

Ketamina



Cunoscută sub numele

K, keta, K specială, K super



Cum este folosită

Sub formă de pudră, este înfășurată și înghițită (înghițită ca o bombă) sau trasă pe nas. Sub formă de lichid, poate fi injectată



Cum te poate face să te simți

Euforic(ă), calm(ă), dezorientat(ă), confuz(ă), amorțit(ă), greață



Cât durează

De obicei, efectul ketaminei durează 1-2 ore



Important de știut

Toleranța la ketamină se dezvoltă ușor, crescând riscul de dependență precum și probleme la rinichi și vezică și fără testare nu există nicio modalitate de a ști ce conține un drog și cât este de puternic

Ce poate face

- › Afectează coordonarea motorie
- › Cauzează durere de spate sau crampe (cunoscute sub numele de crampe-k)
- › Duce la probleme de rinichi și dăunarea vezicii
- › Crește anxietatea, atacuri de panică, insomnie, paranoia și halucinații

Cum să reduci riscurile

- › Începe cu o doză mică și ia-o încet
- › Hidratează-te bine înainte, în timpul și după consum
- › Evită amestecul cu alte droguri în special alte „inhibitoare”
- › Ține socoteala la cât de mult ai folosit și ia pauze
- › Nu sta în cadă pentru a calma durerea crampelor
- › Dacă tragi pe nas, folosește propriul tub de tras pe nas și nu îl împărți cu alții
- › Mărunțește pudra fin pentru a reduce dăunarea nasului și spală nasul după consum
- › Folosește echipament steril pe care serviciul tău local îl poate furniza împreună cu sfaturi despre injectarea mai sigură
- › Apelează la servicii medicale dacă începi să suferi de durere de rinichi sau vezică
- › Testează-ți drogurile. Poți trimite o mostră la WEDINOS care o să îți trimită rezultatele în mod anonim on line



Dacă tu sau cineva cu care ești nu e bine, sună la 999 sau apelează la servicii medicale imediat



Dacă dorești informații, sfaturi ori susținere cu privire la consumul de substanțe, vizitează www.lincsbeacon.co.uk



Cocaină



Cunoscută sub numele

Coca, Charlie, albă, crack, blow, zăpadă



Cum este folosită

Sub formă de pudră, în general este trasă pe nas, dar, de asemenea poate fi înghițită sau injectată



Cum te poate face să te simți

Energic(ă), alert(ă), pierderea poftei de mâncare, cald, neliniștit(ă), nu poți dormi



Cât durează

De obicei, durează câteva minute până își face efectul și durează în jur de 20 de minute



Important de știut

Când este folosită în mod repetat, cocaina epuizează depozitele de dopamină care pot provoca anxietate și paranoia. Amestecarea cocainei cu alcoolul creează o substanță în organism numită cocaetilenă, făcând-o mai dăunătoare.

Ce poate face

- › Crește tensiunea arterială și riscul unui atac de cord ori accident vascular cerebral
- › Deteriorează înăuntrul nasului
- › Crește anxietatea și schimbările de dispoziție
- › Declanșează afecțiuni medicale de sănătate mintală
- › Cauzează supraîncălzire

Cum să reduci riscurile

- › Începe cu o doză mică și ia-o încet
- › Evită amestecul cu alte substanțe
- › Folosește propriul tub de trase pe nas și nu îl împărți cu alții
- › Mărunțește pudra fin pentru a reduce dăunarea nasului și spală nasul după consum
- › Folosește echipament steril, care poate fi ridicat de la serviciul tău local
- › Ia pauze pentru a permite chimicalelor din creier să se refacă
- › Hidratează-te și încearcă să mănânci și să dormi după consum
- › Testează-ți drogurile. Poți trimite o mostră la WEDINOS care o să îți trimită rezultatele în mod anonim on line



Dacă tu sau cineva cu care ești nu e bine, sună la 999 sau apelează la servicii medicale imediat



Dacă dorești informații, sfaturi ori susținere cu privire la consumul de substanțe, vizitează www.lincsbeacon.co.uk



Alcool



Cunoscut și sub numele

Băutură, șpriț, tărie



Cum este folosit

Alcoolul este consumat fie singur, fie amestecat cu băuturi răcoritoare



Cum te poate face să te simți

Relaxat(ă), deschis(ă), sociabil(ă), dezorientat(ă), vedere blurată, greață, moleșit(ă)



Cât durează

Poate să dureze câteva ore, de obicei prima oară se simte timp de 1-2 ore după consumare



Important de știut

Alcoolul este un depresor al sistemului nervos central. Acest lucru înseamnă că încetinește ritmul cardiac și respirația.

