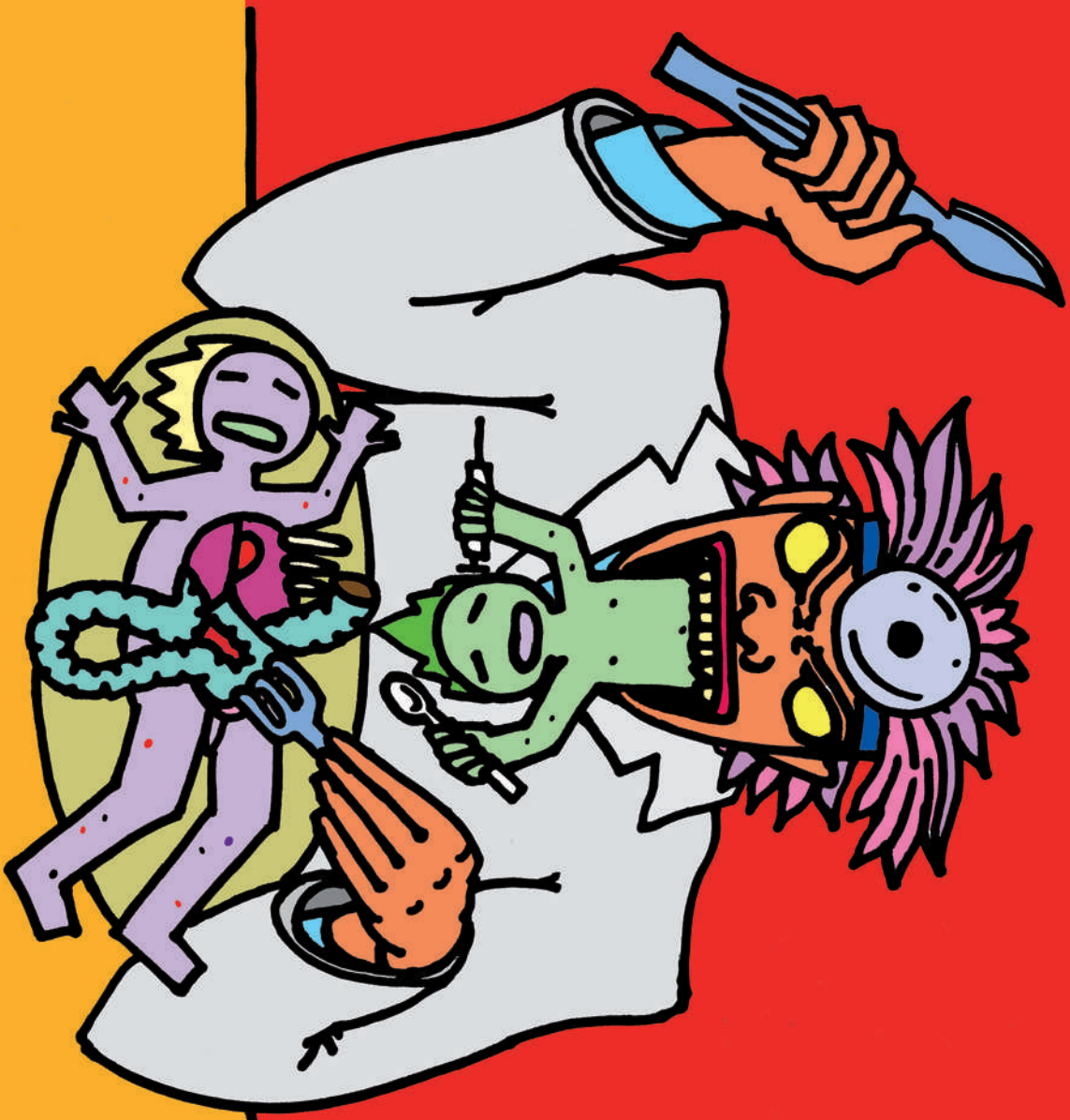
Časopis pro klienty a pracovníky terénních programů a kontaktních center II/2011

SANANIM

Dekontaminace



SANANIM

REDAKCE:

Aleš Termer (TRMX) – šéfredaktor
Aleš Herzog (ALA) – redaktor
Martin Strnad (MASTR) – redaktor, korektor
Káča Černohorská (KACHENA) – redaktorka
Hana Laurentová (HANA) – redaktorka
Filip Škuta – redaktor
…a tým Terénní programy SANANIM

Grafická úprava: Klára Zápotocká
Ilustrace: Pablo de Sax, Ondřej Haase
Fotky: ala, KC Sananim
Náklad: 5500 ks

Dekontaminace na netu:
www.edekontaminace.cz

Poděkování patří všem, kteří se na přípravě tohoto čísla Dekontaminace podíleli.

Podpořeno Radou vlády pro koordinaci protidrogové politiky a Magistrátem Hl. Města Prahy.

**Inzerát uveřejněný v tomto čísle je pouze vtip. Za abstinenci vám rozhodně nikdo platit nebude, ale i tak to stojí za to.*

ÚVODNÍK

Být či hnít?

Pokud člověk „chlastá“, může se dožít šedesáti i více let. Naši předkové, reprezentanti euroatlantické civilizace, zapracovali na tom, že alkohol snášíme výrazně lépe, než Indiáni, Asiaté, Eskymáci a další. Inu, léta a staletí praxe. Na jehlu nás ale naši předkové geneticky nepřipravili. Zpravidla do deseti let od zahájení pravidelné injekční aplikace se dostavují vážné zdravotní problémy. U někoho dříve, u někoho později. Často říkáte: „Tahle žíla mi vždycky dá.“ nebo „Já ještě neměl absces.“ Nicméně příchod těchto problémů je, pokud se věnujete jehle naplno, jen otázkou času. Záleží, zda jste před kariérou „narkomana“ sportovali, jakým žilním systémem vás obdařili vaši rodiče, zda dbáte při braní na hygienu…

Práce streetů a káčkařů je pomoci vám, abyste vydrželi „v kondici“ co nejdéle. V ideálním případě, abyste tělo mohli plnohodnotně používat, až jednou přestanete brát. Lidský organismus si umí poradit se spoustou věcí. Jistě jste si toho všimli, když jste se chvíli snažili dávat si jinam. Žíly se zahojily, modřiny zmizely… Ale jizvy po špatně zahojených abscesech budou vidět dál, zničené zuby vás pravděpodobně usvědčí z drogové kariéry, léčba Céčka bude trvat minimálně půl roku a předávkovaného kamaráda už nikdo nevzkřísí… Proto jděte raději s abscesem na chirurgickou pohotovost, než abyste si vymačkáváním a propichováním udělali jizvu na celý život. Pokud se ještě na ostatní můžete usmát, aniž by měli pocit, že se na ně otvírá Drákulova hrobka, udržte si to. Pokud ještě žloutenku nemáte, snažte se, aby to tak zůstalo i nadále. Vždy raději nášleh ochutnejte, než abyste si dali nedobrovolnou zlatou…

Návštěva u doktora není pro řadu z vás vítanou kratochvílí. Důvodů je víc. Bojíte se bolesti, není vám příjemné, že se na vás někteří lékaři a sestry dívají skrz prsty a nebo vám občas dávají najevo, že si za zdravotní problémy můžete sami. To se tak prostě stává. Streeti a káčkaři jsou připraveni vám pomoci, aby vaše cesta do ordinace proběhla hladce a byla úspěšná. Spoustu věcí lze předjednat, domluvit, vytelefonovat…

Starat se o sebe se vyplácí. Bude vás toho méně bolet. Budete lépe vypadat. A jen tak mimochodem, když budete lépe vypadat, budou se vám lépe dělat peníze. Nenakazíte ničím své blízké. Vaše máma nebude při pohledu na vás tak vyděšená a nešťastná a i své holce nebo klukovi se pravděpodobně budete víc líbit. Zkrátka budete žít déle a lépe. A to za to stojí.

–ala–

„Bezplatná“ zdravotní péče

JUDra

Náš systém zdravotní péče závisí na zdravotním pojištění. Je z něj placena převážná část poskytované péče – pokud by neexistovalo, platili bychom u doktora za cokoliv. Pár stovek při běžném nachlazení, ale také několik milionů při složité a náročné operaci. Naštěstí si péči o naše vlastní zdraví hradit přímo z vlastní kapsy nemusíme. Naše zdravotnictví je totiž založeno na principu solidarity. Všichni přispívají do společné kasy, ze které si berou jen ti, kteří jsou nemocní.

Zdravotně pojištěn je ze zákona každý občan České republiky. Od narození až do smrti. Kromě výhod bezplatné zdravotní péče to však přináší povinnost platit zdravotní pojištění. Pokud pracujete (na pracovní smlouvu nebo dohodu o provedení činnosti) či práci teprve hledáte a jste zaregistrováni na úřadu práce, o zdravotní pojištění se nemusíte starat, vše za vás platí váš zaměstnavatel či přímo stát. Stát platí také zdravotní pojištění za matky či otce na mateřské či rodičovské dovolené. V případě, že ještě studujete, hradí za vás stát zdravotní pojištění taky, ale jen do vašich 26. narozenin. V jiných případech si musíte zdravotní pojištění platit sami – ročně to vychází skoro na třináct tisíc korun (**1080 Kč/měsíc**), které se z vás časem budou exekutoři snažit dostat (pokud si nevyřídíte splátkový kalendář a nebudete svůj dluh zdravotní pojišťovně splácet klidně i po stokorunách).

Pro tu většinu z vás, kteří na placení nějakého pojistného kašlete, mám dobrou zprávu – **i přes váš dluh vás musí v nemocnici či u vašeho lékaře ošetřit**. Dluh na zdravotním pojištění totiž **nikterak neomezuje čerpání zdravotní péče**. Takové chování však není vůbec fér vůči ostatním lidem, kteří do systému zdravotního pojištění pravidelně a poctivě přispívají...

PRÁVO NA OŠETŘENÍ A POSKYTNUTÍ PRVNÍ POMOCI

Každý má ústavně zaručené **právo na zdravotní péči**. Svobodně si můžete vybrat, do které nemocnice či ke kterému lékaři půjdete. Avšak ne vždy vás musí přijmout. Odmítnout vás může doktor v případě, že má naplněnu kapacitu své ordinace a dalšího pacienta by již musel vzít na úkor kvality poskytované zdravotní péče. **Odmítnout vás může i z důvodu, že jste registrován u jedné ze zdravotních pojišťoven, se kterou daný lékař nemá uzavřenou smlouvu o proplácení zdravotnických výkonů.**

Ale!!! Pokud vám však bude hrozit bezprostřední újma na zdraví nebo dokonce na životě (tj. úraz či náhlé akutní onemocnění), odmítnout vás nesmí žádné zdravotnické zařízení a musíte být ošetřen bez požadování jakékoliv úhrady. Stejně tak, pokud jste na tom opravdu zle a přijede pro vás sanitka, záchranáři mají povinnost vám pomoci a převézt do nemocnice.

Z výše uvedeného vyplývá, že přístup k základní zdravotní péči je ze zákona možný pro každého, přesto mnoho z vás má negativní zkušenosti s návštěvou nemocnic či lékařů. Lékaři vás vzhledem k vašemu dluhu na zdravotním pojištění nechtějí přijmout do péče a vymlouvají se na potíže při proplácení zdravotních úkonů zdravotní pojišťovnou. Není se čemu divit, že jsou opatrní při výběru svých pacientů, když za svou práci nedostanou zaplaceno.

Na co máte právo, to většinou moc dobře víte. **A co vaše povinnosti, taky je znáte?** Zákon říká, že máte povinnost žít zdravě a měli byste se vyvarovat jednání, jehož cílem je vědomé poškození vlastního zdraví (tj. neničit si drogama zdraví, že). Také máte povinnost spolupracovat s lékařem a dodržovat lékařem stanovený léčebný režim tak, abyste se co nejrychleji vyléčili a byli zdraví.

Kůže zčernala, ochlupení zmizelo. Noha je špatně zásobována krví. Jakýkoliv škrábanec se špatně hojí. Hrozí vznik bércových vředů alias chronických ran.

A teď to nejdůležitejší – **jste povinni se při poskytování zdravotní péče prokazovat platným průkazem pojištěnce** (v případě ztráty pak náhradním dokladem vydaným vaší zdravotní pojišťovnou). Vlastnictví kartičky zdravotního pojištění totiž přímo souvisí s přímým placením zdravotnické péče – pokud ji u sebe při návštěvě doktora nemáte, jste považováni za samoplátce a doktor může chtít proplatit poskytnutou zdravotní péči v plné výši ne po zdravotní pojišťovně, **ale přímo po vás** (vystaví vám fakturu na poskytnuté služby, kterou máte povinnost uhradit).

CIZINCI V ORDINACI

Jiná situace je však u cizinců. Občané států mimo Evropskou unii (např. Ukrajina, Rusko atd.), kteří nemají v České republice vyřízen trvalý pobyt a pojistné na zdravotní pojištění za ně neplatí jejich český zaměstnavatel se musí povinně pojistit u jedné z komerčních zdravotních pojišťoven. Takové zdravotní pojištění cizinců však nepokrývá kompletní zdravotní péči – např. ošetření abscesu je pojišťovnou hrazeno, léčení závislostí (např. pobyt na detoxu) však ne. Stejně tak jako není hrazeno vyšetření HIV/AIDS a jeho případná léčba, ani vyšetření a léčba psychických poruch.

