европейцы согласились, что наркомания, к сожалению, была и будет, и вместо не оправдавшей себя политики тотальных запретов, стали проводить более гуманную политику, основанную на человеколюбии и прагматизме: «Потребители наркотиков являются неотъемлемой частью нашего общества, болеют они – болеем мы, т.е. от здоровья каждого в отдельности зависит здоровье всего человечества». И механизм сработал: болезни стали отступать, а всё общество выиграло во многом, люди стали здоровее, а деньги, раньше улетающие в трубу, стали приносить реальную пользу. Так на вооружение охраны гражданского здоровья был взят новый подход – Harm reduction - Снижение вреда. Подключайся!

Для участия в программе

Достаточно просто подойти на ближайший ПОШ
(пункт обмена шприцев), адрес которого можно узнать по телефонам:

Или прийти по адресу:

Время работы:

Работа ПОШ построена на принципах взаимодоверия
и исключительной конфиденциальности.

**Уважай себя и уважай людей, которые помогают тебе
и занимаются профилактикой распространения
ВИЧ/СПИДа!**

Становись участником Снижения вреда.
Будь с нами, вместе мы – сила!

ПОЛЕЗНЫЕ АДРЕСА И ТЕЛЕФОНЫ

Группы самопомощи анонимных наркоманов (АН):

ГО «Клуб ЭНЕИ» Телефон: **279-72-97**

Адрес: пер. Шевченко 13/21 2-ой этаж.

Специализированная социальная служба ресоциализации наркозависимой молодёжи и поддержки их семей

– в Святошинском районе г. Киева

тел: **423-15-80**, ул. Доброхотова, 24-а.

Правовая помощь

Киевский городской Центр социальных служб
для семьи, детей и молодёжи тел: **456-82-47**;

ГО «Клуб ЭНЕИ» тел: **279-72-97**

Кабинет доверия (врач-инфекционист)

«Дроп ин Центр» тел: **272 33 59**

Татьяна Логинова

Киевский Городской Центр профилактики и борьбы со СПИД

Телефон:

450-91-68 (кабинет доверия),

592-63-99

Адрес: (ул Отдыха 11) ул. Крамского, 21

Наркологическая Информационно -консультационная приёмная

Телефон: **456 11 28, 566 97 24**

Национальна линия доверия по вопросам ВИЧ/СПИД

Телефон: **8 800 500 45 10**

Круглосуточно

По вопросам АРВ терапии–

МБФ «Вертикаль» тел: **585 08 24**

По вопросам Заместительной терапии и реабилитации – РЦ «Ступени»

тел: **567 66 60**

Информация изложенная в данном издании предназначена исключительно
для потребителей инъекционных наркотиков

Авторы-составители: П. Куцев, Я. Куцева

При составлении буклета использованы материалы:
Буклет AFEW "Снижение вреда"

Данное издание подготовлено к печати Благотворительным фондом "Дроп ин Центр" в рамках проекта "Инновации в профилактике ВИЧ" (Соглашение № 04-GF-06)

Продукция издана при финансовой поддержке МБФ "Международный Альянс по ВИЧ/СПИД в Украине" в рамках реализации программы "Преодоление эпидемии ВИЧ/СПИДа в Украине"

Изложенные здесь мнения и точки зрения являются мнениями и точками зрения организации, издавшей данную продукцию, и не могут рассматриваться как мнения и точки зрения МБФ "Международный Альянс по ВИЧ/СПИД в Украине"

БФ «Дроп ин Центр», г.Киев, ул. Кудрявский спуск, 4.
Адрес для писем: dropincenter@mail.ru г. Киев 1, а/я 52.

Отпечатано в ООО НВФ "Славутич -Дельфин"
Тираж: 2000 экз.

Альянс

Міжнародний Альянс з ВІЛ/СНІД в Україні



БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЙ ФОНД
ДРОП ИН ЦЕНТР