Ce poate face

- › Coordonare defectuoasă și afectează judecata, crescând riscul accidentelor
- › Crește riscul de cancer la gât, gură, ficat și sâni
- › Cauzează intoxicația cu alcool
- › Afectează ficatul, incluzând ficat gras, fibroză și ciroză
- › Crește posibilitatea să dezvolti boli la inimă, tensiune arterială mare și accidente vasculare cerebrale
- › Reduce fertilitatea
- › Cauzează naștere prematură, greutate scăzută la naștere și sindromul alcoolic fetal
- › Crește depresia și anxietatea

Cum să reduci riscurile

- › Mănâncă înainte de a bea ca alcoolul să fie absorbit mai încet
- › Evită amestecul cu alte substanțe, în special depresoare
- › Bea multă apă și alternează între alcool și băuturi răcoritoare
- › Cumpără-ți propriile băuturi în loc să bei în runde, pentru a evita să bei mai mult decât ai plănuit
- › După ce ai băut, nu conduce, nu folosi cuptorul, aragazul și nu face baie
- › Gândește-te la consimțământ și ai la tine prezervative dacă plănuiești să faci sex
- › Să ai cel puțin 3 zile neconsecutive fără alcool pe săptămână
- › Dacă ești dependent(ă), nu te opri brusc deoarece sevrajul poate cauza crize fatale



Dacă tu sau cineva cu care ești nu e bine, sună la 999 sau apelează la servicii medicale imediat



Dacă dorești informații, sfaturi ori susținere cu privire la consumul de substanțe, vizitează www.lincsbeacon.co.uk



MDMA



Cunoscut sub numele

Boabă, ecstasy, E



Cum este folosit

Sub formă de pudră, este înfășurat și înghițit (înghițit ca o bombă) sau frecat pe gingii. De asemenea, este sub formă de pastilă, care sunt înghițite



Cum te poate face să te simți

Euforic(ă), energic(ă), crește ritmul cardiac și temperatura, confuz(ă)



Cât durează

De obicei, efectele sunt simțite în 20-60 de minute (uneori mai mult) și pot dura până la 4-6 ore



Important de știut

Ecstasy există în culori, forme și logo-uri diferite și s-a constatat că pastilele din Regatul Unit conțin de până la trei ori doza unui adult, fără nicio modalitate de a ști ce conține ori tăria acestuia fără testare.

Ce poate face

- › Crește temperatura și supraîncălzi când este combinat cu dansul
- › Cauzează sete excesivă
- › Impact asupra stărilor timp de mai multe zile după consum

Cum să reduci riscurile

- › Începe cu o doză mică apoi ia-o încet
- › Toacă mărunț și aplică o cantitate mică
- › Dacă consumi ecstasy, începe cu o pătrime dintr-o pastilă. Așteaptă cel puțin o oră înainte de a lua mai mult
- › Evită amestecarea cu alte droguri, inclusiv alcool
- › Hidratează-te, bând între jumătate de halbă și o halbă pe oră
- › Ia pauze de la dansat pentru a evita supraîncălzirea
- › Cântărește-ți doza
- › Evită trasul pe nas
- › Lasă aproximativ trei luni între sesiuni pentru a îți permite corpului tău să se recupereze complet
- › Testează-ți drogurile. Poți trimite o mostră la WEDINOS care o să îți trimită rezultatele în mod anonim on line



Dacă tu sau cineva cu care ești nu e bine, sună la 999 sau apelează la servicii medicale imediat



Dacă dorești informații, sfaturi ori susținere cu privire la consumul de substanțe, vizitează www.lincsbeacon.co.uk



Oxid Nitric



Cunoscut sub denumirea

Gaz de răs, baloare, nos



Cum este folosit

Sticla incoloră este eliberată dintr-un recipient metalic sub presiune într-un balon și este inhalat



Cum te poate face să te simți

Euforic(ă), relaxat(ă), amețit(ă), chicoteală, detașat(ă), halucinații, dureri de cap



Cât durează

Are un efect imediat, atingând vârful la aproximativ 10-20 de secunde și scăzând rapid



Important de știut

Consumul împreună cu alte droguri precum cannabisul ori alcoolul poate crește efectul sedativ, rezultând în pierderea conștiinței la doze mari. Consumul cu droguri halucinogene precum LSD, ciuperci și ketamină poate intensifica efectele.

