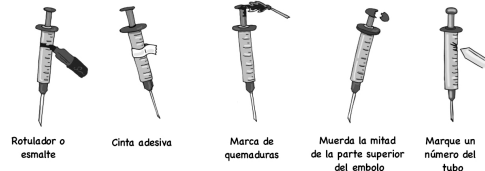


Proteccion

Para estar más seguro, siempre debe romper la punta de su propia aguja. De esa manera, nadie puede reutilizar su aguja y nadie se pinchará con ella.

La forma ideal de protegerse del VIH y la hepatitis C (Hep C) es usando un nuevo kit cada vez que se inyecta y nunca compartirlas. Si no puede obtener agujas nuevas, pruebe una de estas opciones:

- Cambie a medicamentos que se puedan tragar (paracaídas), comer, fumar o inhalar hasta que pueda obtener un nuevo kit. Trate de no reutilizar ollas, filtros u otros kits que hayan sido utilizadas por otra persona
- Guarde sus propias jeringas y no permita que nadie más lo use. Marque sus jeringas para que usted y otros sepan que es suyo y no para ser compartidas
- Los kits se pueden limpiar entre cada uso, pero no se pueden compartir entre personas. Enjuague la aguja con agua fría después de usarla para que la sangre no se seque en la jeringa y la obstruya. **El cloro no mata la hepatitis C y no puede matar el VIH**
- Abastézcase de kits cuando pueda
- Marque claramente sus propias jeringas para que usted y otros sepan que es SU jeringa y que NO SE COMPARTIRÁ con otros



Recuerde que cuando se desmaya, tiene más riesgo de ser asaltado o violado sexualmente, que le roben sus cosas o lo lastimen. ¡Intenta estar cerca de personas de confianza cuando te inyectes!

Estos materiales han sido desarrollados en colaboración con la Coalición de Reducción Daños



Nuestra Misión

Nosotros en la Coalición de Reducción Daños Sierra (o SHRC) proporcionamos un conjunto cada vez mayor de servicios comunitarios de reducción de daños con el objetivo de mejorar la calidad de vida en nuestro condado al ayudar a nuestra comunidad que usa drogas al reducir las consecuencias del uso de drogas (VIH, HEP B / C, enfermedades de transmisión sexual, uso y abuso en jóvenes, basura, etc.). Creemos mucho en la seguridad de nuestra comunidad. Creemos y respetamos enormemente los derechos y sentimientos de nuestra familia que usa drogas. Para hacer esto, proporcionamos servicios móviles de minimización de medicamentos y enfermedades "en donde ellos estén".

Creemos que nadie, a pesar de sus circunstancias, no debe ser estigmatizado. Estamos construyendo una alta red de colaboración de proveedores de servicios, como tratamiento, proveedores de salud mental y otros proveedores de la comunidad local. La distribución del equipo, intercambio de agujas, pruebas de enfermedades, contenedores de jeringuillas, entrenamiento con naloxona y referencia a servicios esenciales están considerados en nuestro futuro cercano. En última instancia, nuestra misión es ayudar a nuestra familia que usa drogas a convertirse en miembros esenciales de nuestra comunidad. Nos ayudamos unos a otros.

Contáctanos

530-212-0279

information@shrcoalition

www.shrcoalition.org

Inyección segura



Coalición de reducción de daños Sierra

Servicios de reducción de daños para el
Condado de El Dorado





Las mas seguras y mejores venas para nosotros.

No recomendado. Inyecte lentamente y con precaución.

¡Peligroso! ¡Nunca inyecte aquí!

Cuidado de las Venas

- Cuidar sus sitios puede reducir su riesgo de contraer infecciones. Las mejores venas para golpear están en los brazos y las manos. Las áreas más peligrosas son las muñecas, en cualquier lugar por encima de los hombros y la ingle / área genital.
- Intente usar venas que no sean las de sus brazos. Puedes darle a tus venas la oportunidad de sanar y evitar que colapsen. Si puede inyectar con cualquier mano, será más fácil rotar los sitios.
- Si sus venas están totalmente desordenadas, una opción es "musculación" (inyección intramuscular).
- Fumar, bufar, comer y poner la droga en tu trasero son otras formas de consumirlas.

Levantando la vena

Una parte importante para evitar abscesos y cicatrices es asegurarse de estar en una vena antes de inyectarse. Si tiene problemas para encontrar una vena, pruebe uno o más de los siguientes:

- Beba mucho líquido (preferiblemente agua) antes, durante y después de la inyección. Beber agua antes de inyectar hará que tus venas sean más grandes y visibles
- Ata tu torniquete
- Aprieta y relaja tu puño si te inyectas el brazo
- Golpea suavemente la piel
- Aplique un paño tibio sobre la vena
- Tome un baño caliente: encontrará venas que nunca supo que tenía. **Nunca tomes un golpe en el baño, podrías quedarte dormido y ahogarte.**

¡Recuerda cambiar estos sitios!

Es mejor no inyectar aquí, pero es más seguro que el rojo. Inyecte con precaución y lentamente

Cuello y cabeza

Muñecas

Ingle

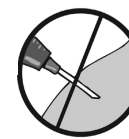
Parte trasera de la mano

Es mejor no inyectar aquí, pero es más seguro que el rojo. Inyecte con precaución y lentamente

Correcto

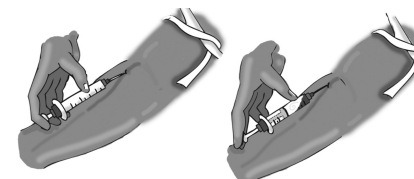


Incorrecto



Consejos

- Use una aguja nueva para cada inyección.
- Recuerde rotar los sitios de inyección para minimizar el daño a la vena.
- Ver o sentir la vena antes de comenzar a golpear.
- Limpie el área con un algodón con alcohol.
- Inyecte siempre con el bisel hacia arriba (el bisel es el ángulo cortado al final de la aguja).
- Inserte la aguja en la misma dirección que el flujo de sangre en sus venas (vea la imagen a continuación). Luego inyectar lentamente
- ¡Nunca dispare a una arteria! Una arteria tiene pulso. Sabrá si golpea uno porque realmente le dolerá, la presión sanguínea hará que el émbolo retroceda, la sangre se verá espumosa y tomará más tiempo detener el sangrado. Si esto sucede, saque la aguja de inmediato.
- Presione con fuerza en el sitio hasta que se detenga el sangrado. **¡Si no se detiene en 5 minutos, ¡debe ir al hospital de inmediato!**



- Tape sus agujas después de cada uso. Asegúrese de almacenar las agujas usadas en un recipiente donde la punta de la aguja no pueda penetrar (lo mejor son botellas o recipientes de plástico duro)
- Puede usar crema para venas para reducir la hinchazón y las huellas