

# Metadona veya bupernorfine başlamak

## Metadon veya bupernorfin, eroin ya da opioid kullanımı sorunlarını ele almanızda size yardımcı olabilir.

- Eroin veya opioid bağımlılığı için bir çare değildir ama uyuşturucu kullanımınızı denetlemenize yardımcı olurlar.
- Enjekte etmeyi azaltıp durdurabilirsiniz ve HIV veya sarılık kapma riskini azaltabilirsiniz.

Uyuşturucu kullanımınızı daha iyi denetleyebileceğiniz için yaşamınızın diğer alanlarına daha fazla zaman ayırabileceksiniz.

**Anlaşmalar:** metadon ve bupernorfin tedavisi için bir doktor ve bir eczacınızın olması gerekir. Şunları yapmanız gerekmektedir:

- doktorunuzu, dozunuz sizi tutana veya kendinizi rahat hissedene kadar, ilk birkaç haftada düzenli olarak, haftada bir veya iki kez, görün
- tedaviye başlarken eczacınızı, dozunuzu almak için her gün ziyaret edin.

**Doğrudan Hat: Metadon ve bupernorfin veya ilgili diğer hizmetleri sağlayan bir eczane veya doktoru bulmak için 24 saat danışmanlık ve havale hizmeti sağlar.**

**Doğrudan Hat: 1800 888 236**

For more information about methadone or buprenorphine treatment, ask your doctor or pharmacist for a user information booklet.

**Asla bir metadon hastasını 'uyuyarak atlatması' için bırakmayın  
Derhal bir cankurtaran çağırın:  
000'ı arayın.**

### Metadon:

- Doktorunuz sizi düşük dozda başlatacaktır.
- Metadon, güvenlik için düşük başlatılır.
- Dozunuz, siz rahatlayana dek yavaşça artar.
- Bir doz genellikle 24 saat etkilidir.

### Bupernorfin ve bupernorfin/nalokson:

- Aşırı doz riski metadondan düşük olduğu için bupernorfin dozları hızla artabilir.
- Bupernorfine başlamadan önce (tüylerin dikleşmesi, terlemek, titremek, ağrılar, akıntılı burun ve gözler gibi) bırakma belirtileri gelene kadar beklemeniz gerekir.
- Son eroin veya diğer opioid kullanımından çok kısa süre sonra bupernorfine başlarsanız, hoş olmayan bırakma belirtileri acısı çekebilirsiniz.

**Dikkat:** metadon veya bupernorfin, eroin gibi sakinleştirici uyuşturuculardır – **onlarda da aşırı doz almış olabilirsiniz.**

- Ağrı kesici, kaygı ilaçları (benzodiyazepinler), anti-depresyon ilaçları veya diğer bazı ilaçları da alıyorsanız, aşırı doz riski daha fazladır (doktorunuzla konuşun).
- Doktorunuzun veya eczacınızın tavsiyesi olmadan ilaç almayın.
- Metadon veya bupernorfini alkolle almak sakinleşme etkilerini ve aşırı doz riskini artırır.

**ÖNEMLİ: Aşırı doz riski tedavinin ilk 14 günü en üst düzeydedir.**

Diğer sakinleştirici ilaçları kullanmak da riski artırır.

Uyuşturucu aşırı dozu belirtilerini öğrenin ve sizi izleyip yardımcı olmalarını arkadaşlarınızdan isteyin.

Geveliyorsanız, kendinizi uykulu hissederseniz, ayakta duramazsanız veya kafayı dağıtmışsanız, **derhal** doktorunuz veya eczacınızla konuşun.

## Aşırı doz uyarısı

Beyin etkinliğini azaltan veya sakinleştiren diğer uyuşturucular metadon veya bupernorfin ile birlikte, denetlenmeyen miktarda alınır, aşırı doz ve ölüm tehlikesi vardır.

Kaçınılması gereken uyuşturucular şunlardır:

- alkol
- eroin
- ağrı kesiciler – opioid ağrı kesiciler (kodein, dekstropropoksifen, fentanil, hidromorfon, morfin, oksikodon, petidin, tapentadol, tramadol dâhil)
- sakinleştiriciler – benzodiazepinler (alprazolam, klonazepam, diyazepam, flunitrazepam, nitrazepam, oksazepam, temazepam dâhil)
- bunların her tür karışımı.

Doktorunuz hoş olmayan belirtilerden kurtulmanız için bazı yatıştırıcı ilaçlar yazabilir, ancak onları belirtilen miktarlarda almanız önemlidir. Yüksek dozda ve denetimsiz ilaçlarla alkolün metadon veya bupernorfin ile karışımı Victoria’da her yıl birkaç ölüme neden olmaktadır.

**İlaçları ve alkolü metadon ve bupernorfin ile karıştırmak tehlikelidir.**

## Aşırı doz belirtileri

‘Aşırı doz’ genellikle diğer yatıştırıcıların (sakinleştiriciler, uyku ilaçları, alkol veya eroin) kullanımını içerir.

**Aşırı doz riski tedavinin ilk iki haftasında en üst düzeydedir.**

Burada tanımlanan aşırı doz riskini yaşıyorsanız, doktorunuzla görüşmeden önce başka bir doz almayın.

**Belirtiler kişiden kişiye değişir ve şunlardan birini veya daha fazlasını içerebilir:**

**Aşama bir: Gecikmeden doktor veya eczacı ile konuşun**

- geveleyerek konuşmak
- sallanarak yürümek ve kötü denge
- uyku sersemliği
- yavaş hareket, yavaş yeme
- uyuşukluk (‘kafayı dağıtmak, akıl karışıklığı’)
- uzun sürelerle uyuklamak.

**Aşama iki: Koma – ciddi acil durum emergency**

- canlandırılmaz, yanıt vermez, uyandırılmaz
- horlamak, çığılı ses veya nefes alırken tükürmek
- yavaş ve sık nefes almak veya nefes almamak
- sarkık kol ve bacaklar ve boyun
- morarmış dudaklar ve parmaklar
- nemli ve soğuk cilt, solgunluk
- gözbebeklerinin geriye kayması.

### Aşırı dozu önlemek için nalokson iğnesi

Nalokson iğnesi, metadon aşırı dozunun etkilerini tersine çevirir – acil durumda nalokson kişinin yaşamını kurtarabilir.

Nalokson kısa süre işe yaradığı ve metadon uzun saatler etkili olduğu için nalokson verildikten sonra hastaneye gitmek önemlidir. Hastanede güvenle gözlemlenebilmeniz için cankurtaran çağırılmalıdır.

Kendiniz için nalokson hakkında doktorla konuşun. Aşırı doz durumunda naloksonu arkadaş ve akrabaların erişebileceği bir yerde saklayın.

Naloksonun nasıl kullanılacağına ve aşırı dozun nasıl tanınip karşılık verileceğine ilişkin bilgi için şu siteye girin: [www.copeaustralia.com.au](http://www.copeaustralia.com.au)

**Derhal bir cankurtaran çağırın ve kişiyi, ‘uyuyarak atlatması’ için asla bırakmayın. Kişi düzgün bir şekilde nefes almıyorsa, suni teneffüs gerekebilir.**