Ce poate face

- › Reduce echilibrul, coordonare, poate crește riscul accidentelor
- › Duce la anemie cauzată de deficiența în B12
- › Cauzează deteriorarea permanentă a nervilor
- › Afectează inima
- › Dăunează gâtului și plămânilor
- › Reduce fertilitatea și poate fi dăunător unui făt, dacă este consumat în timpul sarcinii

Cum să reduci riscurile

- › Nu consuma într-un spațiu închis
- › Evită inspiratul și expiratul din balon în mod repetat, ia guri de aer între
- › Rămâi așezat(ă) pentru a reduce riscul căderii
- › la pauze regulate și evită consumarea mai multor baloane unul după altul
- › Mănâncă alimente cu un conținut ridicat de B12 după o sesiune



Dacă tu sau cineva cu care ești nu e bine, sună la 999 sau apelează la servicii medicale imediat



Dacă dorești informații, sfaturi ori susținere cu privire la consumul de substanțe, vizitează www.lincsbeacon.co.uk



Beacon

Lean



Cunoscut sub numele

Sirop mov, Sprite murdar, sirop



Cum este folosit

Lean este făcut prin amestecarea siropului de tuse prescris cu codeină, adesea cu un dulce fiert. De obicei este mov dar poate varia



Cum te poate face să te simți

O senzație de bine, sedare, încetinirea respirației și a ritmului cardiac, euforie, halucinații, disociat(ă)



Cât durează

Effects begin within 30 - 60 minutes and can last up to 6 hours



Important de știut

Lean poate conține codeină (un opioid), prometazină (un antihistaminic) și dextrometorfan (găsit în medicamente pentru tuse și răceală fără prescripție medicală)

Ce poate face

- › Încetinește respirația până la un nivel periculos ori o oprește complet
- › Scade inhibițiile
- › Aduce moleșală și neliniștire, crescând riscul unui accident
- › Cauzează supradoză de paracetamol

Cum să reduci riscurile

- › Începe ușor și ia-o încet
- › Nu bea amestecuri făcute de alți oameni
- › la pauze și încearcă să nu consumi des pentru a reduce riscul dependenței
- › Recunoaște semnele unei supradoze de opioide
- › Consumă pe rând, dacă consumi cu alții, pentru ca cineva să poată suna pentru ajutor dacă e nevoie
- › Poartă naloxonă cu tine, un medicament de prim ajutor care poate inversa efectul opioidelor
- › Testează-ți drogurile. Poți trimite o mostră la WEDINOS care o să îți trimită rezultatele în mod anonim on line



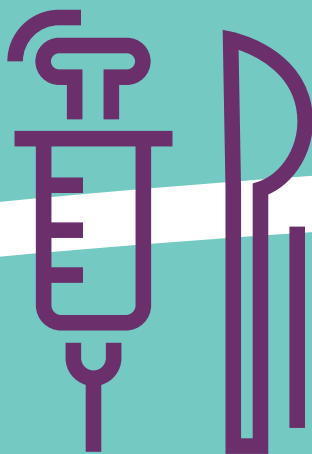
Dacă tu sau cineva cu care ești nu e bine, sună la 999 sau apelează la servicii medicale imediat



Dacă dorești informații, sfaturi ori susținere cu privire la consumul de substanțe, vizitează www.lincsbeacon.co.uk



Heroină



Cunoscută sub numele

Gear, smack, maro, H, junk



Cum este folosită

Heroina este o pudră maro ori heroină de gudron negru de obicei fumată pe folie (înhalarea fumului/aburului) ori injectată și, mai rar, trasă pe nas



Cum te poate face să te simți

Căldură, euforie, moleșeală, respirație încetinită, greață, mâncărime și constipație



Cât durează

În mod tipic efectul heroinei durează 15-30 de minute dar te poate moleși timp de câteva ore după



Important de știut

Heroina este un opioid, un calmant care acționează asupra receptorilor creierului, găsit alături de droguri naturale precum morfina și alături de cele sintetice precum fentanil și nitazenele.