Tento model zhubnul z metráku na 40 kilo za necelý rok. Je to z perníkové jízdy? Nebo je to tuberkulóza? Nebo nějaký nádor? Bez cesty do ordinace to nikdy nezjistí…

PŘÍKLADY NÁKLADŮ NA OŠETŘENÍ:

Cizinec z bývalé Jugoslávie si při dělání železa přeřízl dvě šlachy na prstech. Ty mu šili v pohotovosti dvě hodiny. Odešel s fakturou na 1100 Kč (včetně pohotovostního poplatku 90 Kč).

Slovák si na opiovém poli chrstl do oka anhydrid. Okamžitě mu vše oteklo, neviděl. Přesto se pokusil nejdříve vše vyležet. Následně, když už bylo jasné, že musí do nemocnice, se na něj všichni „kamarádi“ na poli vykašlali. Po dvou dnech dorazil do nemocnice, kde zůstal 4 noci. Vyprosil si půlku osmičky suboxone na den, na zmírnění absťáků. Odešel s fakturou na zdravotní péči za 15 000 Kč.

Cizinci bez trvalého pobytu, kteří si neplatí komplexní zdravotní pojištění pro cizince, musí za jakoukoli jinou než akutní péči (při život ohrožujících stavech) platit. To vlastně platí pro kteréhokoliv cizince, který se u lékaře neprokáže příslušným dokladem opravňujícím jej k čerpání zdravotní péče. Nemluvě o tom, že pobytem na území České republiky bez zdravotního pojištění porušuje cizinec české zákony a hrozí mu postih a vyhoštění. V případě nutnosti ošetření nad rozsah nutné a neodkladné zdravotní péče může platba dosáhnout vysokých částek, které jsou pak po cizinci (ale i po občanu ČR, který nemá kartičku pojišťovny) zpětně vymáhány.

Nemocný, malomocný nebo zombie? Kam je to možné na jehle dotáhnout…

Výjimku však tvoří občané Slovenské republiky (podrobněji viz rozhovor v jiném místě časopisu).

REGULAČNÍ POPLATKY

Od roku 2008 nám české zákony přinesly ve vztahu ke zdravotnickým zařízením další povinnost – platit tzv. regulační poplatky: třicet korun za vyšetření u doktora, šedesát korun za pobyt v nemocnici na lůžku a devadesát korun za ošetření na pohotovosti. Důvodem pro jejich zavedení bylo omezení plýtvání a v důsledku toho snížení nákladů na zdravotní péči, snížení zneužívání zdravotnických služeb, stejně tak jako nárůst příjmů zdravotnických zařízení. Z uspořených peněz budou mít užitek všichni pacienti – uspořené peníze by měly být využity ke zkvalitňování poskytované zdravotnické péče, ve prospěch léčby nemocných lidí a k financování drahých lékařských úkonů. Současná medicína je totiž hodně drahá a systém společného fondu zdravotního pojištění bohužel neumožňuje dopřát kvalitní zdravotní péči všem pacientům.

VÍTE, V JAKÝCH PŘÍPADECH MUSÍTE TYTO POPLATKY ZAPLATIT?

Regulační poplatek ve výši 30 korun — 30,–

MUSÍTE ZAPLATIT:	NEPLATÍTE:
• za návštěvu, při které je provedeno klinické vyšetření (tj. lékař posoudí váš zdravotní stav, stanoví diagnózu a určí léčebný plán vedoucí k uzdravení): – u vašeho praktického lékaře, gynekologa nebo zubaře, je-li vám 18 a více let; – na specializovaném oddělení v nemocnici (např. v chirurgické ambulanci) v běžné ordinační době (tj. v pracovní dny mezi 7 a 17 hodinou); • v lékárně za položku na receptu za léky, které jsou plně nebo částečně hrazeny z veřejného zdravotního pojištění.	• pokud jste dítě (je vám méně než 18 let); • pokud jdete k doktorovi na kontrolu, např. na chirurgickou ambulanci na převaz, a lékař vám znovu neprovádí tzv. klinické vyšetření; • za laboratorní či diagnostické vyšetření (tj. odběr krve, rentgen, ultrazvuk apod.); • při preventivní prohlídce (máte na ni nárok 1x ročně u svého zubaře a gynekologa a 1x za dva roky u svého praktického lékaře); • pokud jste žena a váš gynekolog zjistí, že jste těhotná (pozor, poplatky neplatíte jen u vyšetření, které souvisí s těhotenstvím!),

Vyrážka z pika nebo druhé stádium syfilis? 30 korun poplatku snad stojí za to dát, abyste to zjistili…

Regulační poplatek ve výši 60 korun — 60,–

MUSÍTE ZAPLATIT:	NEPLATÍTE:
• za každý den pobytu v nemocnici či jiném specializovaném ústavu (např. v psychiatrické léčebně). První a poslední den hospitalizace se v případě platby tohoto poplatku počítá jako jeden den (např. v případě třídenního pobytu v nemocnici musí pacient zaplatit 120 korun).	• za jednodenní péči na lůžku.

Regulační poplatek ve výši 90 korun — 90,–

MUSÍTE ZAPLATIT:	NEPLATÍTE:
• za ošetření na pohotovosti v pracovní dny mezi 17 a 7 hodinou a o víkendech a svátcích celý den.	• pokud si vás při ošetření na pohotovosti nechají v nemocnici na lůžku.

ŽÁDNÉ REGULAČNÍ POPLATKY NEPLATÍTE:

• při léčbě infekčního onemocnění, které se musíte podle zákona podrobit (např. syfilis nebo žloutenky v akutní fázi);

• pokud máte soudem nařízené ochranné léčení;

• za výjezd sanitky při život ohrožujícím stavu;

• pokud pobíráte dávky v hmotné nouzi (tj. příspěvek na živobytí, doplatek na bydlení či mimořádnou peněžitou pomoc) a prokážete se rozhodnutím o vyplacení této dávky. Toto potvrzení je platné po dobu 30 dnů od vystavení, poté si jej musíte přijít na radnici vyřídit znovu.

A dokdy jste povinni tyto regulační poplatky zaplatit? Většinou musíte tyto regulační poplatky zaplatit ihned (v mnoha nemocnicích je umožněno více způsobů plateb, kromě platby v hotovosti např. také přes mobil odesláním příslušné smsky), anebo dle dohody se zdravotnickým zařízením později (záleží však na konkrétní nemocnici či doktorovi). V případě pobytu v nemocnici kratším než 30 dnů má pacient povinnost po propuštění z nemocnice dlužné regulační poplatky uhradit do osmi dnů. V případě hospitalizace delší než měsíc je lhůta splatnosti stanovena k poslednímu dni každého kalendářního měsíce.

–Filip–

ANKETA

JAKÉ MÁTE ZKUŠENOSTI S RYCHLOU ZÁCHRANNOU SLUŽBOU A POHOTOVOSTÍ

–Petr–

MILAN: „Měl jsem třetí den absťák, na Václaváku mne legitimovala PČR, nezdál jsem se jim a volali záchranku. Ti přijeli a zjistili, že jsem nepojištěný Slovák, do sanitky mě nenaložili, nic se mnou neudělali a chtěli po mně 900 Kč za výjezd, chovali se nepříjemně."

JANA: „Kamarádovi, jenž zemřel, se stalo, že si přivolal záchranku a ti mu řekli, že pokud se neumyje, že ho nikam neodvezou. Záchranka u něj byla nejméně dvakrát, jednou i s policejní asistencí. Neodvezli ho. Nemohl chodit a čekal až mu večer donesou heroin, ráno chtěl dojít do nemocnice, což nestihl...

PETRA: „Měla jsem sepsi (otravu). Přítel volal záchranku, přijela a chovali se dobře, odvezli mne na Bulovku na urologii. Z kraje se chovali dobře, ale po zjištění drogové závislosti změnili své chování, byli nepříjemní, z lehátka, na němž jsem ležela, mne v podstatě vyklopili a řekli, ať si dojdu na infekční. Tam už se chovali dobře."

MARKÉTA: „Volala jsem záchranku pro bezdomovkyni (ženu alkoholičku, v danou chvíli nebyla pod vlivem). Měla flegmónu, která jí vznikla po zaražené třísce. Se záchrankou nepřijel doktor a záchranáři byli neochotní. Říkali věty jako: „Proč nás voláte k zaražené třísce", „Zasere nám sanitku". Začala jsem zjišťovat jména záchranářů a pátrat po visačkách, poté začali záchranáři něco dělat a nakonec ji odvezli, ve zprávě z nemocnice stálo, že se opravdu jedná o flegmónu."

KAREL ZE SLOVENSKA: „Před rokem mi bouchl matečák částečně do obličeje, druhý den jsem s tím šel na popáleniny do Vinohradské nemocnice. Chovali se ke mně neslušně, říkali věty jako: „Proč se nejedete nechat ošetřit na Slovensko" a „Že si za to můžu sám"."

MÍŠA: „Předávkovala jsem se heroinem na záchodcích, pracovníci WC mi zavolali záchranku, ta se chovala profesionálně, odvezli mne do nem. Na Františku. Tam se ke mně chovali dobře, mile. Někdo mé ale okradl, nejspíš jiní toxíci ze záchodků."

TOMÁŠ: „Byl jsem s kamarádem v Káčku, měl totiž absces na krku. Dostali jsme doporučení na ICDZ, dojeli tam a chovali se k nám oběma hezky."

HONZA: „Chtěl jsem si dát zlatou, někdo mi ale zavolal záchranku. Probral jsem se v sanitce. Chovali se tam ke mně jako k hadru. Odvezli mne do nemocnice a i tam se chovali stejně povýšeně. Z nemocnice jsem kvůli chování personálu utekl, někdo mne během toho okradl (Mám podezření, že v sanitce)."

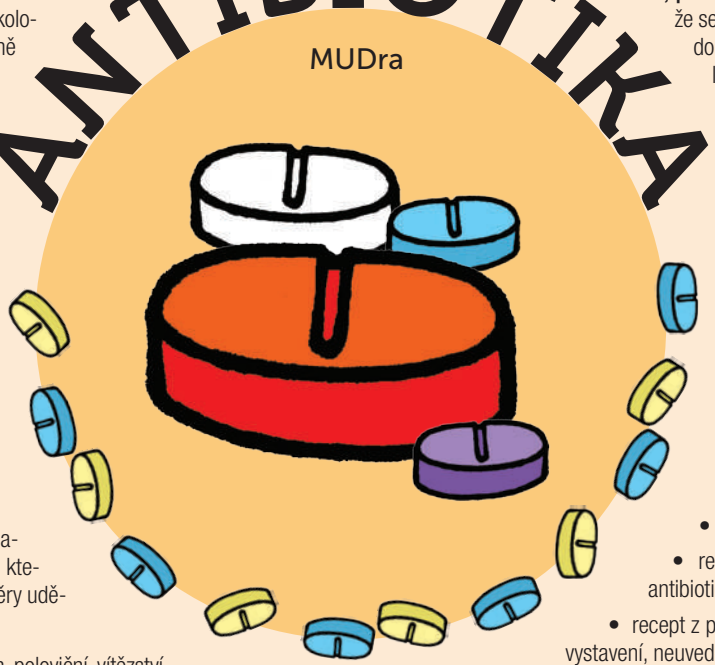
ZBYNĚK: „Jel jsem s abscesem v oku na oční do Motola, tam se ke mně chovali dobře, sestry mi dokonce chodily pro cigarety."

RÍŠA: „Vykašlával jsem zčernalé hleny – krevní sraženiny, měl jsem 41 teplotu. Šel jsem s tím k lékařce, která mi sdělila, že mám obyčejnou chřipku jako většina lidí ze sídliště. Problémy neustávaly, takže jsem odjel do Motola, tam se ke mně chovali ve stylu: „Můžeš si za to sám" – dávali mi „sežrat", že jsem feťák. Zase mi řekli, že to není nic závažného. Až přes protekci mi udělali pořádné vyšetření a zjistili, že mám „mexickou" chřipku a strávil jsem 3 měsíce na infekčním."

KRYŠPÍN: „Několikrát jsem se předávkoval heroinem a pokaždé se ke mně v nemocnici chovali dobře. Nikdy si bohužel nepamatuju na příjezd a zásah záchranné služby. I přesto, že věděli, že užívám drogy, byli na mne moc hodní a pečovali o mne. Na druhou stranu jsem vždycky podepsal revers a když mi zpočátku nemocniční personál bránil (slovy), abych nemocnici opustil předčasně, byl jsem na ně dost hrubý já..."

ANTIBIOTIKA

MUDra



Mám v ruce recept na antibiotika – co dál…

Mnohokrát jsem se já nebo moji kolegové v terénu setkala s tím, že jste nedali na naše rady (a nebyli jste sami dostatečně zodpovědní) a nechali dojít, často i původně drobnou zdravotní komplikaci, do takového stádia, že si její léčba žádala nasazení antibiotik.

U injekčních uživatelů drog je nejčastějším důvodem pro naordinování antibiotik absces, flegmóna, infekční záněty kůže, ale také pohlavní choroby či gynekologické záněty. V následujících řádcích si stručně povíme, k čemu jsou antibiotika dobrá, jak se k nim dostat a hlavně, jak je správně užívat.

