

קאוויד 19 אנווייזונג פאר מענטשן וואס נוצן דראגס

קאוויד 19 טוט זיך ווייטער פארשפרייטן אין אונדזערע קהילות און עס זענען פארהאן ריזיקעס יעדעס מאל וואס איר קומט זיך צוזאמען מיט אנדערע אינדערויסן פון אייער שטוב. אזוי ווי דער שטאט עפענט זיך צוריק, מוזן מיר ווייטער אננעמען שריט צו פארמיידן איבערצופירן דעם קאוויד 19.

פארמיידט קאוויד 19

האט אין זינען די פיר פונדאמענטאלע טיפס צו פארמינערן די ריזיקע פון פארשפרייטן קאוויד 19:

- **בלייבט אינדערהיים אויב איר שפירט זיך נישט גוט אדער אויב איר זענט אין א העכערע ריזיקע פון קאוויד 19 קאמפליקאציעס.**
 - האלט מיט מיט די נייסטע באריכטן ווען מען פלאנירט צוריק אויפגעפנען.
 - ביז עס וועט זיין א וואקסין, בלייבן אינדערהיים ווי אפט מעגליך (אויב אייער ארבעט ערלויבט עס) איז נאך אלץ די פארזיכערסטע אפציע זיך באשיצן און אנדערע פון קאוויד 19.
 - האלט א שטארקן אויף אויף אייער געזונט מער ווי געווענליך פאר [קאוויד 19 שייכותדיגע סימפטאמען](#). אויב איר האט מילדע ביז געווענליכע סימפטאמען, בלייבט אינדערהיים. גייט נישט ארויס פון שטוב אויסער צו באקומען נייטיגע מעדיצינישע הילף (אריינגערעכענט [טעסטן פאר קאוויד 19](#)) אדער צו באקומען פונדאמענטאלע געברויכן אזוי ווי גראסעריס, אויב קיינער קען עס נישט באקומען פאר אייך.
- **טראגט א פנים צודעק.** אפילו אויב איר פילט גוט און האט נישט קיין סימפטאמען, טראגט א [פנים-צודעק](#) ווען איר זענט אינדערויסן פון אייער שטוב און שטייט כאטש 6 פיס אוועק פון אנדערע.
- **פראקטיצירט געזונטע הענט היגיענע.** וואשט די הענט אפט מיט זיין און וואסער פאר כאטש 20 סעקונדעס. נוצט אלקאהאל-באזירטע האנט רייניגער אויב עס איז נישטא קיין זיין און וואסער.
 - פאר מענטשן וואס נוצן דראגס, איז מעגליך נישט צו האבן קיין צוגאנג צו די ווארג.
 - קאנטראלירט מיט [איינשפריץ סערוויס פראוויידערס \(SSP, syringe service providers\)](#), מעדיקל קליניקס אדער קומט-אריין צענטערס פאר ווארג.
 - פארדעקט אייער מויל און נאז מיט א טישו אדער אייער ארבל ווען איר ניסט אדער הוסט. נוצט נישט אייערע הענט.
 - רירט נישט אן אייערע אויגן, נאז אדער מויל מיט אומגעוואשענע הענט.
 - גיט נישט די האנט פאר אנדערע, אנשטאט דעם באגריסט מיט די הענט.
- **האלט אן פיזישע דערווייטערונג פון אנדערע.**
 - שטייט אוועק כאטש 6 פיס פון אנדערע יעדעס מאל וואס איר זענט אינדערויסן פון אייער שטוב.
 - אויב איר האט נישט קיין סטאבילע ארט צו וואוינען, פרובירט צו שטיין 6 פיס אוועק פון אנדערע און טראגט א פנים-צודעק.

טיפן פאר נוצן דראגס פארזיכערטערהייט

- ווישט אראפ די פאקונג פון דראגס, ווערג און פלאכע ערטער פארן נוצן, מיט דיסאינפעקצירטע פראדוקטן, פארוואסערטע בליטש, אדער פראדוקטן מיט כאטש 60% אלקאהאל.

