

Hướng Dẫn Về Lưu Trữ An Toàn Thuốc Và Dược Chất Sử Dụng Cho Mục Đích Giải Trí Trong Dịch Bệnh COVID-19

Đại dịch do vi-rút Corona 2019 (COVID-19) đã khiến chúng ta thay đổi thói quen hàng ngày để giữ an toàn cho bản thân và cộng đồng. Khi chúng ta dành nhiều thời gian hơn ở nhà, điều quan trọng cần nhớ là giữ an toàn bên trong nhà. Để giảm các đợt đi lại ngoài đường, nhiều người đang dùng thuốc hoặc các dược chất giải trí (như thuốc và rượu) với số lượng lớn hơn. Trong trường hợp quý vị cất giữ thuốc hoặc các dược chất giải trí ở nhà, chúng nên được lưu trữ an toàn và tránh xa tầm tay trẻ em. Trẻ em có nhiều khả năng ở nhà trong cơn đại dịch này, và có thể vô tình uống thuốc hoặc các chất giải trí mà chúng tìm thấy trong nhà. Điều này có thể dẫn đến các trường hợp khẩn cấp y tế như ngộ độc thuốc. Dưới đây là một số lời khuyên để giúp quý vị lưu trữ thuốc và các dược chất giải trí một cách an toàn.

Bảo quản thuốc và các chất khác một cách an toàn

- Quý vị hãy cất giữ thuốc của mình một cách có tổ chức và đảm bảo rằng chúng chưa hết hạn. Giữ thuốc trong bao bì gốc và cẩn thận kiểm tra nhãn xem ngày hết hạn và hướng dẫn dùng thuốc đúng cách trước khi dùng.
- Đóng nắp chai an toàn và đảm bảo chúng được đóng đúng cách. Giữ thuốc trong tủ ngoài tầm với của trẻ em.
- Các chất được kiểm soát như opioids, benzodiazepin và thuốc ngủ có thể gây hại nếu vô tình tiêu hóa, đặc biệt là trẻ em. Nếu có thể, hãy cất giữ những dược chất này đi và khóa lại.
 - Sử dụng một khu vực lưu trữ có khóa tích hợp như ngăn kéo bàn hoặc tủ hồ sơ.
 - Bảo vệ ngăn kéo hoặc tủ hiện có bằng ổ khóa nếu không có sẵn khóa tích hợp.
 - Mua các hộp giữ chìa khóa nhỏ trực tuyến.
 - Sử dụng khóa ngăn trẻ em cho các ngăn kéo hoặc tủ nếu trẻ nhỏ có mặt trong nhà.
 - Nếu quý vị không thể giữ các loại thuốc này bị khóa, hãy để chúng ra khỏi khu vực có thể tiếp cận được hoặc ở nơi mà chúng sẽ dễ dàng được tìm thấy.
- Nếu quý vị đang dùng các chất chứa opioid như tramadol, oxycodone, hydrocodone, methadone, heroin hoặc fentanyl, hãy chắc chắn có sẵn naloxone trong trường hợp dùng quá liều. Naloxone là một loại thuốc sẽ tạm thời ngăn chặn tác dụng của opioid, cho phép người dùng quá liều có thể thở và được chăm sóc y tế nếu cần thiết. Naloxone hiện có sẵn miễn phí và không cần toa bác sĩ, và dễ dàng dùng dưới dạng xịt mũi. Hãy chắc chắn rằng những người khác trong gia đình biết nơi giữ naloxone và cách sử dụng nó trong trường hợp dùng quá liều.

- Nếu quý vị không chắc chắn nơi để có được hoặc được đào tạo để sử dụng naloxone, hãy truy cập trang mạng về naloxone của NYC Well tại địa chỉ nycwell.cityofnewyork.us/en/naloxone.
- Nếu quý vị sử dụng các chất khác như cocaine, cần sa, nấm hoặc ma túy đá (crystal meth), hãy chắc chắn giữ cho những loại thuốc này được khóa, và xa tầm mắt cũng như tầm với của trẻ em. Nếu quý vị sử dụng các tiếp liệu bổ sung để tiêu thụ các chất (bao gồm ống tiêm, bật lửa, ống hút và các thiết bị khác), hãy giữ những vật này bị khóa.
- Nếu quý vị sử dụng cần sa, hãy lưu ý rằng các sản phẩm cần sa ăn được có thể bị nhầm lẫn với đồ ăn nhẹ hoặc kẹo thông thường. Cần sa có thể gây hại cho trẻ em nếu các em vô tình ăn phải và có thể dẫn đến nhập viện. Ngay cả một lượng tương đối nhỏ các sản phẩm cần sa ăn được cũng có thể chứa đủ hoạt chất THC (Tetrahydrocannabinol) gây hại cho trẻ em. Hãy chắc chắn để giữ các sản phẩm này riêng biệt và khóa lại, đặc biệt là nếu có trẻ em đang ở trong nhà.
- Giữ các loại rượu bị khóa hoặc xa tầm tay trẻ em. Nếu có thể, hãy tách biệt với các đồ uống và thực phẩm khác được những người khác trong gia đình sử dụng.

Thải Bỏ An Toàn

- Nếu quý vị cần loại bỏ các chất hết hạn hoặc không mong muốn, trước tiên hãy kiểm tra xem có hướng dẫn xử lý trên nhãn thuốc không.
- Để tìm một địa điểm xử lý chất thải trong khu vực của quý vị, hãy truy cập nyc.gov/dsny. Gọi điện trước để đảm bảo khu vực này mở cửa và nhận thùng chứa rác thải.
- Nếu quý vị không thể đến địa điểm xử lý, hãy trộn các chất không mong muốn với một chất không ăn được như bụi bặm, phân mèo hoặc bã cà phê. Giữ chặt hỗn hợp trong một hộp được đóng kín và bỏ vào thùng rác gia đình. Hãy chắc chắn loại bỏ bất kỳ thông tin cá nhân từ nhãn theo toa khi vứt bỏ các chai bình.
- Nếu quý vị sử dụng ống tiêm để uống thuốc theo toa hoặc thuốc để sử dụng cho mục đích giải trí, hãy chắc chắn vứt bỏ ống tiêm đã sử dụng vào thùng chứa chất thải y tế được FDA chứng nhận an toàn (ví dụ: hộp đựng vật sắc nhọn). Giữ các thùng chứa này ngoài tầm với của người khác cho đến khi sẵn sàng để xử lý. Nếu quý vị không có hộp đựng vật sắc nhọn, hãy sử dụng hộp nhựa cứng như bình đựng bột giặt. Đậy nắp an toàn bằng băng keo và viết chữ "SHARPS" (SẮC NHỌN) rõ ràng trên chai, sau đó đặt vào thùng rác thông thường của quý vị (rác không tái chế). Để biết thêm thông tin về cách vứt bỏ thùng chứa vật sắc nhọn một cách an toàn, hãy truy cập trang mạng [Địa điểm dành cho rác thải y tế của NYC](#).

Nếu quý vị cần các dịch vụ liên quan đến sử dụng chất gây nghiện, NYC Well luôn sẵn sàng 24/7 để cung cấp hỗ trợ và giới thiệu, bao gồm cả điều trị do sử dụng chất gây nghiện. Truy cập trang mạng nyc.gov/nycwell hoặc gọi số 888-692-9355.