

Linee guida COVID-19 per le persone che assumono droghe

La malattia da coronavirus 2019 (COVID-19) continua a diffondersi nelle nostre comunità e vi sono rischi ogni volta che si incontrano altre persone fuori casa. Mentre la città riapre, dobbiamo continuare ad adottare misure per prevenire la trasmissione del COVID-19.

Prevenire il COVID-19

Tieni a mente questi quattro consigli essenziali per ridurre il rischio di trasmissione del COVID-19:

- **Resta a casa se non ti senti bene o se [sei esposto a un maggior rischio di complicanze da COVID-19](#).**
 - Segui gli aggiornamenti sulla riapertura programmata.
 - Finché non c'è un vaccino, restare a casa il più spesso possibile (se il tuo lavoro te lo consente) è ancora l'opzione più sicura per proteggere te stesso e gli altri dal COVID-19.
 - Monitora la tua salute più attentamente del solito per [sintomi legati al COVID-19](#). Se hai sintomi da lievi a moderati, resta a casa. Non uscire di casa se non per ricevere assistenza medica essenziale (compreso il [test per COVID-19](#)) o acquistare beni di prima necessità, come alimentari, se nessuno lo può fare per te.
- **Indossa una protezione per il viso.** Anche se ti senti bene e non hai sintomi, indossa una [protezione per il viso](#) quando sei fuori casa e mantieni una distanza di almeno 1,8 metri (6 piedi) dagli altri.
- **Adotta una corretta igiene delle mani.** Lavati spesso le mani con acqua e sapone per almeno 20 secondi. Usa un disinfettante per le mani a base di alcol se acqua e sapone non sono disponibili.
 - Per chi fa uso di droghe, questi articoli potrebbero non essere facilmente reperibili. Per le scorte rivolgiti agli [fornitori del servizio siringhe](#) (syringe service providers, SSP), ambulatori clinici o ai centri drop-in,
 - Copri il naso e la bocca con un fazzoletto o la manica quando starnutisci o tossisci. Non usare le mani.
 - Non toccarti gli occhi, il naso, o la bocca con le mani non lavate.
 - Non salutare gli altri stringendo la mano. Fai invece un cenno con la mano.
- **Mantieni la distanza fisica dagli altri.**
 - Rimani ad almeno 1,8 metri (6 piedi) di distanza dagli altri ogni volta che ti trovi fuori casa.
 - Se non hai un'abitazione fissa, cerca di rimanere ad almeno 1,8 metri (6 piedi) di distanza dalle altre persone e indossa una protezione per il viso.

Consigli per un uso sicuro delle droghe

- Pulisci la confezione di droga, le scorte e le superfici prima dell'uso con prodotti disinfettanti, candeggina diluita, o prodotti con almeno il 60% di alcol.
- Preparati le droghe da solo.
- Evita di usarle da solo ma mantieni la distanza fisica con le persone con le quali ti trovi.
- Cerca di limitare il numero di persone con le quali interagisci. Mantieni una distanza di almeno 1,8 metri (6 piedi) con chi non vive con te.
- Porta del [naloxone](#). Il naloxone è un farmaco sicuro in grado di contrastare gli effetti di un'overdose di oppioidi.
- Crea un piano di sicurezza overdose con qualcuno che è a conoscenza del tuo utilizzo di droghe.
- Se le utilizzi da solo, chiama la linea diretta "Never Use Alone" (Non usare mai da solo) al numero 800-484-3731 prima di utilizzarle.
- Contatta un [SSP](#) per verificare se consegnano forniture sterili da usare con le droghe e il naloxone.
- Preparati a eventuali difficoltà o variazioni nei rifornimenti di droga.

In caso di iniezione:

- Evita la condivisione.
 - Se sei costretto a condividere o riusare le siringhe (e altre dotazioni), risciacquale accuratamente con acqua pulita tra un uso e l'altro.
 - Se utilizzi la candeggina, lasciala nel corpo cavo della siringa per almeno 30 secondi. Sciacqua il corpo cavo accuratamente irrigandolo con acqua pulita tra un uso e l'altro.
- Se possibile, preparati e somministrati l'iniezione da solo.
- Non leccare l'ago.

Se usi pipette, bong, cannuce o sigarette elettroniche

- Evita la condivisione. Pulisci le parti che entrano a contatto con le labbra, il naso o le mani con un batuffolo imbevuto di alcool tra un utilizzo e l'altro.

Altre linee guida

- Se assumi qualsiasi farmaco, parla con il tuo operatore sanitario per verificare se è il caso di fare una scorta di farmaci e ridurre le uscite in farmacia.
- Se sei in cura per disturbi dovuti all'uso di oppioidi come metadone o buprenorfina:
 - contatta il tuo fornitore di trattamento con oppioidi per valutare la possibilità di eventuali appuntamenti in telemedicina
 - parla con il tuo fornitore di trattamento con oppioidi di eventuali possibilità di trattamento take-home.

Risorse

- Gli [SSP](#) sono programmi che forniscono servizi e dotazioni sterili per le persone che fanno uso di droghe. Chiama i tuoi SSP locali per chiedere quali servizi vengono forniti durante la pandemia di COVID-19. Visita il sito nyc.gov/health e cerca "**syringe service programs**" (programmi di servizio siringhe).
- **Per trovare il naloxone nella tua zona**, visita il sito nyc.gov/nycwell oppure chiama il numero 888-692-9355. Contatta i programmi per le comunità e le farmacie per

verificare la disponibilità di naloxone prima di recarti di persona, dato che gli orari e la disponibilità potrebbero aver subito variazioni.

- **NYC Well:** Il personale di NYC Well è disponibile 24 ore su 24, 7 giorni su 7 e può offrire brevi consulenze e riferimenti per l'assistenza necessaria in oltre 200 lingue. Per supporto, chiama l'888-692-9355 oppure parla via chat sul sito nyc.gov/nycwell.
- Per risorse aggiuntive che si occupano, tra l'altro, di questioni quali assistenza finanziaria, alimenti, assistenza sanitaria o copertura assicurativa, fare riferimento alla [Guida completa alle risorse](#). Visita il sito nyc.gov/health/coronavirus e cerca "**Community Services**" (Servizi comunitari).
- Per informazioni generali sul COVID-19, visita il sito nyc.gov/coronavirus.

Il Dipartimento della salute NYC (NYC Health Department) può modificare le raccomandazioni in base all'evolversi della situazione. 7.7.20