Antibiotik je mnoho druhů a lékař je ordinuje podle druhu onemocnění, místa infekce a řady dalších faktorů, které zjistí vyšetřením pacienta. Zjednodušeně řečeno, jeden druh antibiotika dostane pacient na angínu a jiný druh zase na zhnisaný absces. Důvodem je to, že angínu a absces způsobují jiné druhy bakterií. V případě injekčních uživatelů drog se nejčastěji předepisují antibiotika širokospektrá, která zabírají na více druhů bakterií a je tedy větší pravděpodobnost, že se infekci podaří vyléčit. Lékař na chirurgické ambulaci nemá prostor pro to, aby vám udělal stěry z rány a čekal několik dní, než se podaří v laboratoři vykultivovat přesný druh bakterií, které vám zánět způsobily. Ostatně i kdyby vám stěry udělal, kolik z vás by si pro výsledky zašlo?

Jenže vlastnictví receptu na antibiotika je jen poloviční vítězství. Ještě musíte sehnat prachy na výběr. Pokud je vám předem jasné, že na výběr drahých širokospektrých antibiotik neseženete peníze, pak to lékaři řekněte rovnou a třeba se dohodnete na jiné levnější variantě. Za zkoušku nic nedáte. Nezapomeňte, že nějaká ta kačka se platí i za recept. Když už tedy máte recept a máte také patřičný obnos na výběr, pak si ještě pro ta antibiotika musíte dojít.

Doporučuji s tím neotálet, protože recept na antibiotika má omezenou dobu platnosti. No a po vyzvednutí antibiotik už nezbývá nic jiného, než je začít užívat pěkně podle ordinace lékaře, to znamená v pravidelných intervalech a v určené dávce (lékárník vám interval i dávkování napíše na krabičku).

Mějte na paměti, že antibiotika je potřeba dobrat všechna. I když se vám třetí den jejich užívání výrazně uleví, přesto směle pokračujte. Jen tak zabráníte tomu, že se infekce vrátí. A dobrat znamená, že vám nezbydou žádné zbytečné tabletky, které byste si mohli schovat na horší časy, nebo je věnovat kámošovi, který je zrovna nutně potřebuje. Poměrně často se nám v terénu některý náš klient pochlubí, že si notně zanedbaný absces nebo flegmónu (což je ta nejhorší možná varianta) „léčí“ tabletkami, které dostal od kámoše. Tak takhle ne! To je k ničemu. Zaděláte si akorát na větší problém, než je prostá návštěva lékaře. Prošvihlá flegmóna může končit v lepším případě ztrátou postižené končetiny, v horším případě se ztratí z povrchu zemského celá vaše maličkost.

Jak dlouho vám bude platit recept od lékaře?

- běžný recept platí 14 dní
- recept na antibiotika platí 5 dní (neplatí však pro antibiotické masti)
- recept z pohotovosti platí nejdéle následující den ode dne vystavení, neuvede-li lékař na receptu jinak
- recept na opakovaný výdej platí nejdéle 6 měsíců

Dny se zvolna krátí a tak by možná nebylo od věci si během delších volných večerů zopakovat zásady bezpečného braní. Co myslíte? Kdybyste snad natrefili na nějaký uživatelský oříšek, či pouhou nejasnost, pak vám teréňáci jistě rádi pomůžou dobře mířenou radou. Přeji co nejméně abscesů, flegmón a jiných infekčních radostí :o)

–kachena–

Na co je dobré nezapomenout

PŘI CESTĚ DO ORDINACE…

Odkazování vás, klientů, do ordinací lékařů, je pro nás, pracovníky, prakticky denní chleba. Je to jedna ze služeb, kterou u nás můžete využít. Pokud za námi přijdete s tím, že máte zdravotní problém, na který nestačí námi poskytované základní zdravotní ošetření, odkážeme vás do ordinace některého z lékařů. Ošetření vám můžeme zprostředkovat (popíšeme lékařovi základní potíže, domluvíme se na termínu návštěvy) a pokud si to budete přát, můžeme vás do ordinace i doprovodit. V rámci takzvané návazné sociální a zdravotní sítě máme domluvené lékaře, kteří jsou ochotni s námi spolupracovat, což znamená, že s nimi máme vyjednáno, že k nim můžeme posílat vás – uživatele drog. Vždy se snažíme vybrat někoho, kdo se na vás nebude dívat skrz prsty a nevyhodí vás už ze dveří. Ne vždy se to ale podaří nebo je to možné a proto vám rozhodně doporučujeme:

1 **Na cestě do ordinace, kromě všech náležitých dokladů, o kterých se dočtete v této Dekontaminaci, tedy nezapomeňte obrnit se trpělivostí! Následující příhoda to dokládá:**

Klient přichází do K-centra s intimním problémem. Odkazujeme jej na kožní lékařku a vzhledem ke klientovým obavám mu nabízíme doprovod. S klientem je domluva, že půjde do ordinace sám, pracovnice počká v čekárně. V ordinaci se lékařka klienta ptá: „Co je?“, až je to slyšet přes dveře. Klient jí říká, že má „něco na šulínkovi“ – nejdříve dostane vynadáno, že si z ní snad dělá legraci, když se neumí normálně vyjadřovat, a pak ho odešle na chirurgii – bez diagnostikování potíží.

Na chirurgii v čekárně si sestřička od klienta bere kartičku pojišťovny a ptá se, s čím přicházíme. Ptá se všech pacientů v čekárně, ale přeci jen pohmožděný kotník je trošku jiná situace. Statečný klient tedy svým slovníkem opět pojmenovává problém – před všemi ostatními pacienty. V ordinaci se lékařka podívá, co klientovi je, a odkazuje zpět na kožní oddělení. Dává klientovi doporučení, se kterým se vracíme tam, kde jsme začali.

Klient je naštvaný a nervózní. Děkuje, že je tam s ním naše pracovnice, protože kdyby tam byl sám, tak už dávno odejde.

Na základě doporučení kožní lékařka konstatovala diagnózu a nechala si zavolat pracovnici K-centra, které řekla: „Vy jste tu s ním? Tak podívejte, tady tou mastičkou mazat třikrát denně. Také musí váš přítel pravidelně dodržovat hygienu, tak na to prosím dohlédněte. A co se týče sexu, tak ten byste si teď měli na chvíli odpustit!!!“ No, někdy opravdu nemá cenu cokoliv vysvětlovat, tak děkujeme a mizíme.

2 **Dále je třeba vzít s sebou do ordinace naději (která umírá poslední) a víru, že to také může dobře dopadnout, což dokresluje následující příhoda naší klientky:**

Klientka, občasná intravenózní uživatelka pervitinu, přichází do K-centra, protože je v pátém měsíci těhoten-

Popálenina. Vznikla tím, že si majitel nohy převrhl lihový vařič na kalhoty, a při strhávání hořící látky šla dolů i kůže.

ství. V průběhu tohoto těhotenství zatím nebyla na gynekologické prohlídce. Situaci komplikuje to, že má žloutenku typu C.
Domlouvá se s pracovnicí K-centra na doprovodu, protože se obává negativní reakce lékařů a odsouzení z jejich strany ohledně své situace.
V nemocnici v ordinaci pro riziková těhotenství jí nakonec přijali i bez doporučení obvodního gynekologa a nechali si ji v péči. Personál nemocnice se choval velmi profesionálně a klientku neodsoudil, i když se přiznala k nitrožilní aplikaci, a na první prohlídku v těhotenství šla až v 5. měsíci. Bod pro všechny férové lékaře!

3 V neposlední řadě byste se měli vyzbrojit odvahou, protože návštěva lékaře může být někdy hodně nepříjemná a může i bolet, jako například ošetření klienta, který přichází s flegmónou.

Klient přichází do K-centra v 10.00, udává, že v 01.00 aplikoval nitrožilně pervitin do pravého předloktí, po chvíli cítil pálení v celé končetině, cca v 03.00 usnul a kolem 05.00 se probudil se silnou horečkou, výraznými tmavými žilami, na kterých byly od zápěstí po rameno viditelné bulky, končetina byla celkově oteklá a bolela.

Ze strany K-centra probíhá informace o možné flegmóně, otravě krve, je vysvětlena nutnost rychlého ošetření a vysokého rizika v případě zanedbání, klient souhlasí s doprovodem do nemocnice.

Celkově je kontakt pro klienta velice nepříjemný, protože lékař se pracovníka ptá, zda „kamarád fetuje?“, a prvotně se řeší pojištění („Jak to kolega zaplatí, když nemá kartičku?“) a až pak ošetření. Lékař klade spoustu dotazů ohledně toho, jak se to klientovi stalo – „Co jste proboha dělal, chlape?“ a projevuje zjevnou nelibost při ošetření. Tak sem už asi nezavítáme a raději najdeme jiného lékaře…

Chronické rány alias „bércové vředy“. I přes závažnost onemocnění nebyl dotyčný klient káčka ochoten jít do nemocnice v danou chvíli. Na prvním místě u něj bylo „KÁLO“ – heroin.

Milí klienti, výše uvedenými příběhy vás nechceme v žádném případě odradit od návštěv zdravotnických zařízení. Jen jsme vám chtěli přiblížit, že to opravdu nemusí být jednoduché a že je třeba ledacos přetrpět, aby vám po ukončení drogové kariéry nezůstaly věčné památky – třeba v podobě amputované končetiny. Nezanedbávejte proto svůj zdravotní stav, pečujte o sebe a lékařů se nebojte – a na druhou stranu se je snažte alespoň trochu pochopit – někdy opravdu není snadné přihlížet vašemu sebepoškozování v podobě užívání drog. No, a když budete mít jakékoliv dotazy nebo budete marně sbírat odvahu, dejte vědět a my vám rádi pomůžeme!

Takovéto chronické rány alias bércové vředy vzniknou dlouhodobým zanedbáváním zdravotní péče. Tohle se doma, natož na ulici nezahojí… Pobyt v nemocnici nutný!

Příhody z lékařských ordinací sbírali pracovníci harm reduction programů občanského sdružení Laxus (Centra terénních programů Královéhradeckého a Pardubického kraje, K-center v Hradci Králové, Pardubicích a Nymburce).

Markéta Manová, vedoucí Centra terénních programů Královéhradeckého kraje

SAMOLÉČBA BOLESTI

aneb IBÁČ–terapie

PARALENY A IBUPROFENY...

Berete je po hrstech a bolesti si ve svém toxickém životě užíváte dost a dost. A nemám na mysli jen, když vás bolí celý člověk kvůli absťákům…

Místo toho, abyste si došli k zubaři s bolavým zubem, řešíte to tím, že do sebe cpete plata ibáčů. Když vás bolí hlava, protože celý den sháníte matroš a zapomenete se napít, řešíte to zase růžovým švihákem. Vašim játrům, už tak dost zatěžovaným drogami a virem céčka, to vůbec nedělá dobře. A co třeba, když vás bude bolet břicho kvůli zánětu slepáku? Bolest uspíte kombinací drog a léků proti bolesti a pak to může dopadnout hodně blbě. Slepák vám praskne a vy za nějaký ten den umřete na celkovou infekci…

Omrzlina

BOLEST JE UŽITEČNÁ!

Bolest je tu proto, aby nás upozornila, že něco není v pořádku. V normálním světě to funguje tak, že se lidé snaží příčinu bolesti odstranit. Nesnaží se svoje tělo oblbnout léky proti bolesti, nebo větší dávkou drog tak, aby přestali bolest vnímat, jak to máte ve zvyku vy.

Proč nás vlastně něco bolí? Jak vzniká bolest? Kam se informace z bolavého zubu dostane a my začneme vnímat, že nás bolí právě ten zub vpravo dole? Pokud vás to zajímá, tak čtěte dále.

Špatná péče o ústní hygienu a strach jít k zubaři je jednou z nejčastějších příčin vaší bolesti.

AKUTNÍ BOLEST

Vzniká při poškození tělesné tkáně úrazem, chorobou nebo operačním zákrokem. Akutní bolest má náhlý začátek, trvá hodiny až dny, maximálně však jeden měsíc. Varuje před nebezpečím. Je provázena dalšími projevy, jakými je pocení, zrychlený tep, rozšíření zornic apod. Bolest bývá často spojená se strachem či úzkostí.

Pokud se skutečně jedná o bolest akutní, měl by se lékař pokusit předejít tomu, aby se z ní stala bolest chronická. To je důležité zejména v přístupu k léčbě. Akutní bolest velmi dobře reaguje na léčbu analgetiky (léky proti bolesti), která se mají podávat v dostatečně vysokých dávkách.

Díky špatné a nedostačující léčbě akutní bolesti se může z malé bolesti stát téměř nesnesitelná chronická bolest. Narozdíl od akutních bolestí jsou chronické bolesti těžko léčitelné.

