

Vård och stöd där du bor

Vill du veta vad det finns för vård och behandling vid beroende? Gå in på 1177 Vårdguidens webbplats www.1177.se.

Där kan du läsa om vilken vård och behandling som finns där du bor.

Du kan också kontakta socialtjänsten i din kommun.



Du kan minska din risk för överdos och rädda liv

Den här foldern förklarar kort några vanliga situationer och faktorer som ökar risken att drabbas av en opioid-överdos. Det är viktig kunskap som ger personer som använder opioider möjlighet att hantera och undvika riskfyllda situationer.

Foldern vänder sig till brukare, närstående, personal inom hälso- och sjukvården, socialtjänsten, Kriminalvården, Statens institutionsstyrelse samt intresse- och brukarorganisationer.

Den narkotikarelaterade dödligheten i Sverige är hög. Därför arbetar Socialstyrelsen tillsammans med flera andra aktörer för att förebygga och förhindra narkotikarelaterad död.

Informationen i den här foldern är en av flera insatser i detta arbete.

Du kan minska din risk för överdos och rädda liv

Information om överdosrisker med opioider

Du kan minska din risk för överdos och rädda liv

(artikelnr 2019-1-5) kan beställas från Socialstyrelsens publikationsservice www.socialstyrelsen.se/publikationer
E-post: publikationsservice@socialstyrelsen.se

Publikationen kan även laddas ner från www.socialstyrelsen.se

Tryck: Åtta 45 Tryckeri AB, januari 2019

Flest personer dör av opioider

Nästan alla som dör i en överdos i Sverige har överdoserat med opioider.

Exempel på opioider är: heroin, metadon, fentanyl, buprenorfin, och smärtstillande mediciner som tramadol och oxikodon.

Det finns flera saker du behöver veta för att skydda dig själv och andra från överdos.

Kunskap som kan rädda liv

När personer dör i överdos är det vanligt att det beror på någon av de här sakerna:

- Att man har tagit samma dos som förut, fastän man har varit utan opioider en tid och därför tål mindre.
- Att man har blandat opioider med bensodiazepiner, pregabalin eller alkohol.
- Att man har tagit preparat som är särskilt svåra att dosera, till exempel för att de är mycket starka eller stannar länge i kroppen.

Du kan råka ut för en överdos även om du följer den här informationen.

Men informationen är ändå viktig – den kan rädda både ditt liv och någon annans.

Toleransen minskar snabbt

Om du har varit utan opioider en period tål du mindre än förut.

Det går ganska snabbt – du kan tåla mindre redan efter några dagar utan opioider.

Alltså är risken för överdos extra stor efter att du till exempel:

- har legat på sjukhus
- har varit på behandlingshem, HVB eller avgiftning
- har varit häktad eller suttit i fängelse
- har låtit bli att ta opioider en tid.

Kombinationer kan göra att du slutar andas

Opioider försämrar andningen och kan göra så att du helt slutar andas.

Opioidernas försämring av andningen kan bli ännu värre om du blandar opioiderna med till exempel:

- lugnande mediciner, särskilt olika bensodiazepiner men också pregabalin
- sömnmediciner och insomningsmediciner
- alkohol.

Därför kan det vara mycket farligt att kombinera de här substanserna med varandra, även om du inte tar dem exakt samtidigt.



Liten skillnad mellan dos och överdos

Vissa opioider är mycket starka, till exempel fentanyl.

Då är det mycket svårt att räkna ut eller mäta skillnaden mellan en dos som man överlever och en dos som kan leda till döden.

Effekten kan sitta i länge

Vissa opioider stannar kvar i kroppen många timmar, till exempel metadon.

Effekten är kvar, även om den inte känns.

Då är det farligt att fylla på med mer opioider, eftersom doserna tillsammans kan leda till överdos.

Ring 112 vid överdos

En person som har överdoserat opioider behöver sjukvård snabbt.

Utan hjälp kan personen sluta andas.

Misstänker du överdos – ring alltid 112 direkt!

