**Tarptautinė perdozavimo žinomumo diena**

Rugpjūčio 31 d. visame pasaulyje minima Tarptautinė perdozavimo žinomumo diena, skirta priminti visuomenei apie psichoaktyviųjų medžiagų sukeliamas mirtis, mažinti jų skaičių ir susijusią stigmą. Ši diena yra skirta ne tik informacijos sklaidai, bet ir paramos teikimui tiems, kurie prarado artimuosius dėl perdozavimo, ir tiems, kurie susiduria su priklausomybe.

Šių metų Tarptautinės perdozavimo žinomumo dienos šūkis – „Kartu mes galime!“, akcentuojantis visų narkotikų politikos temomis dirbančių organizacijų, įstaigų ir visuomenės pastangas kartu mažinti psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo žalą, o taip pat ir mirčių statistiką.

**Psichotropinių medžiagų maišymas dar labiau padidina perdozavimo riziką**

2022 m. visoje ES narkotinių medžiagų vartojimas sukėlė apie 6 400 mirčių. Vis dėlto, tendencijos nėra tolygios, vienose ES šalyse stebimas narkotikų vartojimo sukeltų mirčių didėjimas, o kitose, priešingai, tokių mirčių skaičius sumažėjo. 2023 m. Lietuvoje buvo nustatyti 74 mirties atvejai, kurių pagrindinė priežastis buvo narkotinių ir psichotropinių medžiagų vartojimas. Nors su narkotinių ir psichotropinių medžiagų vartojimu siejamas mirtingumas 2023 m. buvo mažesnis nei 2022 m., bet išliko didesnis nei 2018–2021 m. laikotarpiu. Deja, bet 2023 m. buvo nustatytos dvi nepilnamečių asmenų mirtys, kurias sukėlė narkotinių ir psichotropinių medžiagų vartojimas.

Narkotikų, tabako ir alkoholio kontrolės departamentas (toliau – NTAKD) atkreipia dėmesį, kad Europoje vis daugiau mirčių yra siejamos ne su kažkurio vieno narkotiko, o kelių skirtingų medžiagų vartojimu, pavyzdžiui, kelių skirtingų narkotikų vartojimu arba narkotikų vartojimu kartu su alkoholiu ar psichotropiniais vaistais (pvz., benzodiazepinais). Nors Europoje didelė dalis mirčių vis dar siejamos su opioidų vartojimu, bet tik keliose ES šalyse (Austrijoje, Italijoje) daugiau nei pusėje mirties nuo narkotikų atvejų yra aptinkama heroino. Kitose šalyse daugiau mirčių sukelia kiti opioidai (nauji sintetiniai opioidai, metadonas, buprenorfinas ir kt.) ar stimuliantai (kokainas ir kt.). Baltijos šalyse narkotikų vartojimo sukeltų mirčių skaičiaus didėjimas siejamas su itin stipriu poveikiu pasižyminčių naujų sintetinių opioidų (karfentanilio ar nitazenų) vartojimu.

Lietuvoje 2023 m. karfentanilis buvo aptiktas 29 asmenų, kurių pagrindinė mirties priežastis buvo narkotinių ir psichotropinių medžiagų vartojimas, organuose ir biologiniuose skysčiuose (2021 m. – 16, 2022 m. – 31), o 6 mirties atvejuose buvo aptiktas sintetinis katinonas 3-CMC (2 atvejuose kartu su karfentaniliu). Tad stebimas ne tik itin stiprių narkotinių ir psichotropinių medžiagų vartojimas, bet ir jų maišymas, kombinavimas, kas dar labiau padidina perdozavimo riziką.

Augantis mirčių, susijusių su narkotinių ir psichotropinių medžiagų vartojimu, atvejų skaičius rodo mokslu ir gerąja kitų šalių praktika grįstų sprendimų ir priemonių poreikį, apimant tarptautinius kokybės standartus atitinkančią psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo prevenciją, gydymo, žalos mažinimo, reabilitacijos paslaugų įvairovę ir prieinamumą bei kitų pripažintų ir žmogaus gerovei skirtų praktikų diegimą. Tam reikalingas ne tik narkotikų politikos temomis dirbančių organizacijų, įstaigų, bet ir visos visuomenės įsitraukimas.

**Ką reikėtų žinoti?**

Respublikinio priklausomybės ligų centre (toliau – RPLC) nemokamai vykdoma opioidų perdozavimo prevencija: suteikiama konsultacija perdozavimo ir pirmosios pagalbos perdozavus klausimais, išduodamas medikamentas naloksonas. Trimis iš keturių perdozavimo atvejų asmuo, patiriantis perdozavimą, yra ne vienas, todėl labai svarbu, kad patys narkotikų vartotojai, jų artimieji, draugai ir kiti potencialūs perdozavimo situacijos liudininkai būtų apmokyti ir žinotų, ką daryti.

Naloksonas yra medikamentas, laikinai blokuojantis opioidinius receptorius, kuriuos veikia heroinas (ir kiti opioidai) ir laikinai sustabdantis perdozavimo požymius. Jo poveikis trunka apie 30–90 min., todėl svarbu žinoti, kad perdozavimo požymiai gali pasikartoti. Būtina stebėti žmogų artimiausias kelias valandas, paaiškinti jam, kas nutiko, pasakyti, kad opioidų poveikis palaipsniui grįš (praėjus apie 20 minučių) ir kad gyvybiškai svarbu daugiau nieko nevartoti.

RPLC specialistai informuoja, kaip atpažinti perdozavimo požymius:

* žmogus yra be sąmonės, nereaguoja į aplinkos dirgiklius, pvz. savo vardą, nedidelį skausmą (galima rankų krumpliais patrinti krūtinę);
* kvėpavimas yra lėtas, retas, žmogus „knarkia“, šniokščia, gargaliuoja;
* žmogus nebekvėpuoja visai;
* žmogus yra išblyškęs;
* mėlynuoja lūpos, rankos, kojos.

Perdozavimo atvejai ne visada yra staigūs – tokie jie dažniausiai būna vartojant heroiną, tačiau, jei vartojamos arba maišomos kelios medžiagos, mirtis nuo perdozavimo gali ištikti ir praėjus keletui valandų po vartojimo. Jei žmogus yra be sąmonės, kvieskite greitąją pagalbą, tel. 112.

Jei žmogus kvėpuoja, iškvietę greitąją pagalbą, paguldykite žmogų į stabilią poziciją ant šono ir, jei turite, į raumenį (ranką, šlaunį, sėdmenis), leiskite naloksono (naloksonas – Lietuvoje registruotas saugus medikamentas, opioidinių narkotikų priešnuodis).

**Kur kreiptis pagalbos?**

Pagalbą asmenims, žalingai vartojantiems psichoaktyviąsias medžiagas, teikiama Respublikiniame priklausomybės ligų centre, psichikos sveikatos centruose ir žemo slenksčio kabinetuose.

[Žemo slenksčio kabinetų ir jų kontaktų sąrašas.](file:///C:\Users\Komunikacija\AppData\Local\Microsoft\Windows\INetCache\Content.Outlook\QYDLTVXW\Žemo%20slenksčio%20kabinetų%20ir%20jų%20kontaktų%20sąrašas)

<https://www.rplc.lt/kita-pagalba-lietuvoje/zemo-slenkscio-paslaugos/>

***NTAKD*** *ir* ***RPLC*** *parengta informacija*

#IOAD2024 #TogetherWeCan #EndOverdose