CHRONICKÁ BOLEST

Příčina nebývá vždy jasná, nemusí přímo souviset s poraněním či nějakým jiným poškozením tkáně. Často je, vzhledem k příčině, neúměrně velká. Chronická bolest trvá déle než 3-6 měsíců a nemá, narozdíl od akutní bolesti, funkci varovného signálu. Vedle tělesného utrpení zahrnuje i problémy duševní, duchovní, sociální a existenční. Provází ji změny psychiky (úzkostné stavy, deprese, změny osobnosti), špatně reaguje na léčbu analgetiky. Chronická bolest se sama stává nemocí a její mírnění je tedy vlastním cílem léčby. Tato léčba vyžaduje komplexní přístup (farmakoterapie, psychoterapie apod.). Při správné volbě léků a léčebného postupu a při dobré spolupráci ze strany pacienta, lze až v 95% případů bolest udržet pod kontrolou.

NOCISENZORY – SNÍMAČE BOLESTI

Po celém těle jsou rozmístěné různorodé snímače bolesti, takzvané nocisenzory. Jsou na povrchu těla, na kůži, ve svalech i kloubech, cévách, na sliznicích, ale také na povrchu vnitřních orgánů, v míše a centrálním mozkovém systému. Jejich úloha je jednoduchá. Musí zaznamenat bolest a nějakým způsobem tuto informaci předat dále.

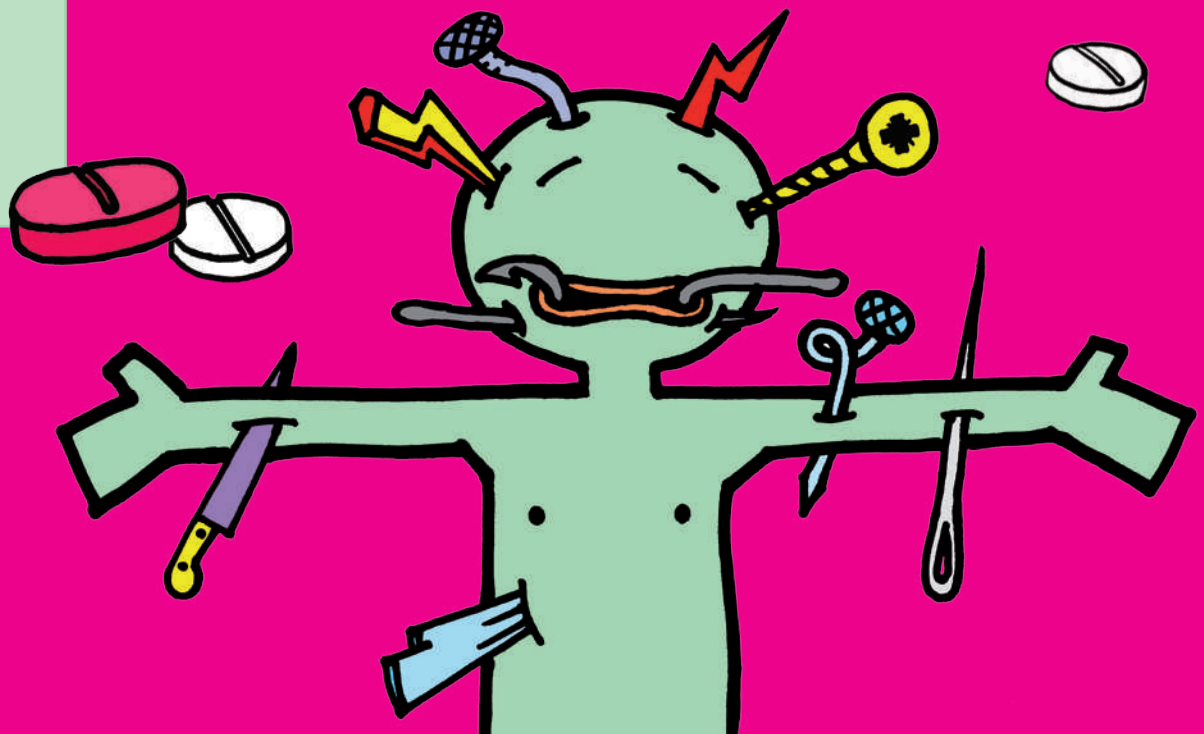
VEDENÍ BOLESTI

Nocisenzory zaznamenaly bolestivý podnět. Co se děje dále? Systémem složitých nervových drah tato informace putuje do vyšších nervových center, kterými jsou mícha a mozek. Nervová vlákna vedou bolest různou rychlostí. Díky tomu například informace o mechanickém podráždění dorazí o zlomek vteřiny dříve, než informace o vlastní bolesti. Protože je nervový systém již podrážděn prvotní informací, na onu bolestivou již reaguje s menší odezvou. Říká se tomu mechanismus vrátek (např. třeseme rukou, když si popálíme prsty o zápalku). Jednoduchá možnost, jak si naše tělo od bolesti samo pomáhá. Podle toho, kam vzruch dorazí, následuje příslušná reakce – uhneme nohou nebo rukou, uvědomíme si bolest a bráníme se jí.

ZÁVĚREM

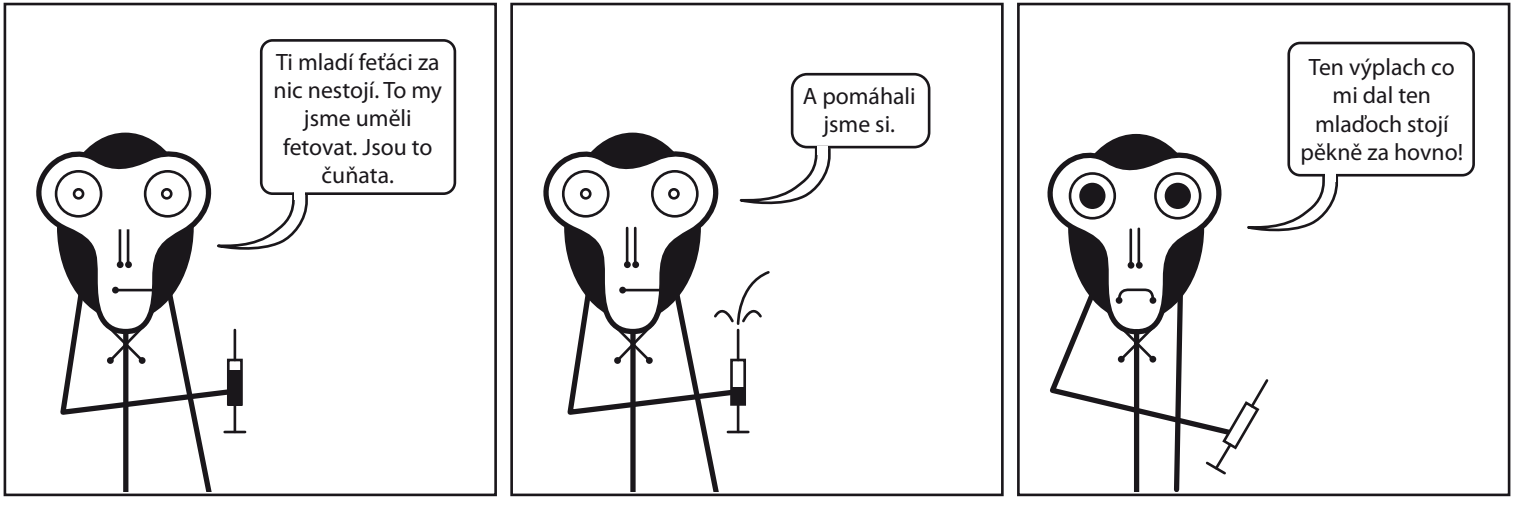
Jak už bylo řečeno v úvodu, bolest (i když je velmi nepříjemná) je tu proto, aby nás upozornila, že něco není v pořádku a děje se něco, co by se dít nemělo. Jestliže je něco v nepořádku, pak to má také svou příčinu a bolest je toho důsledkem. Takže až vás začne něco bolet, pokuste se zamyslet a příčinu nalézt a odstranit dřív, než do sebe hodíte další várku ibáčů nebo paralenů. Minimálně vaše játra vám budou za to hodně vděčná.

–kachena–



PAN SMAŽKA

PAN SMAŽKA A MLÁDEŽ



PAN SMAŽKA

PAN SMAŽKA A STREETWORKŘI

Varování o výskytu fentanylu v ČR!!!

Dle aktuálních informací došlo v ČR, přesněji v Moravskoslezském kraji, k distribuci fentanylu. Jedná se o hnědý prášek (vypadající jako hnědý heroin), ve kterém byl fentanyl ředěn paracetamolem a kofeinem a který byl distribuován pod názvem „vlacho“. V ČR v r. 2010 byly mezi pitvanými na odděleních soudního lékařství identifikovány minimálně 2 případy úmrtí na předávkování s nálezem fentanylu. V poslední době byl zaznamenán záchyt většího množství fentanylu na Slovensku a ve Velké Británii, kde byly hlášeny dva případy předávkování. Droga byla uživatelům heroinu nabízena jako „china white“ heroin.

Výskyt fentanylu na drogových scénách představuje vysoké riziko vzhledem k nebezpečí předávkování.

FENTANYL A PŘEDÁVKOVÁNÍ

- Síla pouličního heroinu může být dramaticky zvýšena přidáním fentanylu.
- Užití i velmi malého množství látky s příměsí fentanylu může způsobit předávkování a smrt.
- Stav předávkování nastupuje velmi rychle. Zásadní komplikací může být i to, že zasahující lékař nemusí vědět, že se jedná o předávkování fentanylem, protože fentanyl není detekován standardními toxikologickými testy.
- Předávkování fentanylem vede k zástavě dechu a srdce, dýchacím a oběhovým potížím a může způsobit i anafylaktickou reakci organismu. Anafylaktický šok je extrémní, život ohrožující forma alergické reakce.

CO JE TO FENTANYL?

Fentanyl je syntetický opiát, používaný v medicíně pro léčbu akutní i chronické bolesti a pro anestezii (umrtvení) při chirurgických operacích. Jeho stejná hmotnost má přibližně 40x vyšší analgetickou (znecitlivují, ulevující od bolesti) účinnost než heroin a zhruba 50x vyšší účinnost při útlumu dýchacího centra, vedoucího ke smrtelnému předávkování.

INZERCE

Abstinent milionářem!*

Multimilionářka JUDr. Barbara Poslaná, po tragické smrti své dcery na předávkování, se rozhodla, že věnuje 1 000 000 Korun českých prvním 50 dlouhodobým uživatelům tvrdých drog, kteří se rozhodnou a budou prokazatelně abstinovat alespoň jeden rok. V případě delší abstinence bude odměna adekvátně zvýšena.

Abstinence bude ověřována testem ze vzorku vlasů před zahájením abstinence a po roce. Podrobnější informace o podmínkách soutěže jsou k dispozici u terénních pracovníků a v kontaktních centrech.

A TO SE VYPLATÍ!!!

Třísla a krk

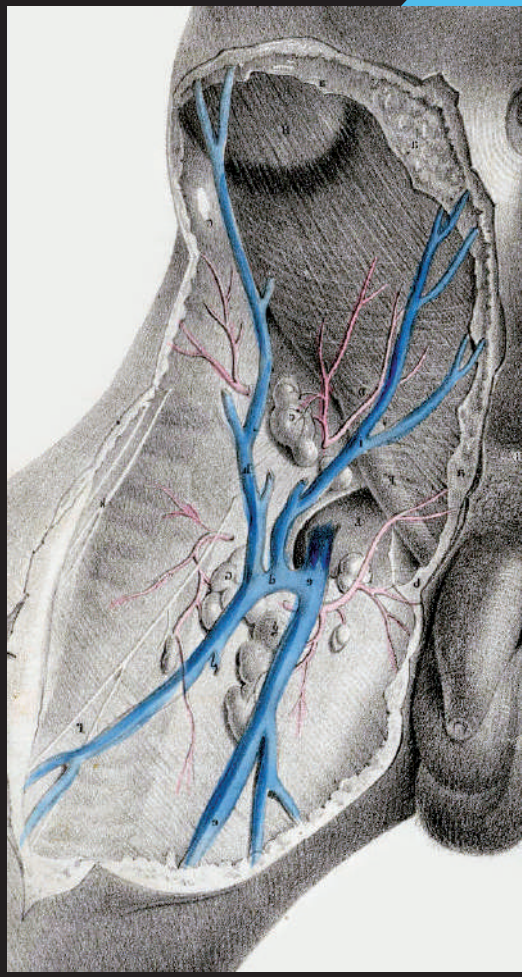
DOST Z VÁS SI, VE CHVÍLI, KDY NENAJDETE ŽÍLY NA RUKÁCH, DÁVÁ DO TŘÍSEL NEBO DO KRKU.

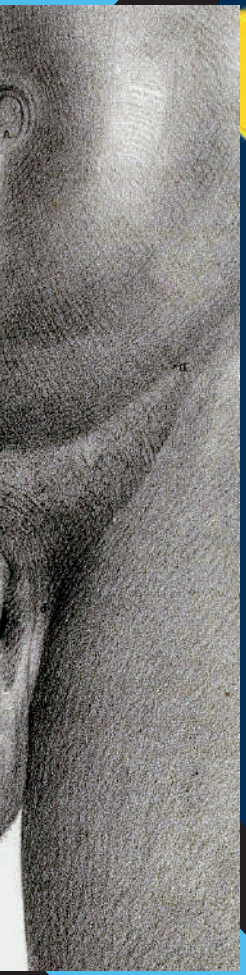
TŘÍSLA A KRK JSOU ALE HODNĚ NEBEZPEČNÁ MÍSTA K APLIKACI.

