Petit Manuel du shoot à risques réduits



Réduisez les risques avec Bloodi et ASUD



Pour tous renseignements contactez - nous : ASUD

23 rue de Château-Landon 75010 paris Tél: 1. 53 26 26 53 L'objectif de ce guide est de réduire les risques liés à l'usage des drogues par voie intraveineuse.

S'injecter des drogues est dangereux pour votre santé, le meilleur moyen de ne pas prendre de risques est bien sûr l'abstinence.

N'oubliez pas que toutes les drogues que vous fixez peuvent être sniffées, fumées ou ingérées ...



O ASUD - 1995
Conception - Mustrations - Mailsation
Jean-René Dard - Pierre Quin

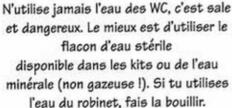


Quand tu te fixes, trouve un endroit calme et prends ton temps, dans la mesure du possible, lave-toi les mains.



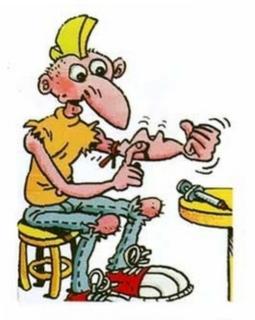
Désinfecte la veine où tu as choisi de faire ton fix. Le mieux est d'utiliser un tampon alcoolisé.

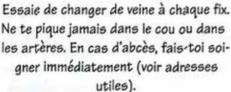






Pour dissoudre ta dope, évite citron et vinaigre. Même frais, un citron est plein de bactéries! Mieux vaut utiliser de l'acide citrique ou ascorbique (vendu en pharmacie). - quelques grains suffisent pour 1 shoot.

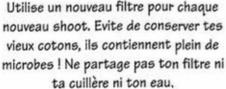






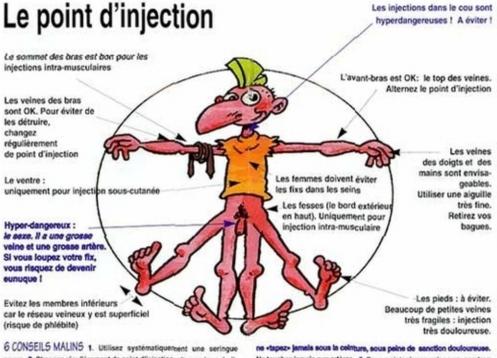
Ne prête jamais ta pompe. Ne prends jamais celle d'un autre. Au pire, utilise ton ancienne seringue (seulement la tienne). Tu peux la désinfecter à l'eau de Javel (12°), ou à l'alcool (90°)







Ne jette pas tes vieilles shooteuses n'importe où. Quelqu'un risquerait de se blesser avec. Dans la rue, le mieux est de rapporter ta seringue au lieu d'échange ou de mettre ta pompe dans une boîte de coca (ou autre...) de l'écraser et de la jeter dans une poubelle.

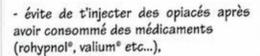


6 CONSEILS MALINS 1. Utilisez systématiquement une seringue neuve. 2 Changez régulièrement de point d'injection, alternez bras droit, bras gauche, main droite, main gauche, etc... 3. Faites votre injection dans le sens de la circulation du sang l'aiguille doit être en direction du coeur, ça évite des hématomes et ménage les valves des veines. 4. Desserrez toujours le garrot avant d'injecter la dope. 5. Comme en boxes. ne «tapez» jamals sous la celinture, sous pelne de sanction douloureuse. Ne souchez jamals aux artères. 6. Pour maintenir vos veines en pas trop mauvais état, vous pouvez utiliser des poemades ou gels comme le réparill" ou le madécassol". Dix minutes après le shoot, massez doucement votre veine avec une de ces crèmes.

L'overdose

Chaque année,
plusieurs centaines
d'usagers
de drogues
meurent
d'overdose.

Pour ne pas ajouter ton nom à cette liste noire, suits nos conseils:



- évite d'être seul(e) quand tu fixes,
- quand tu essaies une nouvelle dope ou que tu changes de dealer, teste ta came en te la fixant en deux temps.

Que faire si ton copain fait une O.D?

NE PAS PANIQUER Essaye en stimulant
la personne de l'empêcher de sombrer
dans le coma: parle-lui, secoue-le, pincele, fais le marcher etc...

 Si la personne est déjà inconsciente, place son corps dans la position indiquée



et appelle immédiatement le SAMU : compose le 15, l'appel est gratuit et la police ne sera pas informée.

Pratique le bouche à bouche si tu sais le faire.

Comment désinfecter son «matos»

Un fix = une pompe neuve. Mais... EN CAS D'URGENCE ABSOLUE Si vous n'avez pas de serinques neuves, vous devez désinfecter votre seringue usagée. Attention! seule l'utilisation de matos propre vous protégera à 100% du sida et des hépatites.

1. EAU:

LAVER ABONDAMMENT

2. JAVEL







Remplis ta seringue d'eau de javel, laisse agir au moins 30 secondes puis vide - la. Répéte l'opération au moins deux fois.

 tu peux réaliser la même opération avec de l'alcool à au moins 70°







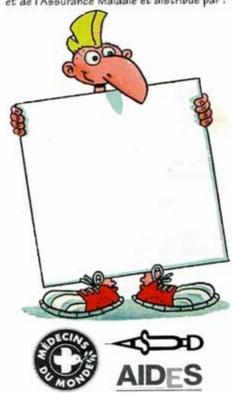




Après, n'oublie jamais de bien rincer ta seringue avec de l'eau deux fois de suite.



Document réalisé par ASUD avec le soutien et la collaboration du Ministère de la Santé Publique et de l'Assurance Maladie et distribué par :



E P.T.A. FLC. 305,447,401/216.B.105