- גרייט צו אייערע דראגס אליין.
- פארמיידט צו נוצן אליין אבער האלט אן די פיזישע דערווייטערונג מיט די מענטשן וואס זענען מיט אייך.
- פרובירט צו באגרעניצן די נומער מענטשן וואס איר זענט פארבונדן מיט זיי. פאר יעדן וואס וואוינט נישט מיט אייך, האלט אייך כאטש 6 פיס אוועק.
- טראגט מיט אייך [נאלאקסון](#). נאלאקסון איז א זיכערע מעדיצין וואס קען איבעקערן די עפעקטן פון אן איבערדאזע.
- באשאפט אן איבערדאזע זיכער פלאן מיט אייניעם וואס ווייסט אז איר גייט נוצן.
- אויב איר גייט נוצן אליין, רופט דעם "Never Use Alone" (נוצט קיינמאל נישט אליין) האטליין-800-484-3731 פארן נוצן.
- רופט א [SSP](#) צו זען אויב זיי קענען צושיקן סטערילע ווארג פאר דראג נוצן און נאלאקסון.
- זייט גרייט פאר פאטענציעלע אויספעל אדער ענדערונגען און צושטעלן דראגווארג.

אויב איר נעמט אן איינשפריץ

- פארמיידט זיך טיילן.
 - אויב איר דארפט זיך טיילן אדער איבערנוצן שפריצערס (און אנדערע ווערג) שווענקט עס גוט אויס מיט ריינע וואסער צווישן נוצן.
 - אויב איר נוצט בליטש, לאזט עס אין שפריצער פאר כאטש 30 סעקונדעס. שווענקט גוט אויס דעם שפריצער מיט ריינע וואסער נאכן בליטשן.
- אויב מעגליך, גרייט אן און שפריצט איין אליין.
- לעקט נישט דעם נאדל.

אויב איר נוצט רערן, באנגען, שטרוי אדער אי-ציגארעטן:

- פארמייד זיך טיילן. ווישט אפ די חלקים וואס איר רירט אן מיט אייערע ליפן, נאז אדער הענט מיט אן אלקאהאל ווישערל צווישן נוצן.

ווייטערדיגע הדרכה

- אויב איר נעמט סיי וועלכע מעדיצינען, רעדט זיך אדורך מיט מיט אייער העלט קעיר פראוויידער וועגן באקומען עקסטערע מעדיצינען צו פארמינערן דארפן גיין אין דער פארמעסי.
- אויב איר נעמט מעדיצינען פאר אפיאויד-נוץ פעלער אזוי ווי מעטאדאן אדער בופרינארפין:
 - פארבונדט זיך מיט אייער אפיאויד באהאנדלונג פראוויידער איבערצושמועסן אייערע אפציעס פאר טעלעמעדיצן אפוינמענטס.
 - רעדט מיט אייער אפיאויד באהאנדלונג פראוויידער וועגן אהיימנעמען מעדיצינען.

רעסורסן

- [SSPs](#) זענען פראגראמען וואס שטעלן צו סערוויסעס און סטערילע דראגווארג פאר מענטשן וואס נוצן דראגס. רופט אייער לאקאלע SSP געוואר צו ווערן וואס פארא סערוויס ווערט צוגעשטעלט אין דער צייט פונעם קאוויד 19 פאנדעמיק. באזוכט, nyc.gov/health און זוכט פאר "[syringe service programs](#)" (שפריץ סערוויס פראגראם).
- **צו טרעפן נאלאקסון לעבן אייך**, באזוכט nyc.gov/nycwell אדער רופט 888-692-9355. קאנטאקט קהילה-באזירטע פראגראמען און פארמעסיס וועגן נאלאקסון פארהאנענקייט פארן באזוכן זייערע לאקאציעס, ווייל די שעה'ן און די זמנים קענען זיך האבן געענדערט.

- **NYC Well**: פערסאנאל שטייען גרייט 24/7 און קענען צושטעלן אומזיסטע קורצע באראטונגען און רעקאמענדאציעס פאר קעיר אין מער פון 200 שפראכן. פאר שטיצע, רופט 888-692-9355, אדער שמועסט אנליין דורך וויזיטירן [nyc.gov/nycwell](https://www.nyc.gov/nycwell).
- פאר נאך אנדערע רעסורסן וואס אדרעסירן פראבלעמען אזוי ווי פינאנציעלע הילף, עסנווארג, העלט קעיר, אדער אינשורענס דעקונג, און נאך, זעט דעם [אומגענומענעם רעסורס אנווייזונג](https://www.nyc.gov/health/coronavirus). באזוכט [nyc.gov/health/coronavirus](https://www.nyc.gov/health/coronavirus) און זוכט פאר "Community Services" (קאמיוניטי סערוויסעס).
- פאר אלגעמיינע אינפארמאציע וועגן קאוויד 19, באזוכט [nyc.gov/health/coronavirus](https://www.nyc.gov/health/coronavirus).

דער NYC העלט דעפארטמענט קען וועלן טוישן די רעקאמענדאציעס לויט ווי דער מצב פארלאנגט 7.7.20