Ce poate face

- › Încetinește respirația până la un nivel periculos ori o poate opri complet
- › Cauzează leziuni precum abcese, ulcere și vene deteriorate atunci când sunt injectate
- › Împrăștie virusuri transmise prin sânge
- › dacă echipamentul de injectare este împărțit
- › Crește problemele respiratorii, inclusiv BPC când este fumată
- › Duce la dependență fizică și simptome de sevră atunci când este oprită

Cum să reduci riscurile

- › Începe ușor și ia-o încet
- › Evită amestecarea cu alte substanțe, în special depresoare
- › Consumă pe rând, dacă consumi cu alții, pentru ca cineva să poată suna pentru ajutor dacă e nevoie
- › Poartă naloxonă cu tine, un medicament de prim ajutor care poate inversa efectul opioidelor
- › Ia pauze și încearcă să nu folosești des
- › Vorbește cu serviciul tău local despre a trece pe un tratament sub prescripție medicală
- › Folosește echipament steril pe care serviciul tău local ți-l poate furniza împreună cu sfaturi despre injectarea mai sigură
- › Folosește propriul tău tub de tras pe nas și nu îl împărți cu alții
- › Testează-ți drogurile. Poți trimite o mostră la WEDINOS care o să îți trimită rezultatele în mod anonim on line



Dacă tu sau cineva cu care ești nu e bine, sună la 999 sau apelează la servicii medicale imediat



Dacă dorești informații, sfaturi ori susținere cu privire la consumul de substanțe, vizitează www.lincsbeacon.co.uk



Beacon

Amfetamina



Cunoscută sub numele

Speed, amphet, whizz, billy, bomb



Cum este folosită

Amfetaminele sunt folosite sub formă de pudră (în mod tipic alb murdar, gri ori roz) ori sub formă de pastile, luate prin înghițire, trase pe nas sau injectate. Unele tipuri sunt prescrise medical



Cum te poate face să te simți

Energic(ă), ritm cardiac crescut, euforic(ă), pupile dilatate, paranoic(ă), anxios(ă), pierderea apetitului, libidoul crescut



Cât durează

Efectele durează 3 – 6 ore, depinzând de doză și tărie



Important de știut

Fără testare, este imposibil să se știe ce este în drog și cât de tare este. S-a constatat că amfetaminele sunt tăiate cu laxative, cafeină și alte droguri.

Ce poate face

- › Crește ritmul cardiac și riscul unui atac de cord și atac vascular cerebral
- › Tulbură tiparele de somn și apetitul
- › Cauzează probleme stomatologice cauzate de scrâșnitul dinților sau „strângere a maxilarului”
- › Face o persoană să se supraîncălzească și să facă supradoză
- › Declanșează afecțiuni medicale de sănătate mintală
- › Cauzează leziuni precum abcese, ulcere și vene deteriorate atunci când este injectată
- › Împrăstie virusuri transmise prin sânge dacă echipamentul de injectare este împărțit

Cum să reduci riscurile

- › Începe ușor și ia-o încet
- › Începe cu o pătrime dintr-o pastilă. Așteaptă cel puțin o oră înainte de a lua mai mult
- › Evită amestecarea cu alte substanțe, în special stimulatori precum cocaina ori MDMA care cresc efortul inimii
- › Stai hidratat(ă) și încearcă să mănânci și să dormi după consum
- › Folosește echipament steril, pe care serviciul tău local îl poate furniza împreună cu sfaturi despre injectarea mai sigură
- › Toacă pulberea mărunt pentru a reduce lezarea nasului și spală nasul după consum
- › Folosește propriul tub de tras pe nas și nu îl împărți cu alții
- › Testează-ți drogurile. Poți trimite o mostră la WEDINOS care o să



Dacă tu sau cineva cu care ești nu e bine, sună la 999 sau apelează la servicii medicale imediat



Dacă dorești informații, sfaturi ori susținere cu privire la consumul de substanțe, vizitează www.lincsbeacon.co.uk



Canabis



Cunoscut sub numele

Weed, dope, iarbă, verde, hash, marijuana



Cum se folosește

Canabis există în forme diferite inclusiv plantă uscată (frunze sau muguri), rășină (o bucată solidă), ulei și produse comestibile. Acesta poate fi fumat, inhalat sau mâncat



Cum te poate face să te simți

Relaxat(ă), vorbăreț(ă), chicoteală, moleșit(ă), foame, gură uscată, anxios(ă), amețit(ă), greață



Cât durează

Fumat ori inhalat: efectele încep în câteva minute. Mâncat: durează până la o oră și pot ține până la 8 ore



Important de știut

Canabis vine dintr-o plantă verde ale cărei frunze conțin compusul psihoactiv delta-9 tetrahydrocannabinol (THC). Din 1 noiembrie 2018, doctorii specialiști din Regatul Unit o pot prescrie în scopuri medicale.

