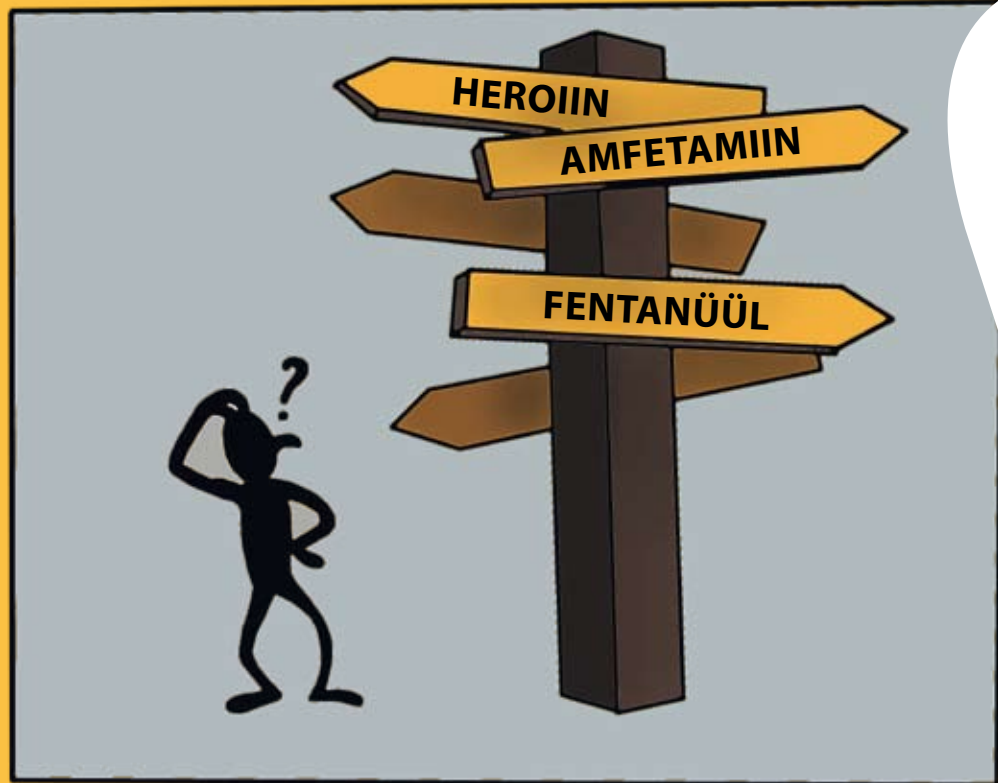


Kuidas vähendada üledoosi riski?



Ära tarvita narkootikume koos alkoholi, ravimite (näiteks Rivatril, Xanax, Dormicum) ega muude uimastitega.



Kui sul on olnud uimastite tarvitamises vaheaeg, siis alusta väiksema doosiga.

Kui su tervislik seisund on halb (haiguse korral või pärast seda), siis võib tava-pärane doos olla ohtlik.



Hangi narkootikumid usaldusväärsetelt pakkujatelt, kuid pea meeles, et uimastite kvaliteet võib muutuda.



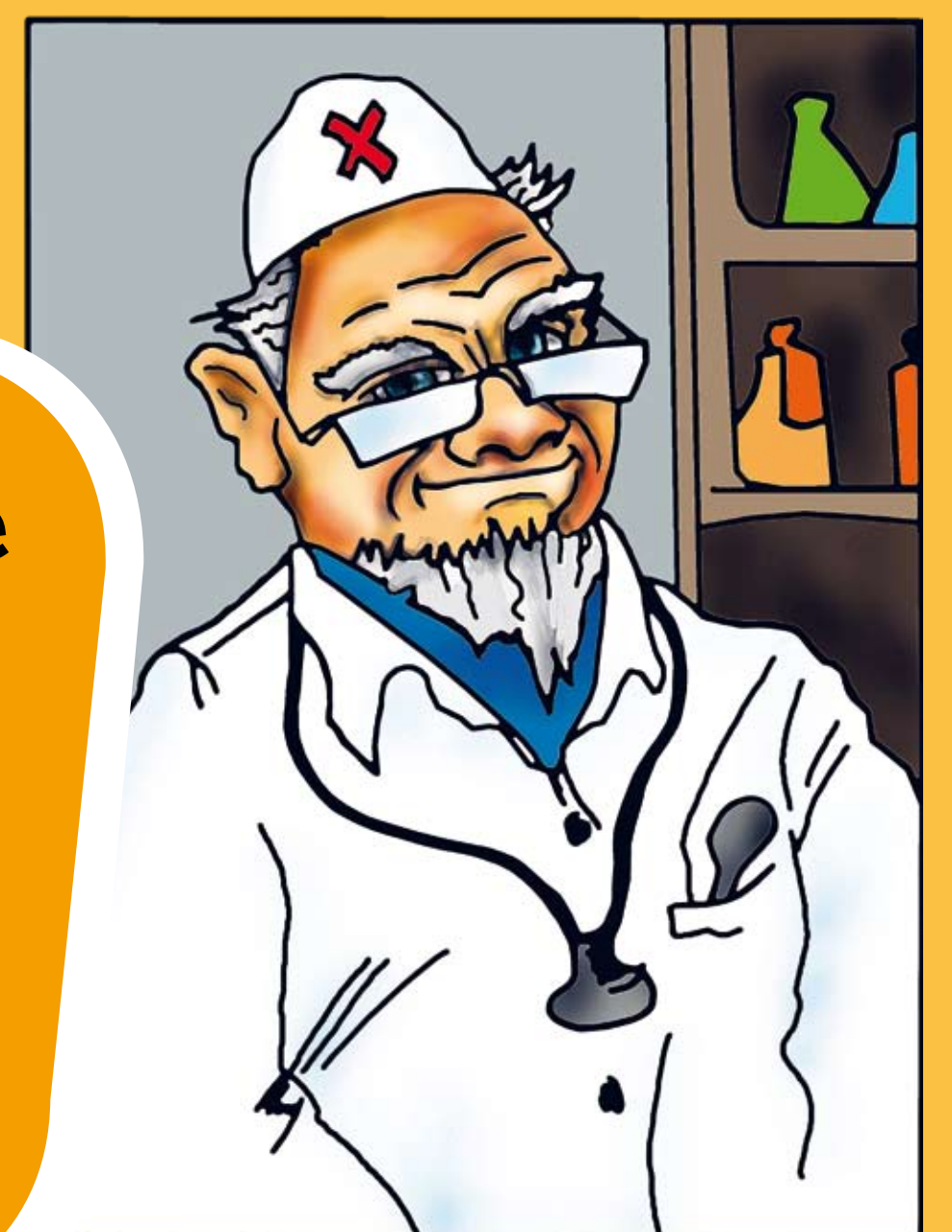
Ära liialda – tarvita just niipalju, kui sa vajad!

Oleks hea, kui uimastite tarvitamisel on keegi su kõrval.



Pea meeles, et uue narkootikumi tarvitamisel ei tea sa veel selle mõju. Alusta alguses väikese doosiga!

Kui vahetad narkootikumide manustamise viisi (lähed näiteks nuusutamisel üle süstimisele), siis vähenda alguses doosi.



Üledoosi korral helista koheselt numbrile 112 ja kutsu abi!