Proč?

V oblasti třísel a krku je velké množství nervů. Ty jsou spolu s žílami a tepnami těsně vedle sebe a to dost hluboko. Je proto obtížné se do žíly trefit. V případě, kdy se člověk do žíly netrefí, může dojít k těžkým komplikacím:

- Velká bolest
- Poškození tkáně
- Aplikace do třísel často vede k abscesům díky blízkosti genitální oblasti, kde jsou vždy ve větší míře přítomny bakterie. Často dochází k hlubokým podkožním abscesům, které se odstraňují složitou riskantní operací.
- Může dojít k nervovému poškození až s rizikem ochrnutí
- Hrozí infekci hlavní tepny, tedy zásadní krevní dálnice. Hlavní tepna také může prasknout a vy vykrvácíte.
- I když se do žíly trefíte, dochází stejně často k trombózám (ucpání žil) v oblasti pánve a nohou. To způsobuje, že nohy otékají a dochází k problémům při chození.



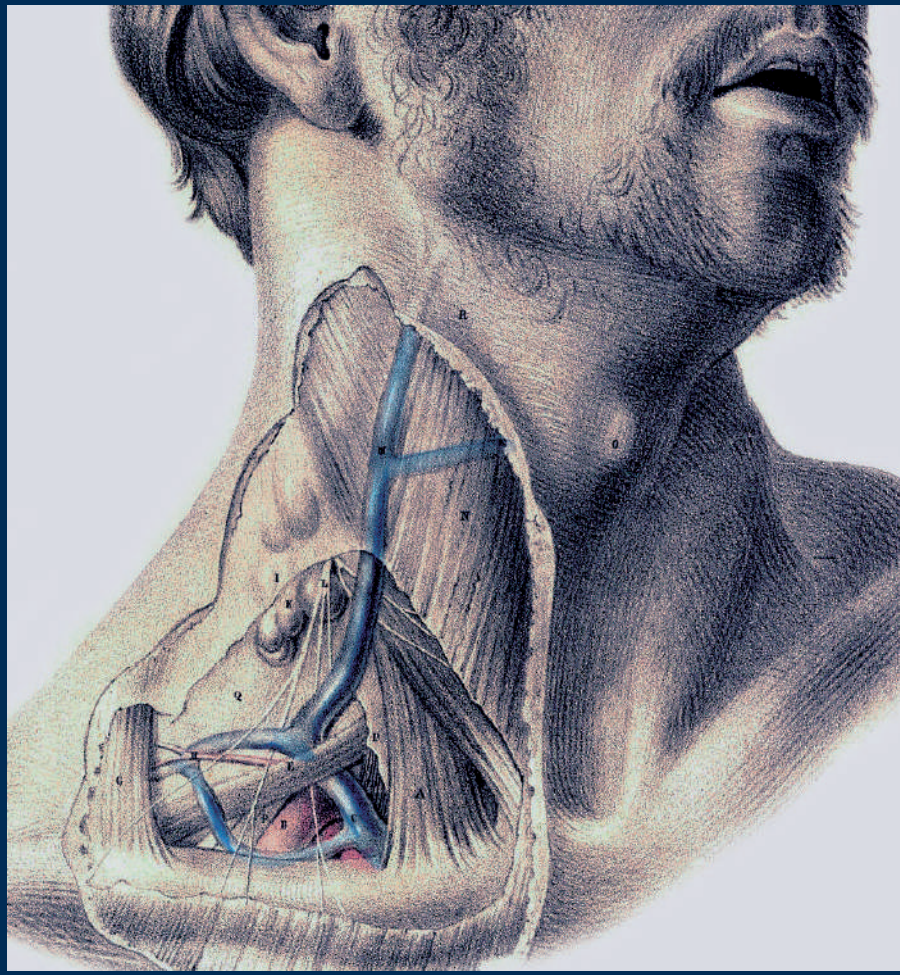


Co dělat?

Vyhnout se aplikaci do krku a třísel. Často nenajdete žíly, protože je moc nebo málo zaškrtíte.

Pokud si dáváte do krku, dodržujte co nejpřísněji hygienická pravidla a aplikujte směrem dolů. Tedy po směru toku krve. Krev z krční žíly jde totiž nejdřív do srdce, pak do plic, pak zpátky do srdce a až potom do mozku. Nájezd se aplikací do krku neurychlí.

Zdroj: www.fixpunkt.org
Překládali: jana, krck



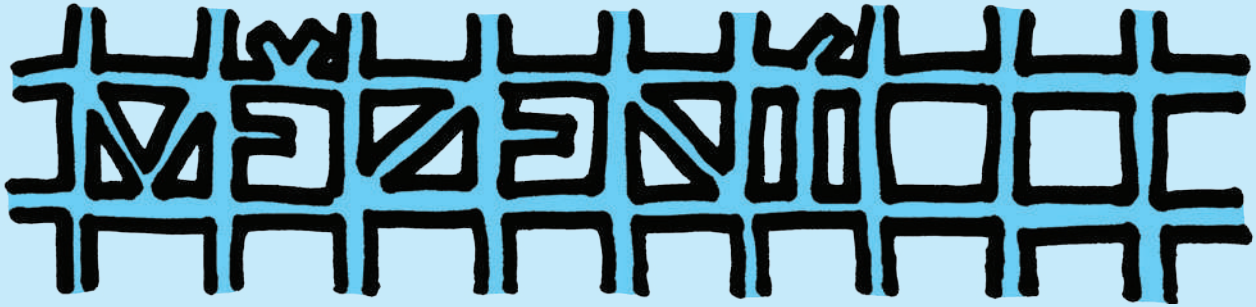
DNEŠNÍ RÁNO, DOPOLEDNE, VLASTNĚ CELÝ DNEŠNÍ DEN PRO MĚ BUDE ASI TÍM DNEM, NA KTERÝ BUDU DO KONCE SVÉHO ŽIVOTA URČITĚ VZPOMÍNAT.

Dneska, konečně dneska, se mi opět možná vrátí svoboda. Vy, kteří jste jednou byli v podobné situaci a měli tu „čest“ trávit nějaký ten čas ve vězení jako já, mi budete rozumět lépe. Ale vy všichni ostatní chápejte tyto řádky jako poselství o mém osobním vnímání svobody na základě zážitků, které jsem si z vězení přinesla. Té svobody, které si – a to mi musíte věřit všichni bez rozdílu – opravdu mnozí dokážeme vážit až teprve, když se nám jí nedostává, když ji prostě ztratíme.

mluvím. Vlastně by se dalo říci, že je o vás celkem dobře postaráno. Čisté, útulné cely, hygienický servis na 8-10 metrech čtverečních též uvnitř cely. Samostatné koupání 1x týdně, neustálá, vždy „dosažitelná“ vězeňská kontrola 24 hodin denně k dispozici po zaťukání železnou lžící na železný katr (dveře), pominu-li tzv. „bonzák“, tlačítko ve zdi, které by se mělo používat pouze v nutnosti ohrožení života, což je v těchto umělých podmínkách též dosti relativní. Dále pak 3x denně základní strava, podávaná otevřeným železným okénkem uprostřed katru, tzv. bufetem, kterou vám podává pár klepoucích se rukou v igelitových rukavicích mladíka z výkonu trestu, chodbaře, obdovy vazební věznice Ruzyně, tam, kde probíhají soudní stání a výslechy. Dneska konečně proběhne ten akt, který mi možná vrátí zpět mou ztracenou svobodu.

JE PRÁVĚ 10:30 HODIN A JÁ JSEM BYLA PODMÍNĚNĚ PROPUŠTĚNA NA SVOBODU. Mám samozřejmě velkou radost, i když ne takovou, jako tenkrát, když mi operovali oko a hrozilo mi oslepnutí, ale dalo by se říci, že velkou.

Totiž kromě té radosti jsem zároveň plná všech těch přemýšlivých obav, na které si v hodinách vězeňského ticha přijde asi každý a každý po svém. Kdyby však nebyly ty obavy, nemohla by asi ani ta radost být taková opravdo-



život není pohádka

Najednou veškerou zodpovědnost za človíčka a jeho bytí na světě přebírá oficiální instituce – vězení. Stačí obyčejných pár minut a realita se řítí rychlostí světla. Až v tomto prostředí člověk opravdu zjistí, jak je čas relativní a přítomnost konkrétní. Ve vězení prostě a to zdůrazňuji doslovně – sedíš a čekáš, čekáš a sedíš, furt do kolečka. Na první pohled to jako horor snad ani nevypadá, ale v tom to právě je. Jelikož toto naprosto prozaické slovní spojení dvou obyčejných slůvek opravdovým životním hororem skutečně je. Sama za sebe vám musím sdělit, že i pár měsíčků režimu pevné vazby, tzn. bez možnosti opuštění cely s výjimkou nárokové hodinové vycházky jednou denně, naprosto stačí a věřte mi, vím, o čem

sluhujícího vozík s jídlem, jehož obličej zřejmě nebudete moci nikdy spatřit, ale jeho ruce se již 4 měsíce pravidelně starají o váš každodenní hlad. Chtěla jsem mu poděkovat, ale jelikož jsem si zažádala o podmíněné propuštění, raději jsem neriskovala kázeňský trest. Byla by to příliš draze vykoupená zdvořilost, nikdy člověk nemůže vědět. jakou náladu má zrovna velitel na směně, fakt to nemělo cenu riskovat, na to je svoboda příliš drahá, sakra drahá....

Abych se ale vrátila k tomu dnešku, právě dnes jsem se konečně dočkala. Procházka – možná jedna z mých konečně posledních. Vedou mě až do spodních prostor bu-

vá. Odjakživa jedno souvisí s druhým a odpradávna též platí, že každý je strůjcem svého štěstí. Těším se právě z toho, že mi vyšla druhá šance a doufám, že se mi jí podaří dostatečně využít. Což doslovně znamená, že se mi již „nepoštěstí“ opět se dostat za zamřížované zdi z pohledu zevnitř a též doufám, že se mi již v životě nepodaří dostat do situace, kdybych potřebovala třeba nějakou tu třetí šanci. V životě to bohužel nechodí jako v pohádkách, do třetice všeho dobrého...asi proto, že život není žádná pohádka – to je holý fakt. Na to by člověk neměl nikdy zapomínat, ať je na drogách nebo bez nich.

–Markéta–

„Jsem Slovák. Můžu v Čechách na detox či do substituce?“

Zeptali jsme se Lenky, která pracuje v Terénním programu Drop In a je původem ze Slovenska.

Jak je to se zdravotní péčí pro lidi ze Slovenska?

Nejlepší je, pokud je tady člověk samozřejmě zaměstnaný. Zaměstnavatel za něho platí zdravotní pojištění (i sociální), na podnět zaměstnavatele je člověku vydána kartička pojištěnce. Pak není žádný problém s plnou zdravotní péčí, hradí ji ta česká zdravotní pojišťovna, u které je pojištění sjednáno.

Dobrá, ale většina uživatelů drog pojištění v Čechách nemá. Jaké jsou jejich možnosti?

Všichni mají nárok na pohotovostní péči v ohrožení života. Čili v případě předávkování, selhání organismu např. vlivem otravy krve sanitka musí přijet pro kohokoliv, a v nemocnici jej musí přijmout a poskytnout mu nezbytně nutnou péči. Ale když už se člověk dostane ze stavu ohrožení života, je to složitější. Cizinci (občané EÚ) mají nárok na zdravotní péči, jejíž poskytnutí se stane během pobytu v České republice nutným s přihlédnutím k povaze nemoci a předpokládané době pobytu v ČR, tj. musí jim být poskytnuta taková péče, aby nemuseli krátit pobyt a nebyli ohroženi na životě či zdraví.

Za jakých podmínek si tedy Slováka nechají déle v nemocnici, i když mu nejde o život?

Podle pravidel EU hradí zdravotní péči nejdříve české zdravotní pojišťovny, následně ji ale proplatí pojišťovny ze Slovenska. **Poskytování zdravotní péče v rámci Evropské unie je upraveno nařízeními Rady EHS 1408/71 a 574/72 EHS. V ČR má nárok na zdravotní péči na účet své slovenské zdravotní pojišťovny, a to za stejných podmínek jako místní pojištěnci:**

- Jsou povinni zaplatit stejnou spoluúčast jako místní pojištěnci
- Musí čerpat zdravotní péči ve zdravotnických zařízeních, která jsou financována z veřejných zdrojů. Ve zdravotnických zařízeních, která nejsou napojena na veřejný systém, bude muset zpravidla zaplatit celou péči
- Pro uplatnění nároku je vždy nutné se prokázat Evropským průkazem zdravotního pojištění nebo potvrzením, které jej dočasně nahrazuje.

Problém ale je, že dostat od slovenských zdravotních pojišťoven zaplaceno je hodně složité, a proto české nemocnice fakt nejsou rády. Mají zkušenost, že jim peníze nikdo ze Slovenska nezaplatí, nebo to znamená víc práce než ve finále peněz, a tak to hradí ze svého. Proto se snaží péči o lidi nepojištěné v ČR minimalizovat.

Mohl by jít někdo ze Slovenska v Čechách na detox, substituci, nebo léčit žloutenku typu C?

