

استعمال المخدرات عن طريق الحقن هو وسيلة لنقل العدوى من بينها HIV وإلتهاب الكبد C. ومع ذلك، إذا كنت تنوي استعمالها، فهناك بعض الخطوات التي يمكن إتباعها للتقليل من هذا الخطر إلى أدنى حد ممكن.

## 2 ممارسات آمنة للحقن

- من المستحسن أن لا تقوم بالحقن وأنت لوحدها احتساباً لوقوع أي حادث أو جرعة زائدة؛ مع ذلك، تذكر أنه لا يجب عليك أبداً تقاسم الحقنة وغيرها من المعدات مع الآخرين.
- يمكنك وضع علامة على معدتك لتفادي خلطها مع معدات شخص آخر.
- أما بالنسبة للكيس مع حمض الستريك، لا يجب عليك استعمال عصير الليمون أو الخل، حيث يمكنك أن تتسبب في إلتهابات وتلف كلوي.
- تذكر أن كل كيس من حامض الستريك هو للإستعمال مرة واحدة. يجب أن لا تستعمل سوى كمية صغيرة من حمض الستريك من الكيس وإلا يمكن أن تحدث تهيجا في موقع الحقن وتسبب ضررا للشرابين.
- إذا كنت تستهلك أكثر من مخدر واحد في نفس الوقت، من المهم أن تعرف أن آثاره يمكن أن يزيد. هذا يمكن أن يدفع بك لاتخاذ قرارات أكثر خطورة على صحتك أو أن تعاني من جرعة مفرطة.



gt grupo de trabajo sobre tratamientos del VIH  
ENTIDAD DECLARADA DE UTILIDAD PÚBLICA  
ONG DE DESARROLLO

### SUBVENCIÓN



✓ POR SOLIDARIDAD  
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL



Secretaría del Plan Nacional sobre el Sida



Ajuntament de Barcelona  
ÀREA DE QUALITAT DE VIDA,  
IGUALTAT I ESPORTS



Diputació Barcelona  
ÀREA DE BENESTAR SOCIAL

### COLABORA



¿TIENES DUDAS  
SOBRE EL TEMA?  
PREGÚNTANOS

Tel. 93 458 26 41  
consultas@gtt-vih.org