Ce poate face

- › Cauzează deteriorarea plămânului, în special atunci când este amestecat cu tutun
- › Simptome de sevraj inclusiv dificultate de a dormi, apetit scăzut, pierdere în greutate, agresiune, iritabilitate și neliniște
- › Declanșează afecțiuni medicale de sănătate mintală
- › Risc pentru făt dacă este consumat în timpul sarcinii

Cum să reduci riscurile

- › Începe ușor și ia-o încet
- › Evită amestecarea cu alte substanțe, inclusiv alcool
- › Când consumi produse comestibile, reține că efectele apar după cel puțin o oră
- › Folosește mai puțin tutun în amestecul tău ori lasă-l complet de-o parte
- › Evită ținerea fumului în plămâni pentru prea mult timp, nu crește efectul dar poate fi dăunător
- › Testează-ți drogurile. Poți trimite o mostră la WEDINOS care o să îți trimită rezultatele în mod anonim on line



Dacă tu sau cineva cu care ești nu e bine, sună la 999 sau apelează la servicii medicale imediat



Dacă dorești informații, sfaturi ori susținere cu privire la consumul de substanțe, vizitează www.lincsbeacon.co.uk



Beacon

Vape-uri cu THC



Cunoscute sub numele

Carts (cartușe), pens (stilou de vapat), blinkers (pufuri foarte lungi), dab pens (vape-uri pentru concentrare)



Cum se folosește

Fumat folosind un vape de unică folosință cu un lichid conținând THC (ingredientul activ în cannabis)



Cum te poate face să te simți

Relaxat(ă), vorbăreț(ă), chicoteală, moleșit(ă), foame, gură uscată, anxios(ă), amețit(ă), greață



Cât durează

Când cannabisul este fumat ori inhalat, efectele încep în câteva minute și durează în jur de o oră



Important de știut

S-a constatat că unele vape-uri THC conțin alte substanțe incluzând canabinoide sintetice (spice) și opioide sintetice (nitazene), care pot cauza riscuri grave inclusiv supradoză.

Ce poate face

- › Cauzează leziuni la plămâni, în special când este amestecat cu tutun
- › Cauzează simptome de sevraj inclusiv dificultate de a dormi, apetit scăzut, pierdere în greutate, agresiune, iritabilitate și neliniște
- › Declanșează afecțiuni medicale de sănătate mintală
- › Risc pentru făt dacă este consumat în timpul sarcinii

Cum să reduci riscurile

- › Cumpără lichid pentru vape de la o sursă reputabilă
- › Începe cu unul sau două pufuri și nu inhala adânc. Așteaptă să îți facă efectul înainte de a consuma mai mult
- › Evită amestecarea cu alte droguri, inclusiv alcool
- › Poartă naloxonă cu tine, un medicament de prim ajutor care poate inversa efectul opioidelor



Dacă tu sau cineva cu care ești nu e bine, sună la 999 sau apelează la servicii medicale imediat



Dacă dorești informații, sfaturi ori susținere cu privire la consumul de substanțe, vizitează www.lincsbeacon.co.uk



Beacon

Benzodiazepine



Cunoscute sub numele

Benzos, Valium, Xanax, vallies, xannies, blues, diazepam, bromazolam



Cum este folosită

Luată oral sub forma unei tablete. Unele persoane pot măcina tabletele pentru a le trage pe nas sau injecta



Cum te poate face să te simți

Calm(ă), relaxat(ă), somnoroș(ă), dezorientat(ă), pierderea memoriei și concentrării



Cât durează

Efectele sunt simțite după aproximativ 30 de minute și durează 1 – 4 ore depinzând de tip



Important de știut

Benzodiazepinele sunt droguri depresoare prescrise pentru anxietate și insomnie, încetinind sistemul nervos central. Versiunile de pe piața neagră pot părea reale dar adesea sunt contaminate.