Pokud máš jen slovenské zdravotní pojištění, tak hodně záleží na ochotě dané nemocnice. Přijmout na detoxifikační by tě měli, pokud jsi např. v toxické psychóze nebo máš sebevražedné sklony. Jsou případy, kdy je nemocnice ochotna detox poskytnout i lidem ze Slovenska.

Šance léčit se v Čechách pro někoho bez českého zdravotního pojištění velmi malá. Lékař by musel být ochoten „vyrazit peníze“ ze slovenské zdravotní pojišťovny a obhájit, proč se nemůžeš jít léčit na Slovensko.

A co když má uživatel drog ze Slovenska zápal plic, řeznou ránu, absces na krku a podobně?w

Při závažném stavu ohrožujícím život, nebo zdraví musí být člověk ošetřen. Ale v praxi je mnoho případů (a to se týká i českých uživatelů drog), kdy je zdravotní péče odmítnuta. Vždy pomůže se chovat slušně, mít zaplacen regulační poplatek u lékaře (30 Kč nebo 90 Kč), někdy také doporučení z káčka. Poslední šance bývá doprovod teréňákem či káčkařem.

Jsou ještě nějaké speciální případy?

Jsou, a to, pokud by Vám zjistili syfilis a tuberkulózu. Tyto nemoci se ze zákona léčit, musí a to i proti vůli infikovaného, na náklady České republiky. Čili pokud by Vám zjistili tuberu, neřeší zda jste pojištěn, a jdete se léčit na infekční.

–ala–

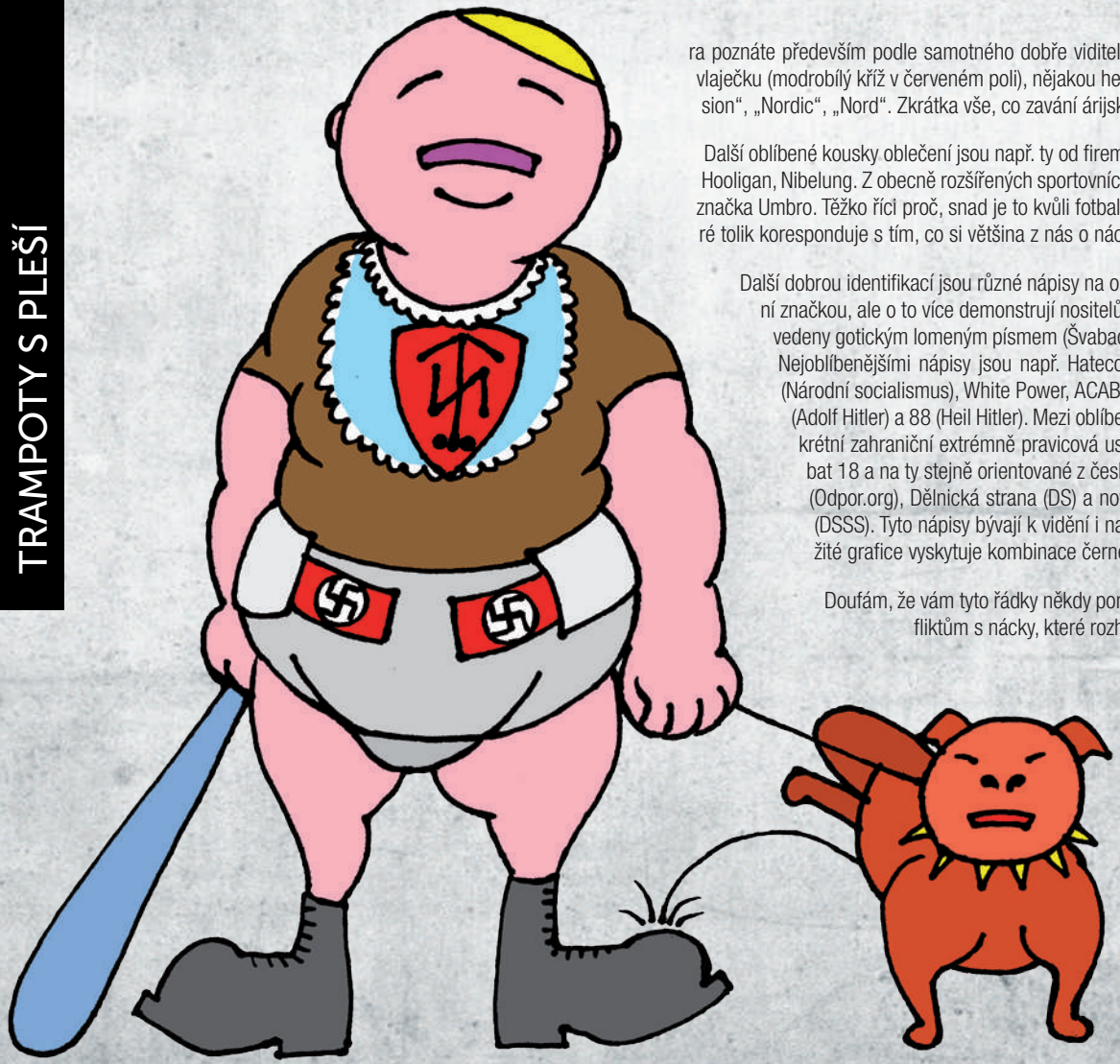
Ein land, ein volk, ein führer!

Ne, nebojte se, nesnažíme se získat nové čtenáře s čistým rasovým původem. Jen si v duchu hesla „Poznej svého nepřítele.“ povíme něco málo o náccích. V tomhle článku se budeme věnovat především praktické stránce věci, kterou je rychlá identifikace pravicového radikála podle viditelných znaků, typického oděvu atd. Tato znalost by vám měla pomoci včas rozpoznat, že něco není v pořádku a připravit se na možný konflikt, nebo ještě lépe poskytnout dostatek času na ústup. O historii naziskinheads v ČR a organizacích, které u nás působí napíšeme třeba v nějaké příští Dekontaminaci.

Bohužel v posledních letech se neonacistická scéna začala měnit, protože náckové zatoužili po vstupu do vyšší politiky a změnili i svou PR strategii. S klasickým uřvaným a hajlujícím naziskinheadem (bomber, těžké boty s bílými tkaničkami atd.) se už potkáme jen málokdy. Zato jsou k vidění hodní upravení chlapci spořádaně pochodující v sevřeném šiku, tak jak jim velí jejich přebujelý smysl pro pořádek a disciplínu. Novou bojovou strategii převzali od svých levicových nepřátel a začali utvářet tzv. black block. Všichni jsou oblečeni v oděvu černé barvy a bez viditelných znaků a tvoří tak jednolitou masu, která znesnadňuje policii identifikaci konkrétních jedinců páchajících nepřístojnosti. Bohužel tím znesnadnili identifikaci i všem ostatním, kteří nácky nemají v oblibě a raději by se jim vyhnuli.

Jak tedy takového hákoše poznat? Nejlépe podle značky oblečení či viditelných nápisů prezentujících nositelův světonázor a politickou příslušnost.

Nejoblíbenější značkou oblečení býval dříve Lonsdale. Jak však vzrůstala popularita SHARP skinheadů a jiných nerasistických odnoží skinheads, tak na tuto firmu náckové zanevřeli. V popularitě ji nahradila značka Thor Steinar, kterou zakládali náckové pro nácky a údajně z výnosů této firmy byly financovány i některé neonacistické bojůvky a organizace. Ale kšeft je kšeft a tak firmu nakonec v roce 2009 koupila arabská společnost. To pro všechny pravověrné musela být velká rána a jistě jim to vehnalo slzy do očí. Představte si, že stojíte před plnou skříní velmi drahého oblečení, které můžete leda tak vyhodit, protože nový vlastník už rozhodně nenáleží k čisté rase. No nerozplakalo by vás to? Oblečení od Thor Steina-



ra poznáte především podle samotného dobře viditelného názvu firmy doplněného o norskou vlaječku (modrobílý kříž v červeném poli), nějakou hezkou runu či nápis obsahující slova „Division“, „Nordic“, „Nord“. Zkrátka vše, co zavání árijským původem.

Další oblíbené kousky oblečení jsou např. ty od firem Pit Bull, Grassel, Eighty-Eight, Pretorian, Hooligan, Nibelung. Z obecně rozšířených sportovních značek je nácky preferována především značka Umbro. Těžko říci proč, snad je to kvůli fotbalu, snad kvůli kosočtvercovému logu, které tolik koresponduje s tím, co si většina z nás o náccích myslí…

Další dobrou identifikací jsou různé nápisy na oblečení, které nemusí souviset s konkrétní značkou, ale o to více demonstrují nositelův světonázor. Tyto nápisy bývají často vyvedeny gotickým lomeným písmem (Švabach), které je populární již od dob Třetí říše. Nejoblíbenějšími nápisy jsou např. Hatecore, Anti-Antifa, Good night left side, NS (Národní socialismus), White Power, ACAB (All Cops Are Bastards), kryptogramy 18 (Adolf Hitler) a 88 (Heil Hitler). Mezi oblíbené nápisy patří také ty odkazující na konkrétní zahraniční extrémně pravicová uskupení jako je Blood and Honor či Combat 18 a na ty stejně orientované z českých luhů a hájů, jakými je Národní odpor (Odpor.org), Dělnická strana (DS) a nově Dělnická strana sociální spravedlnosti (DSSS). Tyto nápisy bývají k vidění i na plackách a nášivkách a často se v použité grafice vyskytuje kombinace černé, červené a bílé barvy.

Doufám, že vám tyto řádky někdy pomohou vyhnout se potyčkám a jiným konfliktům s nácky, které rozhodně nepatří mezi vítaná zpestření všedních dnů. Rád bych tohoto stručného průvodce po módním světě národního socialismu zakončil radou:

PAMATUJTE NA TO, ŽE NEJEN BOX, ALE I BĚH JE SPORTEM SLOUŽÍCÍM K SEBEOBRANĚ!

–mastr–

ABSCESY

Jedním z nejčastějších důsledků intravenózního užívání drog jsou abscesy. Bohužel spousta uživatelů si myslí, že je nejlepší, když si abscesy ošetří sami. Vymačkávají je, do abscesů si píchají jehlou, rozřezávají pomocí nože či žiletky. Ale absces vyžaduje lékařské ošetření! Jenom tak se dá vyhnout komplikacím a jizvám. Občas, když je vaše tělo „ve formě“, zvládne dobře úzdravu i přes strašlivý způsob ošetření, jakým je třeba „vymačkávání“. Ale proto není možné tvrdit, že tato praktika pomáhá. Opak je pravdou, neprofesionálním ošetřením dochází pouze k zanesením nečistot a dalších potenciálních původců infekce do rány.

Absces prasknul a je z něj otevřená rána. Zda se zahojí s jizvou či bez jizvy záleží na tom, jak se o něj bude jeho majitel starat.

CO JE ABSCES?

Absces je hnisová boule. Hnis ti ukáže, že máš infekci. Hnis se skládá z mrtvé tkáně, bakterií a bílých krvinek.

JAK VZNIKNE ABSCES?

Absces se může udělat kdekoliv na těle, tam, kde bakterie infikují poškozenou tkáň. Uživatelům drog se často abscesy dělají na rukách nebo nohách, většinou (ale ne vždycky) v místě vpichu. Pravděpodobnost poškození tkáně a vzniku abscesu je větší, když se netrefíš do žíly a píchneš si třeba do svalu. Vpich i droga můžou poškodit tkáň.

ODKUD PŘICHÁZÍ BAKTERIE

Bakterie jsou neviditelné. Jsou na každém předmětu a tedy i na všem, co používáš při aplikaci (stříkačka, lžička, filtr, škrtidlo). Jsou i na kůži, i když si myslíš, že je čistá. Jsou i v droze samotné či na jejím povrchu (např. subutexové čtvrtce). A všechny ty bakterie se můžou dostat do tvého těla.

Absces ze hojí. Zustane po něm malá kulatá jizva.

Absces na paži již prošel nejakutnější fází I a „mírně splasknul“. Nicméně infekce se může vrátit, klidně vedle. Lékařská kontrola nutná!

JAKÉ JSOU PŘÍZNAKY?

Vznikne načervenalý, bolavý otok nebo boule. Je možné, že postižené místo bude teplejší než zbytek kůže, nebo bude dokonce horké a velmi bolestivé. Infekce se může rozšířit do celého těla a může ji doprovázet únava, horečka či zimnice. Pokud se infekce dostane k srdci nebo k plicím, je možné, že budeš pociťovat bolest na hrudi. V tom případě nezbytně potřebuješ lékařské ošetření! Nicméně i v méně závažných případech bývá při léčbě abscesu třeba užívání antibiotik a proto se návštěvě lékaře nevyhýbej.

CO MÁM DĚLAT, KDYŽ DOSTANU ABSCES?

Nezkoušej otevírat absces sám! Můžeš ale chladit otok, pokud bude teplý či horký. Postižené místo by mělo být opečováváno, dobře chráněno a ponecháno v klidu. V žádném případě si nedávej do otoku, nebo do míst v jeho blízkosti.

Absces se nedělá jen na končetinách. Tento je v uchu. Můžete ale mít absces i na vnitřních orgánech jako jsou játra či mozek.

Jizva po špatně zahojeném abscesu. Památka na celý život.

