



Le informazioni contenute nel sito possono generare situazioni di pericolo e danni.

I dati presenti hanno un fine illustrativo e in nessun caso esortano né spingono ad atti avversi alla salute psicofisica del lettore.

OVERDOSE

RAGIONI DI UNA OVERDOSE.....	1
I SINTOMI.....	2
NORME DI COMPORTAMENTO.....	3

RAGIONI DI UNA OVERDOSE

Un'overdose si verifica quando viene assunta una quantità eccessiva di sostanza, farmaco o veleno con gravi effetti tossici all'organismo.

Vi sono moltissime sostanze che possono determinare tale circostanza, incluso l'alcol, i farmaci da prescrizione o da banco, le droghe illegali o i rimedi naturali.

Le ragioni principali possono essere di **2** tipi:

- **accidentali**, quando l'evento è indipendente dalla volontà del soggetto.

La gravità dell'overdose dipende da molti fattori di rischio, ma principalmente:

- dal grado di tolleranza del soggetto nei confronti della sostanza;
- dall'assunzione di un composto con una quantità superiore ed inaspettata di principio attivo;
- dall'inesperienza che può indurre ad "abusarne";
- dalla poliassunzione che può moltiplicare la tossicità delle singole sostanze (es. eroina più benzodiazepine o alcol);
- dallo stato di salute del soggetto;
- dal passaggio ad una nuova via di somministrazione, es. dalla via endonasale a quella endovenosa (da *sniffare a bucarsi*);
- dopo un periodo in Comunità o in carcere o comunque dopo un certo tempo perché si perde la tolleranza e l'overdose si presenta anche a dosi solite.

- **intenzionali**, quando una persona subisce deliberatamente l'overdose perché vuole infliggere danno a se stesso (intenti autolesivi) oppure a seguito della volontaria sperimentazione degli effetti della sostanza. Nel primo caso il tentativo di suicidio può avere il significato di "gridare" una richiesta di aiuto per vari ragioni (famiglia, amici, amori o altro); nel secondo caso l'individuo potrebbe anche soffrire di alterate condizioni mentali quali la schizofrenia o la depressione.

Molte overdose non determinano danni permanenti e la maggior parte delle persone ha un pieno recupero. Altre overdose causano danni ad alcuni organi o apparati come il fegato ed il rene.

Se un'overdose è dovuta al tentativo di suicidio questo richiede ulteriore attenzione nel trattamento

Se sai di un'overdose chiama immediatamente un'ambulanza

I SINTOMI

Un ampio range di sintomi possono presentarsi, ognuno risponde diversamente e la loro gravità dipende dai fattori di rischio prima riportati.

Inoltre gli effetti si possono manifestare anche qualche tempo dopo l'assunzione.

Alcune intossicazioni sono leggere e possono causare danni minori, mentre altre sono molto gravi e possono causare problemi molto seri ed anche la morte.

I sintomi di un'intossicazione possono includere generalmente:

in caso di sostanze ad azione inibente, ad es. alcol e/o oppiacei:

nausea, vomito
 respirazione irregolare
 sonnolenza
 cute pallida, cianotica
 polso debole
 vertigini
 confusione
 incomunicabilità

in caso di sostanze eccitanti, ad es. cocaina, amfetamine:

agitazione psicomotoria
 nervosismo
 ipertensione
 tachicardia
 ipertermia
 tremori o convulsioni.

In un'intossicazione da **ecstasy**.

Se sei in discoteca e **il soggetto sviene** per una complessiva perdita di liquidi dovuta all'elevata temperatura delle sale, al sudore per eccessivo movimento, allora

- portalo in un luogo tranquillo,
- liberalo degli indumenti pesanti
- bagnate loro il viso e i polsi, rinfrescateli
- cerca di far bere acqua o succhi di frutta o bevande zuccherate (non alcol, non birra).

Può anche sopravvenire **un colpo di calore** (come con tutte le sostanze eccitanti tipo le amfetamine o la cocaina) con:

- temperatura corporea eccessivamente elevata (ipertermia)
- mancanza di sudorazione
- crampi alle mani, schiena e alle braccia
- stanchezza improvvisa, confusione, irritabilità,
- DIFFICOLTA' A URINARE e urine di colore molto scuro

Riducete l'ipertermia tenendolo in un ambiente se possibile fresco e con spugnature di acqua fredda.

Questi sintomi sono spesso accompagnati da crisi d'ansia, confusione mentale o allucinazioni e deliri.

Chiamate un'ambulanza.

Accade talvolta che sopravvenga uno stato di **coma per eccessiva assunzione di acqua** che può portare a iponatremia, una condizione cui appaiono più suscettibili le donne rispetto agli uomini.

La patogenesi dell'iponatremia associata all'ecstasy implica un'eccessiva assunzione di acqua e livelli inappropriatamente elevati di ADH, ormone antidiuretico.

Molti utilizzatori di ecstasy quando partecipano ai rave ballano per ore e normalmente in ambienti molto caldi e con tanta gente. Anni fa per combattere la disidratazione veniva loro raccomandato di consumare acqua. Purtroppo molti di loro consumano acqua in modo eccessivo tanto da determinare iponatremia e conseguente edema cerebrale. Ad aumentare gli effetti della sostanza c'è il fatto che molti utilizzatori consumano bevande energizzanti che contengono vitamine ed aminoacidi che aumentano la potenziale tossicità della sostanza.

Attualmente viene raccomandato sia nelle discoteche che nei raves di bere bevande isotoniche per gli sportivi e piccole quantità di acqua assieme a cibi salati.

