

## 明智使用藥物

最近更新：2024 年 1 月 30 日

藥物過量及相關死亡是嚴重的問題。如果您正在服用或計劃服用藥物，或者知道某人正在服用藥物，請明智使用藥物。這意味著：

- 制定計劃，確保在發生狀況時有人能夠及時致電 **9-1-1**
- 使用無菌注射器，先緩慢注射少量藥物
- 盡可能使用有人監督的注射服務
- 切勿與酒精或其他藥物混合使用
- 了解藥物過量時會出現的症狀
- 知道何為需要致電 **9-1-1** 的緊急情況
- 知道何時及如何施打納洛酮
- 密切留意公共衛生部門、警方以及加拿大皇家騎警網站與社交媒體，了解可能正在傳播並可能使您面臨更大風險的不良藥物資訊。

與您的孩子、青少年和成年子女公開談論藥物使用及相關風險，有助減少發生傷害的可能性並鼓勵健康行為。詳情請參閱我們的[育兒文章](#)。

### StopOverdoseBC.ca

建立聯繫。開展對話。終結污名。

戒除癮症不僅是停止用藥那麼簡單。癮症患者及其家人都應該得到同情與支援。詳情請瀏覽 [StopOverdoseBC.ca](http://StopOverdoseBC.ca)。

### 您可能提出的問題

#### 什麼是鴉片類藥物使用過量？

鴉片類藥物包括氫可酮、海洛因、羥考酮、芬太尼及嗎啡。此類藥物通常用於緩解疼痛。當您服用的鴉片類藥物超出身體承受能力時，即出現藥物過量。您將無法控制呼吸，並可能失去意識。呼吸變慢，進入血液的氧氣量減少，可能導致腦損傷、心臟驟停及死亡。如果您認為某人藥物過量，請立即致電 **9-1-1**。

#### 鴉片類藥物使用過量在卑詩省是否已成問題？

是的。自 2016 年 4 月以來，有毒害藥物危機始終是一項公共衛生緊急事件。有毒害藥物是 19 至 39 歲卑詩省民的主要致死原因，從整體來看，也是第二大致死原因。藥物毒害致死人數持續增加，現在每天約有 6 人因此死亡。藥物供應的毒害越來越大，影響到全省城市、郊區和農村地區的民眾。

#### 我為何應當關注芬太尼？

相較於其他鴉片類藥物，芬太尼的藥效更強，使得意外藥物過量的風險要高得多。芬太尼的毒性比嗎啡要高約 50 至 100 倍。近年來有報導稱，有非法實驗室生產的芬太尼正在街頭售賣。芬太尼有時以 Oxycontin®、海洛因或其他藥物的形式售賣。人們可能會在不知情的情況下服用芬太尼並將自身置於危險之中。

2018 年，有 85% 的非法藥物使用過量致死案件檢測出芬太尼及化學上類似的物質。

## 鴉片類藥物使用過量的症狀有哪些？

鴉片類藥物使用過量的症狀包括：

- 靜止不動
  - 一動不動，無法被喚醒
- 呼吸緩慢
  - 呼吸非常緩慢，甚至根本沒有呼吸。
- 嘴唇發紫
  - 指甲或嘴唇變成藍色或紫色。
- 窒息的聲音
  - 發出窒息、咯咯或嚴重打鼾的聲音。
- 皮膚濕冷
  - 皮膚摸起來冰冷濕潤。
- 瞳孔縮小
  - 瞳孔看起來很小。

如果您認為某人藥物過量，請立即致電 **9-1-1**。

## 鴉片類藥物使用過量可以逆轉嗎？

納洛酮是一種能夠逆轉鴉片類藥物使用過量的藥物。當注射到手臂或大腿肌肉時，納洛酮可以迅速逆轉鴉片類藥物的作用。納洛酮可在 3 至 5 分鐘內逆轉呼吸緩慢，但其效果僅持續 20 至 90 分鐘。如果第一劑納洛酮無法恢復正常的呼吸速率，可能需要使用第二劑。

如果鴉片類藥物在納洛酮失效後仍然存在於體內，藥物過量可能會再次出現，需要再使用一劑量納洛酮。正因如此，才需要盡快致電 **9-1-1** 尋求醫療幫助，如果藥物過量的症狀再次出現，應準備好使用第二劑納洛酮。

芬太尼藥物過量比其他鴉片類藥物更難逆轉，可能需要使用更高劑量的納洛酮。

## 從哪裡可以獲得納洛酮？

納洛酮套裝向以下群體免費提供：

- 有鴉片類藥物使用過量風險的人士
- 可能目睹藥物過量並作出回應的人士，例如高風險者的家人或朋友

如需尋找您附近的參與站點，請使用我們的[網點搜尋器](#)工具。個人無法直接透過卑詩省疾病控制中心獲得納洛酮套裝。如需了解有關納洛酮的更多資訊，請參閱 [HealthLinkBC File #118 納洛酮：治療鴉片類藥物使用過量](#)