JDI K DOKTOROVI NEBO DO KÁČKA PRO OŠETŘENÍ, KDYŽ:

- otok za 1-2 dny nezmizí
- otok se zvětšuje
- otok je horký a načervenalý, přestože ho chladíš
- si nejsi jistý, jestli máš absces a chceš se zeptat
- potřebuješ zdravotní informace, mast nebo obvazy
- se chceš vyhnout komplikacím nebo velkým hnusným jizvám

JDI DO NEMOCNICE, KDYŽ:

- absces je blízko kloubu, krku nebo třísel
- tě bolí na prsou
- máš zimnici nebo horečku
- se tvůj zdravotní stav rychle zhoršuje

DŮLEŽITÉ VAROVÁNÍ

- Absces nemačkej a nerozřezávej. Může tak dojít k zanesení bakterií do krevního oběhu a následně k srdci, kde se může vytvořit absces (endokarditida).
- Lidé se slabším imunitním systémem jsou vystaveni vyššímu riziku vzniku abscesů. Pokud máš slabší imunitní systém, musíš být obzvláště opatrný.

JAK MŮŽU SNÍŽIT RIZIKO VZNIKU ABSCESU?

1. Před aplikací si umyj ruce horkou vodou a mýdlem.
2. Při každé aplikaci používej sterilní stříkačku. Když nemáš novou stříkačku, použij tu, která je dobře vypláchnutá a vyvařená (cca 15-20 min.).
3. Vždy používej čistý filtr, čistou lžíci a vodu.
4. Před aplikací očisti místo vpichu konzelínem.
5. Vždy se snaž trefit do žíly.
6. Vybírej dobré žíly. Pečuj o žíly i o kůži v místech vhodných pro aplikaci.
7. Pij dostatečné množství vody.
8. Používej škrtidlo.
9. Buď klidný. Uvolni se.
10. Vyhýbej se aplikaci do oblasti nohou, horní části dlaně, krku, prsou, třísel a genitálií.

Zdroj: www.fixpunkt.org
Překládali: jana, krck

Kartička pojištěnce

Kartička pojištěnce je doklad, který je rozhodně dobré mít, protože nikdy nevíte, co se vám může přihodit a vy jej bezodkladně budete potřebovat. Bez průkazu vás ošetří pouze v případě, že je váš život ohrožen. Sami víte, že injekční užívání drog a život na ulici jsou spjaté s četnými zdravotními komplikacemi. Proto se určitě vyplatí mít kromě občanky v peněžence ještě tenhle průkaz.

PTÁTE SE, JAK POSTUPOVAT, POKUD JSTE KARTIČKU ZTRATILI?

Požádat o duplikát kartičky pojištěnce můžete na kterékoli pobočce vaší zdravotní pojišťovny. Podle zákona jste povinni ztrátu kartičky nahlásit do 8 dnů. K vystavení nového průkazu budete pochopitelně potřebovat doklad totožnosti. Většina pojišťoven navíc vystavuje duplikát bezplatně.

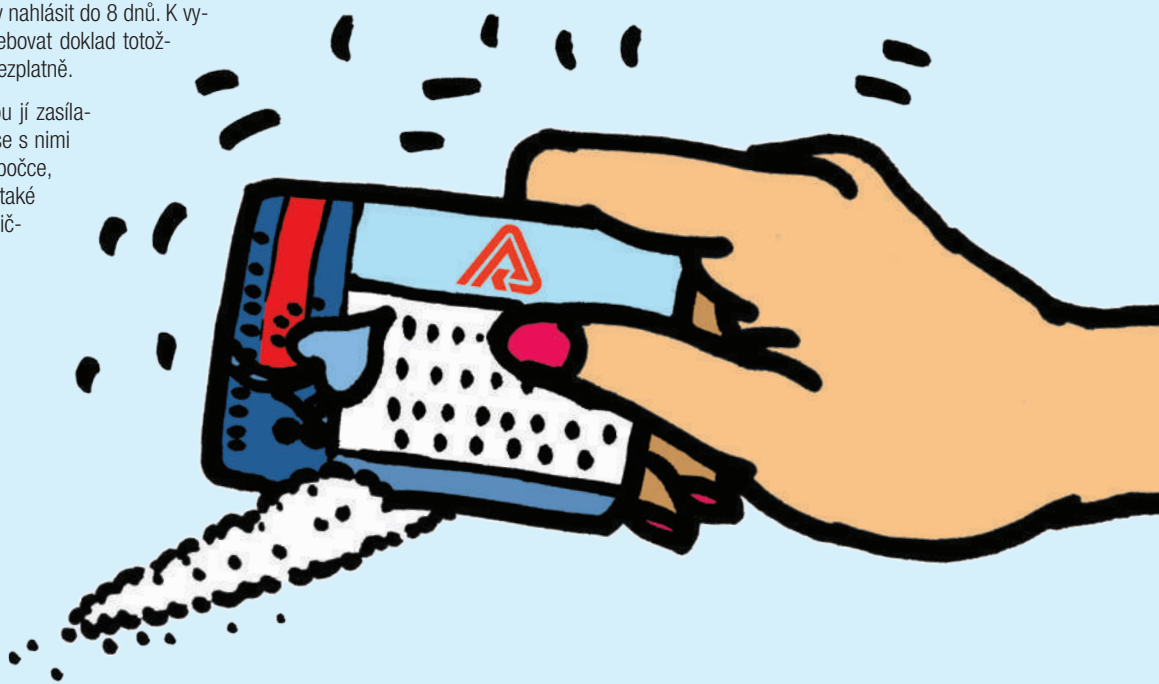
Kartičku vám vyřídí většinou do 3 týdnů a většinou jí zasílají poštou. Pokud nemáte stálou adresu, je možné se s nimi domluvit, že si duplikát vyzvednete přímo na pobočce, kde jste o něj požádali. Po předchozí domluvě je také možné zadat adresu např. Káčka, pošlou vám kartičku tam.

Ptáte se, jestli vám vystaví nový průkaz pojištěnce, ačkoliv se momentálně nepodílíte na zdravotním pojištění, tzn. nepracujete ani nejste hlášeni na Úřadu práce? I tak vám kartičku vystaví, pojišťovna vás má evidované jako dlužníky a vypořádávat se s vámi bude v budoucnu standardní soudní cestou. Každému nemocničnímu zařízení stačí, když se prokážete kartičkou. Jestli platíte nebo neplatíte zdravotní pojištění, pro ně není stěžejní. Takže neváhejte a pro kartičku si dojděte!

–Hana–

VZHLEDEM K TOMU, ŽE VĚTŠINA Z VÁS JE PŘIHLÁŠENA U VŠEOBECNÉ ZDRAVOTNÍ POJIŠŤOVNY, DOKLÁDÁME ADRESY POBOČEK VZP V PRAZE:

- Praha 2 – Vinohradská 8
- Praha 3 – Orlická 2
- Praha 4 – Antala Staška 80 (Poliklinika Budějovická)
- Praha 5 – Radlická 1
- Praha 6 – Vítězné nám. 9
- Praha 8 – Sokolovská 662/136b



ZÁKLADNÍ VETERINÁRNÍ PÉČE O PSA A KOLIK ZA TO

V tomto čísle vám přinášíme velmi praktické informace ohledně základní veterinární péče o psa. Jedná se o: 1) očkování, 2) odčervení a anti-parazitární přípravky (pipety, obojky).
Většina z vás jistě velmi dobře ví, proč a jak často se kvůli těmto úkonům musí chodit k veterináři, ale opakování je matkou moudrosti, takže se na to pojďme podívat. V textu naleznete navíc i užitečné údaje o ceně přípravků.

Očkování (vakcinace) je jednou z nejdůležitějších součástí preventivní péče o psa. V minulých číslech jsme psali o psích nemocech, kterým je možno očkováním předejít. Jsou to jen ve stručnosti vzteklina, psinka, parvoviróza, infekční hepatitida, leptospiróza. Dle běžného schématu se vakcinace provádí od 6. týdne věku – 1. vakcinace, přeočkování, je nutná dvakrát – a to v 9. a 12. týdnu věku štěněte, **od 3. měsíce věku je u psů ze zákona povinná vakcinace proti vzteklině**, která se může aplikovat s posledním přeočkováním a **povinně se každoročně přeočkovává**, většinou s dalšími infekčními chorobami. **Vakcinace základních infekčních chorob stojí cca 350 Kč, očkování se vzteklinou asi 450 Kč. Cena se liší podle výrobce a pracoviště.**

Odčervení – začervení způsobují jednak **ektoparaziti** (tedy vnější paraziti), jako jsou vši, blechy, klíšťata, ale také **endoparaziti** (paraziti žijící uvnitř), což jsou oblí a ploší červi, např. škrkavky a tasemnice.

- Proti ektoparazitům se lze bránit buďto obojky, anebo pipetami či spreji. **Obojky i pipety mají zhruba dvouměsíční účinnost a stojí od 100 do 300 Kč.**
- Proti endoparazitům se podávají tabletky či pasty. Štěňata by se měla odčervovat od věku 2 týdnů v intervalu 14 dní do věku 3 měsíců a dále každé 3 měsíce do jednoho roku věku. **Odčervení stojí různě dle druhu přípravku a váhy štěněte, např. pro 15 kg vážícího psa zakoupíte tabletu za cca 70 Kč.** Mezi lidmi často koluje mýtus, že tímto odčervením je pes chráněn po dobu půl nebo dokonce jednoho roku. Není to však pravda. Odčervení je jednorázová záležitost, protože použitá tableta nebo pasta působí pouze na dospělého parazita a to jen 24 hodin. Vajíčka parazitů ve zvířeti zůstávají a cyklus vývoje se opakuje. **Proto je dobré odčervovat dospělého psa raději 2x do roka.** Obzvláště, žije-li váš pes ve společnosti jiných psů, co čas od času mívají štěňata (ta se se škrkavkami zpravidla již rodí). **Je to jeden z nejlevnějších přípravků, který se dá u veterináře pořídit a je velmi užitečný. Vyplatí se vám to!**

–Hana–

Jak bylo NA DETOXU?

Na otázku jak bylo na detoxu jsem se ptala klientů terapeutické komunity Němčice, kteří se zde aktuálně léčí ze závislosti na drogách. Co mi odpověděli a co všem čtenářům Dekontaminace vzkazují:

Pavel, 35 let: „Byl jsem na detoxu 10 dní. Abstinoval jsem z opiátů. Byl jsem na detoxu, kde si klient ordinuje medikaci sám. Mně osobně tato metoda vyhovovala, ačkoliv na mě působila jako adiktologický pokus. Já jsem věděl, co chci, chtěl jsem do komunity a jsem v ní. Ale byli i lidi, kteří venku brali 8mg a tam si řekli o 16mg Subutexu. Takže pak řešili, že se vlastně místo odabstinování zmašťujou, jak to vyvolává chutě, ze všeho pak měli depky a stejně si pak zase dali dvojitou dávku a měli další depky. Furt dokola…asi záleží na každym."

Jaroslav, 46 let: „Byl jsem na detoxu 32 dní. Abstinoval jsem snad ze všeho a dal jsem to bez ničeho, protože kvůli tomu mýmu mixu by mě cokoliv hodilo zpátky. Nejhorší asi bylo, že jsem celou dobu skoro nespal. Taky si pamatuju jednoho kluka, kterej tam udělal bordel. Protože mu nechtěli dát Apače (Apaurin), tak vzal ze stěny hasičák, kterym vyhrožoval, že probourá dveře. Apače mu dali a ráno ho vyhodili."

Lukáš, 29 let: „Vždy jsem toužil po interview v Dekontaminaci, mám z toho obrovskou radost. Byl jsem na detoxu 3 týdny. Dávali tam Dizercin a léky na psychomotorický neklid. Osobně jsem si vybíral detox tak, aby byl co nejdál od domova... Abstinoval jsem z heroinu a benzáků, ale i tam jsem se dostal k perníku. Byli tam totiž i netoxi pacienti a já mezi nima měl kámoše, co mi nosil perník. Perníkáři to maj dobrý, ti se na detoxu prospí a odpočinou si. Ti, co berou opiáty, většinou nezvládaj absťáky a proto pak utíkaj."

Lenka, 24 let: „Byla jsem na detoxu 9 dní. Super bylo, že mě vzali do 3 dnů. Jinak nevim, jak by to dopadlo… Bylo to v pohodě, jen pro mě bylo občas těžký vydržet, protože jsem byla ve svým městě, kde jsem do tý doby fetovala."

Rosťa, 31 let: „Detox jsem měl vyřízený z výkonu trestu díky spolupráci s COKUZem (Centrum pro osoby v konfliktu se zákonem). Domlouvalo se to celé napevno asi měsíc předem. Byli tam šílený zhuntovaný lidi a musim říct, že jsem se těšil do Němčic. Zážitek odtamtud je určitě Nešpor, kdo ho nezná, ten ho nepobírá. Je moc zaujatej svou prací. Při józe třeba najednou vyskočil a začal zatloukat pilíř abstinence… Jinak tam byly dobrý psychoterapie s Pavlem Gregorem."