Ce poate face

- › Crește riscul de leșin și pierderea memoriei
- › Cauzează supradoză, în special când este combinată cu alte depresoare precum opiade ori alcool
- › Afectează coordonarea motorie și provoca somnolență
- › Duce la dependență
- › Cauzează simptome de sevraj care pot fi periculoase

Cum să reduci riscurile

- › Începe cu o doză mică și ia-o ușor
- › Evită amestecarea cu alte substanțe
- › Alege metode mai sigure de consum precum înghițire, în loc de tras pe nas ori injectare
- › Folosește tubul tău de tras pe nas și nu îl împărți cu alții
- › Dacă alegi să injectezi, contactează serviciul tău local pentru a ridica echipament steril și pentru a primi sfaturi despre injectarea mai în siguranță
- › Nu te opri brusc deoarece s-ar putea să experimentezi simptome de sevraj care pot fi letale
- › Testează-ți drogurile. Poți trimite o mostră la WEDINOS care o să îți trimită rezultatele în mod anonim on line



Dacă tu sau cineva cu care ești nu e bine, sună la 999 sau apelează la servicii medicale imediat



Dacă dorești informații, sfaturi ori susținere cu privire la consumul de substanțe, vizitează www.lincsbeacon.co.uk



Cocaina crack



Cunoscută și sub denumirea

Crack, rocks, coca, stone, wash



Cum este folosită

Cocaina crack este o formă cristalizată a cocainei care este de obicei fumată folosind o pipă de sticlă ori injectată



Cum te poate face să te simți

Energic(ă), alert(ă), vorbăreț(ă), încrezător(ă) și social(ă), pierderea apetitului, ritm cardiac crescut, cald, anxios(ă), neliniștit(ă), nu poți dormi, agresiv(ă)



Cât durează

Efectul cocainei crack durează de obicei 5-10 minute



Important de știut

Crack este cocaină cristalizată „spălată” cu apă și bicarbonat de sodiu. Consumul repetat reduce dopamina, cauzând anxietate și paranoia. Cu alcool, formează cocaetilenă, o substanță mai dăunătoare.

Ce poate face

- › Crește tensiunea arterială și riscul unui atac de cord ori atac vascular cerebral
- › Crește riscul unui virus transmis prin sânge atunci când se injectează ori când se fumează dacă echipamentul este împărțit
- › Dăunează plămânilor, buzelor și gurii atunci când se fumează
- › Anxietate crescută și schimbări de dispoziție
- › Declanșează afecțiuni medicale de sănătate mintală
- › Supraîncălzire și supradoză

Cum să reduci riscurile

- › Începe cu o doză mică și ia-o încet
- › Evită amestecul cu alte substanțe
- › Alege metode mai sigure de consum precum fumatul în locul injectării
- › Evită împărțirea echipamentului de injectare sau fumat
- › Contactează serviciul local pentru a ridica echipament steril și pentru a primi sfaturi pentru injectarea mai sigură
- › Ia pauze pentru a permite chimicalelor din creier să se realimenteze
- › Hidratează-te și încearcă să mănânci și să dormi după consum
- › Testează-ți drogurile. Poți trimite o mostră la WEDINOS care o să îți trimită rezultatele în mod anonim on line



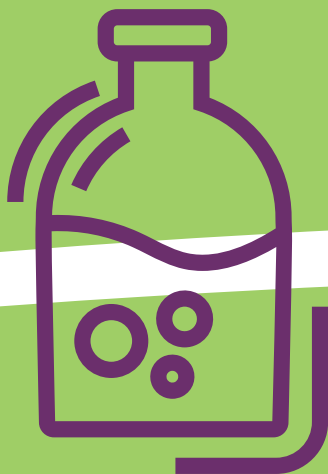
Dacă tu sau cineva cu care ești nu e bine, sună la 999 sau apelează la servicii medicale imediat



Dacă dorești informații, sfaturi ori susținere cu privire la consumul de substanțe, vizitează www.lincsbeacon.co.uk



GHB & GBL



Cunoscut sub numele

G, Gina, ecstasy lichid, geebs



Cum este folosit

Este un lichid clar, uleios, de obicei amestecat cu o băutură carbogazoasă și înghițită. De asemenea, poate fi sub formă de pudră care este trasă pe nas, dar acest lucru este rar



Cum te poate face să te simți

Euforic(ă) și încrezător(e) la doze mici, dar dozele mari pot cauza sedare, convulsii ori inconștiență



Cât durează

De obicei se simte în 15-30 de minute și durează 3-6 ore



Important de știut

GHB și GBL sunt depresoare cu efecte similare, corpul transformă GBL în GBH. Acestea sunt adesea folosite în cluburi și în timpul sexului sub influența drogurilor, în special între bărbați care fac sex cu bărbați.