## 卑詩省內是否提供鼻腔噴霧式的納洛酮？

如果您是居住在卑詩省的第一民族，您可以直接向藥房申請鼻用納洛酮，無須醫生或執業護士的處方。您需要提供身份號碼和個人健康號碼。第一民族衛生局的第一民族健康福利計劃將[涵蓋注射和鼻腔噴霧式納洛酮的費用](#)。

## 什麼是 W-18 和卡芬太尼？

雖然芬太尼引起了公眾的廣泛關注，但其他像卡芬太尼或 W-18 之類的化合物也是毒害很強的藥物，可能會被切碎成海洛因、假的"oxy"藥片或可卡因出售。這些藥物與芬太尼同樣危險，甚至更加危險，因此使用非法持有之藥物的人士需要採取極強的預防措施。民眾應當意識到，他們從合法來源（即藥房或醫院）之外獲得的藥物可能並非銷售者所說或認為的那樣。

## 實用網站

### Stop Overdose BC

[Stopoverdosebc.ca](http://Stopoverdosebc.ca) 是卑詩省藥物過量相關內容的網絡平臺。請瀏覽網站，了解更多內容。

### 援手在此

[援手在此](#) (HeretoHelp) 提供與藥物使用和精神健康相關的資訊，其網站包括個人案例、自助資源以及立即獲得幫助的資訊。

### Kelty 精神健康資源中心

Kelty 精神健康資源中心 (Kelty Mental Health Resource Centre) 是一個省級資源中心，為卑詩省的兒童、青年及其家庭提供藥物使用和精神健康資訊、資源以及同伴支援。如需了解更多資訊，請瀏覽 [Kelty 精神健康資源中心 - 物質使用](#) 頁面。

### 卑詩省藥物過量預防與應對

在卑詩省，藥物過量及相關死亡已成為非常嚴重的問題，可能發生在您認識的人身上。進一步了解藥物過量的症狀、如何處理、如何預防及相關資源。詳情請見 [卑詩省藥物過量預防與應對](#)。

### 邁向心靈

邁向心靈 (Toward the Heart) 是一個降低危害計劃，來自卑詩省疾病控制中心。瀏覽他們的網站，了解納洛酮、芬太尼、藥物供應，並查詢 [減少傷害站點](#)。

- [邁向心靈](#)
- [納洛酮拯救生命](#)
- [如何使用納洛酮 \(Narcan\)](#) (影片)
- [納洛酮能夠喚醒你](#) (影片)
- [納洛酮拯救生命](#) (影片)

## 特色服務

### 酒精與藥物資訊及轉介服務

卑詩省酒精與藥物資訊及轉介服務 24 小時熱線，向所有直接或間接受酒精及其他藥物使用影響之不同年齡段的人士提供個人、家庭及小組諮詢。

- 低陸平原：604-660-9382
- 卑詩省內免費電話：1-800-663-1441

### 卑詩省精神健康與物質使用服務

卑詩省精神健康與物質使用服務 (BCMHSUS) 是省級衛生服務管理局 (PHSA) 下設的機構，為全省兒童、青少年及成年人提供一系列藥物使用與精神健康服務。詳情請見 [卑詩省精神健康與物質使用服務](#)。

### 藥物過量預防與監督使用站點

藥物過量預防與監督使用站點是安全場所，在這裏人們可以在訓練有素員工的監督下使用非法藥物。在 [HealthLink BC 服務與資源名錄](#) 中搜尋“supervised consumption” (監督使用) 或“overdose prevention” (藥物過量預防)，以查詢社區內的站點或造訪當地衛生部門以獲取詳情。

- [第一民族治療中心](#)
  - [傷害減少與毒害藥品危機](#)
- [菲沙衛生局](#)
  - [用藥過量預防站點](#)
  - [監督使用站點](#)
- [內陸衛生局藥物過量預防與治療](#)

- [溫哥華島衛生局藥物過量預防與監督使用站點](#)
- [北部衛生局藥物過量預防](#)
- [溫哥華沿岸衛生局](#)
  - [藥物過量預防站點](#)
  - [監督使用服務](#)

《明知使用藥物》健康專題中提供的信息改編自[卑詩省疾病控制中心 - BC DOAP 鴉片類藥物過量反應策略 \(DOORS\)](#)、[邁向心靈 - 卑詩省鴉片類藥物過量：芬太尼抬頭](#)（2023 年 1 月 30 日摘錄）、[屍檢服務 - 卑詩省非法藥物過量死亡，2018 年 9 月 27 日](#)（2023 年 1 月 30 日摘錄）（見[屍檢服務 - 統計報告](#)）以及 [卑詩省政府 - 卑詩省藥物過量公眾認知 - 常見問題](#)（2023 年 1 月 30 日讀取）。

---

如需查找有關更多話題的 HealthLinkBC 文檔，請瀏覽 [www.HealthLinkBC.ca/healthfiles](http://www.HealthLinkBC.ca/healthfiles) 網頁，或造訪您當地的公共衛生局。如需在卑詩省內獲取非緊急健康資訊和建議，請瀏覽 [www.HealthLinkBC.ca](http://www.HealthLinkBC.ca)，或致電 **8-1-1**（免費電話）。失聰和聽障人士，請致電 **7-1-1**。若您需要，我們亦可提供 130 多種語言的翻譯服務。