Marek, 28 let: „Na detoxu to bylo normální. Žádný psycho, pravidelně jídlo, odpočinek. Dostával jsem antipsychotika Zyprexa a Atarax na požádání. Silným zážitkem bylo, když tam jeden kluk začal dělat bordel. Machroval, chtěl telefonovat – to se nesmí – a byl drzej. Připoutali ho k posteli, kde byl přes noc. Řval a – jak to říct slušně – prostě se posral a stejně ho v tom nechali přes noc. Odvázali ho až ráno."

Zlata, 32 let: „Na detox jsem čekala týden a byla jsem tam 12 dní. Brala jsem herák a subutex, tam jsem vysnižovávala pomocí subutexu, večer jsem dostávala Hypnogen. Personál byl strašně v pohodě a celkově to vlastně bylo v pohodě. Sranda byla, když přivezli opilýho týpka a ten si spletl topení s pisoárem…"

Jména dotazovaných byla změněna. Zpracovala Krck

VÁŠ NÁZOR

BRAUN

VÁŠ NÁZOR

Je to hnědá nebo zelenohnědá tekutina, která se vyrábí z kodeinu. Hlavně je vždy čirá, tedy pokud to nevařilo nějaké prase, které je schopné to nechat kalné. To je to potom buď špatně uvařené nebo v tom je špína. Hlavně to musí člověk umět vařit – letitá praxe. Braun je totiž droga, která se musí dělat v čistotě od úplného začátku až do konce. Stačí během varu třeba špatná voda nebo nějaká mastnota a může se stát, že se to nedovaří a zůstane to kodeinový, nebo se to srazí. Když si to píchnete kodeinový, otečete a může se stát, že se udusíte!

Uživatel se do závislosti dostane mnohem rychleji než na jiných opiátech. Dříve si uživatelé závislost vytvořili mícháním pervitinu a braunu, protože je to lepší než to míchat s herákem nebo s makovinou. Tato závislost není o tom, že byste si vesele dávali pořád stejné dávky, ale bohužel se to zvyšuje.

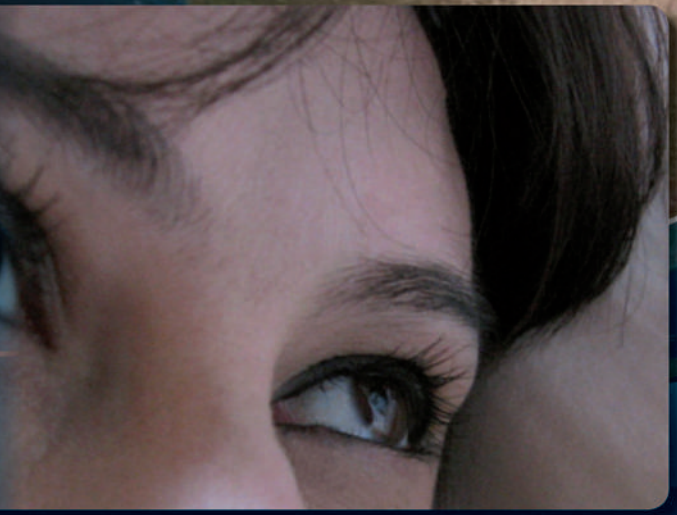
Já jsem začala na 10 čárkách a během půl roku jsem byla na 7 kubíkách. Během chvíle jsem měla zničené všechny žíly, takže jsem si musela dávat do svalu. Jelikož se tam nechává trochu kyseliny solné, tak se stává, že si třeba tenkou žilku úplně spálíte. Udělá se černý puchýř. Když takový černý puchýř praskne, udělá se pod ním tvrdý strup, který nic nepropustí ven a pod ním to hnisá do hloubky. Vždycky jsem strup odtrhla a všechen ten humus vybrala a vyčistila. Hojilo se mi to přes rok a nakonec mi pomohla heřmánková mast Dermazulen. Ten nechal strup volný, takže mohl volně vytékat hnis a tím se to začalo hojit. Bohužel mi zůstala jizva v podobě tmavého fleku. Díky béčku mám zničené nohy. Dávala jsem si do tenkých žilek a pokaždé mi tam zůstal flek, který vypadá jako modřina, která nemizí. Už jednou mi to zmizelo, tedy asi po roce a půl, ale dávala jsem si tam znovu a teď to mizí dva roky.

–Markéta–

béčko – opiát, skoro už zapomenutý, pro mnoho lidí neznámý

www.csas.cz informační linka: 800 207 207

Investujeme pro budoucnost.



ČESKÁ SPOŘITELNA
Jsme Vám blíž.

Jsme všude tam, kde se sny a přání mění v realitu. Jsme silná a konkurenceschopná banka. Jsme také spolehlivý, otevřený, vnímavý a vstřícný partner společnosti, ve které působíme. Společenská zodpovědnost se prolíná všemi oblastmi našeho podnikání v obchodních vztazích i ve vztazích k zaměstnancům. Navíc ve spolupráci s řadou neziskových charitativních společností a sdružení máme tu čest již celá léta podporovat projekty, které přinášejí do životů lidí i přírody naději. Podporujeme seniory a jejich aktivní začlenění do společnosti, spolupracujeme s organizacemi, které se věnují drogové problematice. Intenzivně podporujeme vzdělávací projekty a velký důraz klademe na udržitelný rozvoj a ochranu životního prostředí. Investice do těchto oblastí jsou investicí pro budoucnost nás všech.

NO BIOHAZARD, PROGRESSIVE, o.s.

aneb jsme ti, co nenosí mastičky a můžete je potkat i o víkendu

Terén NO BIOHAZARD vznikl v roce 2003. Původně působil pouze na Praze 9 a Praze 5, později od května roku 2004 rozšířil svou činnost na víkendové dny a centrum Prahy. Reagoval tak v té době na nedostatek výměnných programů v centru o víkendech.

Na ulici můžete potkat dvojici z pěti pracovníků terénního programu NO BIOHAZARD. Různě se v terénní dvojici střídáme, čímž to máte pestřejší vy – a my nakonec také. Potkat nás můžete v pěti pracovních dnech ze sedmi. Jedná se o: pondělí 9:30–13:30, středa, čtvrtek, sobota, neděle 15:00–19:00. Je to těžko zapamatovatelné a neexistuje na to žádná mnemotechnická pomůcka. Proto vám pracovníci rádi na vyžádání a někdy i bez něj, vydají kartičku se dny a časy, kdy a kde nás můžete potkat. Na kartičce je uvedeno číslo terénního mobilu, přes který je možné domluvit setkání kvůli výměně. Nejčastěji nás potkáváte v těchto lokalitách: centru Prahy, na Smíchově, Palmovce, v Holešovicích, Karlově náměstí a dalších místech.

Jestliže potkáte známé tváře na kolech a v cyklo úborech, je vše v pořádku – jedná se o tzv. BIKESTREET neboli cykloterén – pravidelné monitorovací výjezdy po nejrůznějších částech Prahy.

Nenabízíme nic, co byste nezískali u ostatních programů (Drop-in, Sananim). Jsou to především jehly, vody, konzelíny, filtry, alobal, kondomy, kapsle, těhotenské testy, zdravotnický materiál a další. V čem jsme výjimeční často k vaší velké nelibosti – nenabízíme masti. Často od nás můžete slyšet a v tom jsme opravdu za jedno: „Jedno, dvě máznutí nikoho nespasí a je lepší investovat do vlastního zdraví a nějakou mast si pořídit a mazat a mazat nejlépe podle příbalové informace“. Navíc tým NO BIOHAZARDu nedisponuje zdravotníkem a tak si nemůže vzít na triko rozdávání jakýchkoliv medikamentů. Samozřejmostí je ovšem to, že má každý pracovník kurz první pomoci. Kromě zdravotního ošetření v případě potřeby máme přehled o dalších službách a můžeme vám zprostředkovat kontakty na ně. V nejrůznějších obtížných situacích vás do těchto institucí můžeme i doprovodit, pokud o to projevíte zájem. Této službě říkáme „asistence do zařízení“. V terénních brašnách a batozích máme zásobu nejrůznějších letáků, kontaktů a adres, které pravidelně aktualizujeme.

V neposlední řadě vám nabízíme své ucho ochotné naslouchat, plné pochopení, empatie a respektu. Ucho, které nehodnotí, neznevažuje a neodsuzuje.

Terénní PROGRAMY

Zajištění výměny injekčního materiálu, zdravotnický materál, základní ošteření, poradenství, krizová intervence, sociální práce, první pomoc. Informace o léčbách, bezpečném užívání drog, bezpečném sexu.

PRAHA – TP SANANIM
Po – Pá, 14 – 19 Centrum,
tel. 603 209 948; Út, Pá 14 – 19 Praha 2,13,
tel. 774 002 235

PRAHA – NO BIOHAZARD
Po 9.30 – 14.00
St, Čt, So, Ne 15.00 – 19.30
Praha 1, 2, 5, 7, 8; tel. 605 883 994

PRAHA – STREETWORK DROP-IN
tel.: 731 315 214
Po – Pá 12 – 17 Centrum, Praha 5
Po, Čt 21 – 23 Centrum
So, Ne 14 – 16 Centrum

PRAHA – TP ESET – HELP
tel.: 721 240 191, Po – Pá 13 – 18 Praha 4

BEROUNSKO, BENEŠOVSKO A PŘÍBRAMSKO – TP MAGDALÉNA
tel.: 734 622 260, 603 478 707,
737 603 698

BRNO – TP PODANÉ RUCE
tel. 776 377 734; Po – Út 13 – 19,
Pá – So 13 – 22

ČÁSLAV, ČESKÝ BROD, KOLÍN, KUTNÁ HORA, PEČKY, ZRUČ NAD SÁZAVOU – OS. PROSTOR
tel. 777 650 030

BAKOV NAD JIZEROU, MLADÁ BOLESLAV, MNICHOVO HRADIŠTĚ, ČELÁKOVICE,

BRANDÝS NAD LABEM, BENÁTKY NAD JIZEROU – CTP SEMIRAMIS
tel.: 728 245 196

BĚLÁ POD BEZDĚZEM, LYSÁ NAD LABEM, SADSKÁ, MILOVICE, MĚLNÍK, PODĚBRADY, MĚSTEC KRÁLOVÉ – CTP SEMIRAMIS
tel. 724 087 925

KRÁLOVÉHRADECKÝ KRAJ – TP LAXUS
tel.: 775 565 309, 776 626 309, 777 626 309

PARDUBICKÝ KRAJ – TP LAXUS
tel. 774 626 302, 608 626 303

OLOMOUC, ŠTERNBERK, LITOVEL – TP PODANÉ RUCE
Olomouc, tel. 776 778 132; Šternberk,
Litovel, tel. 776 778 263

ČESKÉ BUDĚJOVICE, TÝN NAD VLTAVOU, JIHOČESKÝ STREETWORK
tel: 723 527 512

TP ÚSTÍ NAD LABEM, O.S. DRUG-OUT KLUB tel: 723 936 131

Místo pro Váš kontakt:

Kontaktní CENTRA

Kontaktní a poradenská práce, výměna sterilního injekčního náčiní, distribuce informací o věcech spojených s užíváním drog, základní zdravotní ošetření, případně hygienický a potravinový servis.

K-CENTRUM SANANIM
Pozor!!! KC přestěhováno:
Na Skalce 15, Praha 5, tel.: 283872186
So – Po 13 – 20, Út – Pá 9 – 20
Kontaktní místnost 13 – 18

DROP IN
Karolíny Světlé 18, Praha 1,
Tel.: 222 221 431, Po – Čt 9 – 17:30,
Pá 9 – 16

STAGE 5
Mahenova 4, Praha 5, Výměna Po – Út 13 – 18, St – Pá 10 – 18; Kontaktní místnost Po – Pá 13 – 18; Fotostudio každé úterý 13 – 17; Tel.: 257 217 871, 605 319 926

K-CENTRUM BRNO
Vídeňská 3, Tel.: 543 246 524
Po – Čt 9 – 18, Pá 9 – 15

K-CENTRUM HRADEC KRÁLOVÉ
Říční 1252/3A, tel. 495 513 977, Po – Pá 9 – 18 (kontaktní místnost 13 – 18 hod.)

K-CENTRUM PARDUBICE
Češkova 2701,
tel. 466 265 207
Po – Pá 9 – 18 (kont. místnost 13 – 18 hod.)

K-CENTRUM CPPT PLZEŇ
Havířská 11, tel. 377 421 374,
731 522 288, Po – Pá 10 – 18
kontaktní místnost
Po, St, Pá 12 – 15 hod

K-CENTRUM KOLÍN
Kutnohorská 17, tel.: 321 71 50 04,
mobil: 777 847 071, Po – Pá 10 – 18

K-CENTRUM ÚSTÍ NAD LABEM
Velká Hradební 13/47,
tel. 475 211 483, 475 210 626,
Po – Čt: 8 – 18, Pá 8 – 16

K-CENTRUM OLOMOUC
Sokolská 48,
tel. 774 991 625, 585 220 034

K-CENTRUM NYMBURK
Velké Valy 995, tel. 325 514 424
Po – Pá 10 – 17

K-CENTRUM MLADÁ BOLESLAV
Ptácká 162, tel. 326 303 468,
Po, St, Čt, Pá 10 – 17,
Út 12 – 17

K-CENTRUM ČESKÉ BUDĚJOVICE
Tř. 28. října 1312/16,
tel. 387 201 738
Po – Pá (mimo svátky) 10 – 18