Ce poate face

- › Dăunează dinților, gurii și stomacului
- › Încurajează practicarea sexului neprotejat din cauza libidoului crescut și inhibițiilor scăzute
- › Cauzează pierderea conștienței și supradoză
- › Duce la dependență fizică și simptome de sevraj o dată ce este oprit

Cum să reduci riscurile

- › Începe cu o doză mică și ia-o încet
- › Dacă o să redozezi, așteaptă cel puțin o oră înainte de a lua mai mult
- › Măsoară dozele pentru tine folosind o seringă ori pipetă. Dozele normale variază între 0.5ml - 1.5ml
- › Ține cont de cât de mult și la ce oră ai luat o doză
- › Etichetează sticlele tale ori folosește un pahar specific pentru băuturile tale
- › Amestecă întotdeauna cu o băutură răcoritoare, nu bea niciodată direct din sticlă
- › Evită consumul cu alte droguri
- › Dacă ai activitate sexuală, practică sex mai sigur, folosind prezervative și făcând în mod regulat controale de sănătate sexuală. Gândește-te la utilizarea Doxy-PEP și a mănușilor pentru a reduce riscul de Hepatita C și HIV.
- › Hidratează-te folosește electroliți și încearcă să mănânci și să dormi după consum
- › Testează-ți drogurile. Poți trimite o mostră la WEDINOS care o să îți trimită rezultatele în mod anonim on line



Dacă tu sau cineva cu care ești nu e bine, sună la 999 sau apelează la servicii medicale imediat



Dacă dorești informații, sfaturi ori susținere cu privire la consumul de substanțe, vizitează www.lincsbeacon.co.uk



Beacon

Canabinoide sintetice



Cunoscute sub numele

Spice, Mamba, NPS, Black Mamba



Cum este folosit

În mod tipic este fumat într-un joint, pipă, bong sau vape. De asemenea, poate fi adăugat la mâncare și consumat.



Cum te poate face să te simți

Euforic(ă), relaxat(ă), foame, chicoteală, obosit(ă), paranoic(ă), sedat(ă)



Cât durează

Efectele încep în câteva minute și pot varia de la 1 – 6 ore



Important de știut

Canabinoidele sintetice sunt droguri fabricate de om care mimează efectele cannabisului, variind ca tărie și aspect, cel mai cunoscut este Spice, de obicei vândut în pachete mici și colorate

Ce poate face

- › Crește ritmul cardiac și tensiunea arterială
- › Declanșează afecțiuni medicale de sănătate mintală
- › Reduce coordonarea motorie
- › Cauzează leziuni ale plămânului prin fumat
- › Duce la dependență fizică și simptome de sevraj o dată oprit

Cum să reduci riscurile

- › Începe cu o cantitate mică prima oară, nu mai mare de vârful unui chibrit
- › Înainte de a consuma mai mult așteaptă ca efectele să apară
- › Crește doza cu grijă și lasă cel puțin o oră pentru ca efectul dozei precedente să treacă
- › Evită amestecul canabinoidelor sintetice cu alte substanțe inclusiv cu alcool
- › Evită ținutul fumului în plămâni pentru prea mult timp, nu crește efectul dar poate fi dăunător plămânilor
- › Testează-ți drogurile. Poți trimite o mostră la WEDINOS care o să îți trimită rezultatele în mod anonim on line



Dacă tu sau cineva cu care ești nu e bine, sună la 999 sau apelează la servicii medicale imediat



Dacă dorești informații, sfaturi ori susținere cu privire la consumul de substanțe, vizitează www.lincsbeacon.co.uk



Cristal



Cunoscută sub numele

Cristal, Meta, Tina, Sticlă



Cum este folosită

De obicei fumată, plesnită (injectată), prizată ori pe cale rectală



Cum te poate face să te simți

Euforic(ă), alert(ă), energic(ă), încrezător (încrezătoare), libidou crescut, reduce pofta de mâncare



Cât durează

Depinde de felul în care este utilizată dar efectele pot dura până la 4-20 de ore



Important de știut

că este un drog stimulator, cristalul, care accelerează sistemul nervos central. În mod tipic, arată ca niște cristale limpezi ori albastrui-albe. Cristalul este un drog utilizat adesea în timpul sexului sub influența drogurilor.