In un'intossicazione da **alcol**

Talvolta l'alcol può indurre in taluni individui, dopo una prima fase di "esaltazione", di euforia, ad un comportamento aggressivo cui può seguire una progressiva depressione sino anche, in casi gravi, al coma. Cercate di calmarlo e di non lasciarlo solo per impedire che faccia del male a se o ad altri; se "collassa" chiama un'ambulanza.

Spesso le morti da overdose di alcol sono dovute sia ad un'ingravescente insufficienza respiratoria, accompagnata da perdita di coscienza sino al coma, ma anche al fatto che l'organismo cerca di liberarsi dell'alcol non assorbito e svuotare lo stomaco. Se una persona **vomita ed è incosciente** questo può gravemente compromettere la respirazione e determinare morte per annegamento.

NORME DI COMPORTAMENTO

Se voi pensate che qualcuno sia in overdose, quello che dovrete fare dipende **dal loro aspetto e dal comportamento**:

- un'overdose da **eroina** porta spesso ad un arresto respiratorio;
- un'overdose da **crack** o **cocaina** porta più frequentemente ad ipertermia, attacchi cardiaci o convulsioni.

Quindi potreste aver bisogno di **fare cose diverse** per aiutare qualcuno in overdose **mentre si aspetta** l'ambulanza.

Se non sono coscienti e non riescono a svegliarsi (dando loro una spinta nel petto e chiamandoli per nome) o il loro viso o le labbra diventano blu (cianotiche) o hanno difficoltà respiratorie o non respirano procedete con le norme di primo soccorso se sapete come fare ovvero mettetelo in posizione di sicurezza, mantenete libere le vie respiratorie e fate la respirazione artificiale.



Se sono surriscaldati: raffreddarli spogliandoli e sventolandoli. Non date loro niente da mangiare o da bere



Se stanno avendo una convulsione, impediteli di farsi del male, ma assicuratevi che la testa sia inclinata indietro cosicché le vie respiratorie siano libere.

Non provate a mettere le vostre dita nella loro bocca o a forzare per aprirgliela.

Se hanno forti dolori al petto, fateli sedere, restate con loro e sentite il loro battito cardiaco (con le tre dita centrali sul polso) per controllare che il loro cuore non si sia fermato.



Se pensate che il cuore non batta, più procedete con le norme di primo soccorso, se sapete come fare ovvero mettetelo in posizione di soccorso, mantenete libere le vie respiratorie e fate la respirazione artificiale.

Se in agitazione psicomotoria, la cocaina e gli stimolanti in genere la possono scatenare, cercate di non lasciarli soli e tentate di calmarli.

NON ABBANDONATE NESSUNO.

Chiamate un'ambulanza o portatelo comunque al pronto soccorso

Se questi sintomi si manifestano in modo **non grave**, ovvero l'individuo risponde, respira ed è presente il battito cardiaco:

- tenete sveglio il soggetto, parlategli, non allontanatevi, se è possibile fatelo camminare o confortatelo;
- non date comunque da mangiare;
- non cercate di indurre il vomito.

E' buona norma, anche in caso di ripresa e di mancanza di gravità, chiamare un'ambulanza.

Se la persona è al contrario incosciente, **non risponde**, ma respira ed è presente il battito cardiaco, bisogna chiamare o far chiamare un'ambulanza, e in attesa mettere la persona nella **posizione di soccorso**, per evitare che soffochi con il proprio vomito (causa frequente di morte):

1. Mettete la mano destra a livello della testa, come se stessero salutando.
2. Mettete il braccio sinistro sul petto in modo che il dorso della mano appoggi sulla guancia.
3. Tenete la mano nella posizione e sollevate il ginocchio sinistro.
4. **Girateli sul loro fianco destro** premendo sul ginocchio; una gamba stesa ed una piegata in modo che non possa rotolare.
5. Non spostate la persona dalla posizione di soccorso sino all'arrivo dell'ambulanza.
6. Assicurate alla persona una ventilazione adeguata, aprite le finestre, allentate le cinture o le cravatte o quanto altro impedisca una buona respirazione

Se la persona **non respira** procedete alla respirazione bocca a bocca:

Se la persona **non ha polso** dovrete procedere ad un massaggio cardiaco.

Chiamate un'ambulanza

Posizione di sicurezza o di soccorso



Una volta che l'autoambulanza è giunta:

- Raccontate sempre ai medici e ai paramedici come si è verificato l'accaduto, i sintomi;
- Date informazioni delle sostanze che sapete o sospettate che la persona abbia assunto
- Se siete in possesso della sostanza consegnatela ai soccorritori per facilitare l'intervento.

Comunque se non sei ancora giunto al punto da volere o poter decidere di cambiare, cerca di **RIMANERE VIVO.**

L'overdose e le infezioni trasmesse per via ematica (AIDS, epatiti ed altre) sono le principali cause di morte. Per cui:

- **non scambiare** alcuna parte del tuo "strumentario";
- **pulisci sempre l'ago** che è stato scambiato;
- **utilizza una dose inferiore** a quella che utilizzavi dopo un periodo di astinenza;
- **inietta prima una piccola quantità** poi "senti" gli effetti prima di iniettarti il resto;
- **non bucarti da solo** ma con persone amiche che ti possono aiutare e parla con loro di che cosa tu farai se un altro si sente male.

Non ti allontanare se qualcuno ha un'overdose e fai quello che vorresti ti facessero.

Chiama un'ambulanza vi sono **tutte le possibilità per uscire fuori** da un'overdose sia da eroina sia da cocaina o da entrambi.

www.lifelinepublications.org