

薬物使用者のためのCOVID-19ガイドライン

COVID-19 は私たちのコミュニティで感染拡大し続けており、自宅外で人と集まる時には常にリスクが伴います。ニューヨーク市が再開するとき、COVID-19 の感染拡大を抑える対策を取り続けることが不可欠となります。

COVID-19の防止

COVID-19 の感染拡大リスクを抑えるための次の 4 つの中心となる助言を忘れないでください。

- 気分が優れないとき、あるいは [COVID-19 による重症化リスクが高い](#) ときは自宅
で自粛する。
 - 再開に向けた最新計画に従ってください。
 - ワクチンができるまで（リモートワークが可能であれば）できるだけ自宅で自粛することが今もなお自分自身や他の人々を COVID-19 から守る最も安全なオプションです。
 - [COVID-19 関連の症状](#) を通常以上に注意深く観察しましょう。軽度から中程度の症状が見られる場合は自宅待機してください。必要不可欠な医療ケア（[COVID-19 検査](#) を含む）を受ける場合、または食料品等の必需品の買い物をする場合（自分以外に行く人がいない場合）以外、家から出ないようにしましょう。
- フェイスマスクを着用する。病気でなく無症状であっても、外出するときは [フェイスマスク](#) を着用し、人との距離を 2 メートル以上保ってください。
- 健康的な手指衛生を心がける。少なくとも 20 秒間、石けんと水で頻繁に手洗いしましょう。石鹸や水が使えない時はアルコール系ハンドサニタイザーを使います。
 - 薬物を使用する方にとって供給品を入手するのは容易でないかもしれませんが、供給品については [注射器事業制度](#)（syringe service providers, SSPs）、診療所、あるいはドロップ・イン・センターを確認してください。
 - 咳やくしゃみをする時はティッシュか袖で鼻と口を覆います。絶対に手を使わないでください。
 - 洗っていない手で目や鼻、口に触らないようにします。
 - 人との握手は避けてください。その代わりに、手を振りましょう。
- 人との身体的距離を確保する。
 - 自宅の外にいるときは、人との距離を 2 メートル以上確保しましょう。
 - 安定した生活の場がない方は、人との距離を 2 メートル以上確保し、フェイスマスクを着用するように努めてください。

より安全な薬物使用のためのアドバイス

- 消毒品、希釈漂白剤、あるいはアルコール分 60%以上の製品で薬物の包装材料、供給品および表面をしっかりと拭いてから使用しましょう。
- 薬物の用意はご自分でしましょう。
- 一人での使用を避け、他の人と一緒にするときには物理的距離を確保してください。
- 交流する人の人数を制限するようにしてください。同居する人以外の人とは 2メートルの距離を取りましょう。
- [ナロキソン](#)を携帯してください。ナロキソンはオピオイド薬の過剰摂取による作用を低減する安全な薬剤です。
- あなたが使用することを知っている方と一緒に過剰摂取の安全な計画を立ててください。
- 一人で使用するときは、使用前に「Never Use Alone」（絶対に独りで使用しない）ホットライン **800-484-3731** まで連絡してください。
- [SSP](#) に連絡して、消毒した薬物用供給品とナロキソンを配達するかをたずねてください。
- 薬物供給の不足や変更があるかもしれませんのでご了承ください。

注入する場合：

- 共有を避けてください。
 - 注射器（その他備品を含む）を共有したり再利用しなければならないときは、使用と使用の間にきれいな水でよく洗い流します。
 - 漂白剤を使用するときはシリンダーに 30 秒以上入れたままにします。漂白剤を使用した後はシリンダーをきれいな水でよく洗い流しましょう。
- 可能であれば、注入の用意と投与をご自分でしてください。
- 針をなめないでください。

パイプやボング、ストロー、電子たばこを使う場合：

- 共有を避けてください。唇、鼻、手で触った部分を使うたびに、アルコール消毒綿で消毒しましょう。

追加ガイドライン

- 薬を服用している方は、薬局に行く回数を減らすために余分な投薬を入手できるように医療提供者に話してください。
- メタドンやブプレノルフィンなどオピオイド使用障害治療薬を服用している場合：
 - オピオイド治療の提供者に連絡して、遠隔治療を受ける予約のオプションを話し合ってください。
 - 自宅で服用する治療薬のオプションについてオピオイド治療の提供者と話し合ってください。

リソース

- **SSP** は消毒した薬物用器具を薬物使用者に提供する制度です。COVID-19 パンデミック中に使用可能なサービスについては、最寄りの SSP に連絡してください。nyc.gov/health にアクセスし、「**syringe service programs**」（注射器事業制度）を検索してください。
- 最寄りでのナロキソンを入手できる場所については、nyc.gov/nycwell をご覧いただくか、**888-692-9355** までお問い合わせください。営業時間や入手できるものが変更される場合がありますので、その場所に出向く前にナロキシソンの在庫についてコミュニティの制度や薬局に確認してください。
- **NYC Well** : NYC Well のスタッフは 1 日 24 時間・週 7 日間体制でサービスを提供しており、200 カ国語以上の言語で簡単なカウンセリングとケアへの照会を行っています。サポートが必要な方は、**888-692-9355** に電話するか、もしくは nyc.gov/nycwell でオンラインチャットをご利用いただけます。
- 経済援助、食料、医療、または保険の補償範囲などの問題に対処するその他リソースについては、[総合リソースガイド](#) をご覧ください。nyc.gov/health/coronavirus にアクセスし、「**Community Services**」（コミュニティサービス）を探してください。
- COVID-19 に関する一般情報については、nyc.gov/health/coronavirus をご覧ください。

ニューヨーク市保健局は状況の変化によって推奨事項を変更する場合があります。 7.7.20