Ce poate face

- › Crește ritmul cardiac și presiunea arterială
- › Cauzează scrâșnitul dinților sau „strângere a maxilarului” și dăunează dinților
- › Paranoia și halucinații
- › Libidoul crescut și inhibițiile scăzute pot duce la sex nesigur și la leziuni
- › Cauzează stări proaste intense după consum, cu epuizare și iritabilitate

Cum să reduci riscurile

- › Începe cu o doză mică și ia-o încet
- › Dacă o să redozezi, așteaptă cel puțin o oră
- › Încearcă și setează o limită la care să rămâi
- › Evită amestecarea cu alte substanțe, inclusiv alți stimulatori ori alte inhibitoare
- › Evită împărțirea echipamentului de injectare sau de prizare pentru a reduce riscul de infecție
- › Hidratează-te, utilizează electroliți și încearcă să mănânci/dormi după utilizare
- › Dacă ai activitate sexuală, practică sex mai sigur, făcând în mod regulat controale de sănătate sexuală, folosind prezervative, mănuși ori ia în considerare discutarea cu cabinetul ori serviciul local de sănătate sexuală despre opțiunile de prEP, PEP ori Doxy-PEP și vaccinări.
- › Testează-ți drogurile. Trimite o probă la WEDINOS care o să îți trimită rezultatele în mod anonim on line



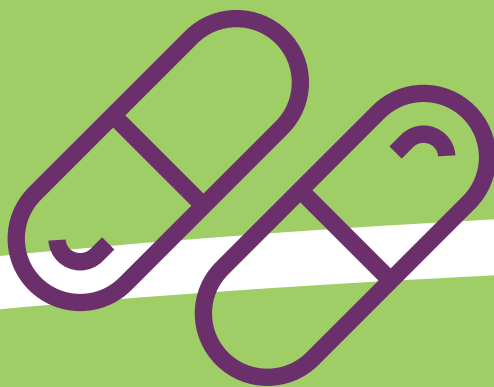
Dacă tu sau cineva cu care ești nu e bine, sună la 999 sau apelează la servicii medicale imediat



Dacă dorești informații, sfaturi ori susținere cu privire la consumul de substanțe, vizitează www.lincsbeacon.co.uk



Pregabalin



Cunoscut sub numele

Pregabs, gabs, Lyrica



Cum este utilizat

Luat oral sub formă de tabletă și capsulă



Cum te poate face să te simți

Calm(ă), relaxat(ă),
necoordonat(ă), confuz(ă), stare de
vomă, pierderea memoriei



Cât durează

Efectele sunt de obicei simțite
după 1-2 ore și durează 6-8
depinzând de doza luată



Important de știut

Pregabalin este un medicament care are proprietăți depresoare. În mod tipic este utilizat pentru gestionarea anxietății, epilepsiei și durerilor de nervi. Poate fi prescris, dar este, de asemenea, adesea utilizat fără prescripție și poate fi cumpărat de pe stradă.

Ce poate face

- › Cauzează supradoză, în special când este amestecată cu alte medicamente care afectează sistemul nervos central (ex. Benzos, opioide și antidepresoare)
- › Rezultă în simptome de sevraj inconfortabile și uneori periculoase
- › Cauzează accidente și leziuni, din cauza moleșelii, confuziei și a coordonării motorii reduse
- › Duce la dependență dacă este consumat timp de mai mult de câteva săptămâni

Cum să reduci riscurile

- › Începe cu o doză mică și ia-o ușor
- › Evită amestecarea cu alte substanțe, în special depresoare. Dacă drogurile se amestecă, folosește cantități mai scăzute
- › Folosește cu altcineva în jur, ca cineva să poată apela la ajutor dacă este nevoie
- › Poartă naloxonă- deși Pregabalin nu este un opioid, există riscul să fie contaminat cu un opioid
- › Nu te opri brusc deoarece ai putea experimenta simptome de sevraj
- › Testează-ți drogurile. Poți trimite o probă la WEDINOS care o să îți trimită rezultatele în mod anonim on line



Dacă tu sau cineva cu care ești nu e bine, sună la 999 sau apelează la servicii medicale imediat



Dacă dorești informații, sfaturi ori susținere cu privire la consumul de substanțe, vizitează www.lincsbeacon.co.uk

