



# Thực Hành Tiêm Chích An Toàn

## Tờ Thông Tin Dành Cho Bệnh Nhân

Phát hành Tháng Chín 2017

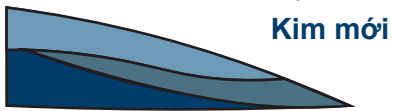
### Tôi nên làm gì?

- Sử dụng kim và ống tiêm vô trùng (vừa vặn) cho mỗi lần tiêm chích
- Nếu kim và ống tiêm được tái sử dụng, hãy đảm bảo quý vị làm sạch và không dùng chung
- Quý vị có thể nhận được dụng cụ tiêm chích an toàn thông qua các chương trình kim và ống tiêm
- Sử dụng:
  - o nước mới, vô trùng
  - o gạc mới (một cho muỗng, một cho vị trí tiêm chích)
  - o Ga-rô (dây buộc) sạch
  - o bộ lọc mới
  - o muỗng sạch
- Chọn một môi trường an toàn để tiêm chích - riêng tư, sạch sẽ, đủ ánh sáng và có nước máy, nếu có thể
- Lau sạch tất cả các bề mặt được sử dụng để chuẩn bị ma túy
- Rửa tay trước và sau khi tiêm chích, tốt nhất là bằng nước xà phòng
- Tránh mọi tiếp xúc với máu của bất kỳ ai khác, kể cả máu mà quý vị không thể nhìn thấy, ví dụ, không giúp người khác tiêm chích
- Vứt bỏ kim và ống tiêm vào thùng rác đựng đồ sắc nhọn hoặc hộp chuyên dụng (fit pack), ngay sau khi sử dụng
- Dùng chất tẩy hoặc chất khử trùng khác để làm sạch vết máu, bề mặt và dụng cụ bị nhiễm bẩn
- Biết cách làm thế nào để kiểm soát vết thương do kim tiêm gây ra
- Xét nghiệm vi rút trong máu (BBV) thường xuyên

### Dùng lại kim tiêm

Kim tiêm bị hỏng sau mỗi lần sử dụng

Hãy luôn luôn sử dụng kim mới mỗi lần để chăm sóc cho tĩnh mạch của quý vị



Kim mới



Sau 1 lần sử dụng



Sau 6 lần sử dụng

### Tôi nên tránh những gì?

- Chia sẻ mọi dụng cụ khi chuẩn bị hoặc tiêm chích ma túy, bao gồm:
  - o kim và ống tiêm
  - o nước
  - o gạc
  - o ga-rô (dây buộc)
  - o bộ lọc
  - o muỗng
- Vứt bỏ kim hoặc ống tiêm của tôi một cách không an toàn

### Tôi có thể tìm hiểu thêm ở đâu?

Hiệp Hội Người Dùng Ma Túy Và Trợ Giúp NSW (NUAA) cung cấp các tờ thông tin và clip trên Youtube về thực hành tiêm chích an toàn: [nuaa.org.au](http://nuaa.org.au)

Thông tin này sẽ được đọc bởi một người đã nhận được chẩn đoán từ bác sĩ của họ. Nó không được thiết kế để được sử dụng cho chẩn đoán một bệnh về sức khỏe hoặc thay thế cho sự chăm sóc y tế đang diễn ra

Danh Mục Tài Nguyên Y Tế là một sáng kiến của PHN Tây Nam Sydney