

Xogwaranka ku saabsan isticmaalxumida daawaay-inka taqtarku qoro

Ku waaliinta

Isticmaalka daawooyinka taqtarku qoro – sida daawada xanuun dilaha ah, daawada cabsida yaraysa, daawada hurdada amaba midda ADHD-medicin – ee mararka qaar loo isticmaalo waxyaabaha lagu saqraamo, waa dhibaato waayahaan soo korortay, waxyelo badana uleh dhalinyarada.

Waxaan rabnaa inaan idinku wargelino in haysashada daawooyinka iyo isticmaalkooduba yahay dembi. Isticmaalka daawooyinka waxaa ka dhalan kara xaalado caafimaad oon fiicnayn iyo xaalad bulsho oo ay qofkaan dhalinyaradaa iyo dadka ku xeeranba ukeento.

Daawada sida opioider (fx smertemedicin Tramadol/Dolol) og benzodiazepiner (sida daawada hurdada iyo cabsida) waxeey kuu keeni kartaa waxyeelo aan kaa dhamaan muddo dheer, taasoo macnaheedu yahay in qofkaan dhalinyaradaa xasuustiisa, wax ku nagaanshahiisa iyo awoodisa waxbarashaba wax iska bedelaan saacado badan markiiba.

Isticmaalka daawadaan oo laga badabadiyana iyo in waxyaabo kaleeto lagu sii daro sida (kaniiniyaal kale, alkohol iwm.) waxaa ka dhalan kara cawaaqib xun, maadaama aaladahaan laysku qasay ay yeelan karaan awooda nuxuusinta neerfa-haaga ilaa xad aad uwayn, kama dambeeytiina aad hawo qaadashadiiba joojiso.

Waa muhiim inaad fiirso gaara uyeelato calaamadaha jireed iyo mid dhimirba oo aad dhihi karto, Waxaa lala xiriirin karaa isticmaalxumida daawooyinka sida leentonimo ama xayinimo xad dhaafa, qofkoo tartara (abstinenssymptomer) iwm. Ilaahay ka bari in cunugaagu uusan baran isticmaalka daawo aan asaga loo qorin.

Cunugaaga kala hadal waxa ka dhalan kara qaadashada daawo aan asaga loo qorin iyo dhanka sharciga waxa kala soo gudboonaan kara hadii lagu qabto asagoo iibi-naaya ama gadanaaya daawooyinkaas sharcidarrada ah.

Waa sharci darro soo gadashada iyo iska iibinba

- Daawo (aan taqtar qorin) in wadanka si sharci darro ah lagu soo geliyo, kadibna ciyaalka iyo dhalinyarada la siiyo (sida xashiishka iyo maandooriyaasha kaleba).
- Soo gelinta daawadaan, gadashadeeda iyo iska iibinta daawooyinka sharcidarrada ah waa wax ciqaab dembi lagu mutaysto.
- Ogaal ma uleedahay meelo lagu gado waxyaabahaan sharci darrada ah ama maandooriyaha ah, markaas waxaad lasoo xiriiri kartaa booliis lambarka 114.

Qabatimidda daawo ama maandooriyaha

Isticmaalxumo aad si aan fiicnayn u isticmaasho daawo waa wax aad qatar u ah, aadna qabatimi karto xitaa hadaad muddo yar oo kooban isticmaasho.

Jirkaagu isla markiiba waa la qabsanaayaa isticmaalka daawooyinka opioider og benzodiazepiner.

Taas macnaheedu waxa uu yahay, inaad marba marka ka dambeeya aad xajmiga daawada sii badinayso si aad ugaarto xajmiga istiinka aad ubaahan tahay. Marba marka ka dambeeyana isticmaalkaagu oow si tartiibta usii kordhaayo, ilaa inta aad ka gaarayso xajmi daawo oo aad uwayn oo joogto kuu noqda, xajmigaas aadka uwayn ee aad qaadanayso, waxaa laga yaabaa inoow dili karo qof isticmaalka daawadaan bilow ku ah oo aan jirkiisu daawada baran.

Markaad muddo dheer isticmaasho waxyaalahaan, waxaa kugu adkaan doonta inaad joojiso, waxaadna gaari kartaa xad jirkaagu abuurto calaamado oow ubaahanaayo waxyaalahaas hadii aad jooji istiraa sida inaad cabsi kugu dhalato, deganaansho la'aan, hurdo la'aan ama jirkaaga oo dubaaxiya. Sidaas darteed hadii aad ka bax istiraa waxyaalahaan weligaa hal mar ha joojin isticmaalka waxyaalahaan, taqtarkaaga kala tasho sidii aad talaabo talaabo ugu yarayn laheyd isticmaalka waxyaalahaan.

Kaalmo ma ubaahan tahay

Waxaad xog dheeraada ka aqrisan kartaa kuna saabsan daawooyinka aan kor ku sheegnay ee taqtar qoro iyo maandooriye kaleba qoraalkaan **Rundt om rusmidler – iyo weliba talo waalid siinna**

Waxaad ka aqrisan kartaa bogga internetka **Altomstoffer.dk**

Ma rabtaa talo iyo tusaaleeynba la xiriir Ungekontakten tlf. **89 40 52 00**

La xiriir kalkaalisada caafimaad ee cunugaaga iskoolkiisa joogta ama taqtarkaaga, si lagaaga kaalmeeyo sidii suntaan jirkaaga looga saari lahaa. for at få hjælp til afvænning.

Aqriso qoraalkaan
"Rundt om rusmidler"



Fiirso filimkaan ku saabsan opioider
"Afhængighedsfælden"

