

## COVID-19: מניעת הרעלות ובטיחות בשימוש בתרופות – בטיחות בזמן השהות הממושכת בבית

בשעה שאנחנו מבליים זמן בבית, עם עוד אנשים, עוד חומרי ניקוי ועוד תרופות, חשוב לדעת איך ניתן להגן על בני המשפחה. העצות הבאות יכולות לעזור.

### אין אפשר לאחסן ולהשתמש במוצרים לניקוי הבית בבטחה?

- **אחסון בטוח של חומרי ניקוי:** יש לאחסן בנפרד מוצרי מזון ומוצרים שלא נועדו לאכילה. יש לשמור את התוויות המקורית מוצמדת לאריזה. ככל שניתן, יש להשתמש במכלים עם מנגנוני נעילה מפני ילדים, ולהקפיד לסגור אותם כהלכה. לקבלת עצות נוספות, בקרו בדף [nyc.gov/health](https://nyc.gov/health) וחפשו "poison proof your home" (מיגון מפני רעלים בבית).
- **שימוש בטוח בחומרי ניקוי:** כאשר נעשה בהם שימוש נכון, אקונומיקה וחומרי ניקוי אחרים עוזרים למנוע התפשטות חיידקים. יש להשתמש אך ורק במוצר אחד בכל זמן נתון. ערבוב של חומרי ניקוי, למשל אמוניה ואקונומיקה, יוצר גז רעיל. ככל שניתן, יש לפתוח חלון ולוודא שיש זרימת אוויר באזור הניקוי.
- **הקפדה על שימוש באלכוג'ל:** ייתכן שקשה להשיג כיום אלכוג'ל בחנויות. לא מומלץ להכין אלכוג'ל ביתי, משום שאם הוא לא מוכן כהלכה, הוא לא יהיה יעיל באותה מידה במניעת הידבקות. בנוסף, אלכוג'ל שלא מיוצר כהלכה עלול לגרום נזק לעור. בליעה של מחטא ידיים מבוסס-אלכוהול ומריחה מופרזת של אלכוג'ל, בייחוד בקרב ילדים, מהוות סכנה. שימוש רגיל באלכוג'ל לידיים בלבד לא אמור לגרום נזק.

### איך אפשר לאחסן, להשתמש, לנהל ולהשליך תרופות בבטחה?

- **אחסון בטוח של תרופות:** יש לשמור תרופות בארונות נעולה או בתיבת תרופות נעולה. לעולם אין להחזיק ויטמינים ותרופות על שולחן המטבח או במקום חשוף ונגיש אחר. יש להשתמש במכלים עם מנגנוני נעילה מפני ילדים. יש להקפיד לסגור את הבקבוק היטב.
- **מינון בטוח של תרופות:** תמיד יש להשתמש בכלי הייעודי למינון (למשל טפטפת, מזרק או כוס) שמצורף לתרופה. לעולם אין להשתמש בכף אוכל למינון תרופות לילדים. כאשר ניטלות כמה תרופות לטיפול בתסמינים, חשוב לנהל מעקב אחר מועדי ומינוני השימוש. ניהול של יומן או רשימת תרופות יכול לעזור למנוע מינון כפול של תרופות. יש להציב את היומן או הרשימה במקום שבו הגורמים המטפלים יכולים לראות בקלות מתי כל תרופה ניטלה במהלך היום.
- **נטילה בטוחה של תרופות:** אם אתם נוטלים או נותנים תרופות, זיכרו שמוצרים רבים להורדת חום ולטיפול בתסמיני שפעת מכילים את אותו רכיב פעיל. יש לציית למינון המומלץ שמופיע בתווית התרופה. אפשר להיעזר במרכז לבקרת רעלים של עיריית ניו יורק כדי לוודא שאינכם נוטלים מינון גבוה מדי ממוצר או מוצרים שמכילים את אותו חומר פעיל.
- **ניהול בטוח של תרופות:** נהלו רשימת תרופות לניהול מעקב אחר תרופות במרשם ושלא במרשם שאתם נוטלים, כולל מוצרים צמחיים, ויטמינים ותוספי תזונה.
- **שאלות לגבי תרופות:** אם יש לכם שאלות לגבי אינטראקציות בין תרופות, תופעות לוואי ומינון נכון, אתם מוזמנים לפנות למרכז לבקרת רעלים של עיריית ניו יורק. לקבלת מידע נוסף ולהורדת רשימה ויומן

- לתרופות, בקרו בדף [nyc.gov/health](https://nyc.gov/health) וחפשו "**medicine safety**" (בטיחות בשימוש בתרופות). המשאבים זמינים באנגלית, ספרדית, סינית, רוסית, האיטית, קריאולית וקוריאנית.
- **השלכה בטוחה של תרופות:** כדי להשליך תרופות, יש למהול אותן במים ולאחר מכן להוסיף חול לחתולים, שאריות קפה טחון או חומר סופג אחר, למניעת שימוש לרעה בשוגג או במכוון בתרופות. יש להכניס את כל התרופות למכל שניתן לאטימה, ולאטום אותו עם סרט הדבקה חזק. יש להשליך תרופות כמה שיותר קרוב ליום איסוף הזבל המקומי, למניעת שימוש לרעה או פינוי שגוי.

#### מודעות למידע כוזב או לא בטוח בנושא "מניעת COVID-19"

- מידע שגוי וחוסר הבנה הביאו לשימוש לא בטוח במוצרים ובתרופות שכביכול אמורים למנוע הידבקות ב-COVID-19, אך למעשה גורמים למחלות קשות ואף למוות.
- יש לציית אך ורק להנחיות של ספק שירותי הבריאות המקצועי שלכם לטיפול בתסמיני COVID-19.
- נכון לעכשיו, ריחוק חברתי (פיזי) ושטיפה תכופה של הידיים הם האמצעים המאושרים היחידים למניעת COVID-19.
- אין לשתות אקונומיקה מדוללת. זה עלול לגרום לפצעים בפה, בגרון ובקיבה, ולא יכול למנוע או לרפא COVID-19.

מרכז בקרת הרעלים של עיריית ניו יורק זמין במספר 212-764-7667. רוקחים ועובדי סיעוד מוסמכים זמינים 24/7 כדי להשיב לשאלות אודות שימוש בטוח במוצרים, בתרופות ובכל חומר רעיל אפשרי אחר. כל השיחות הן דיסקרטיות וללא תשלום. זמינים שירותי מתורגמנות.

לקבלת מידע נוסף, בקרו בדף [nyc.gov/health](https://nyc.gov/health) וחפשו "**Poison Control**" (בקרת רעלים).

לקבלת מידע כללי על נגיף הקורונה (COVID-19), כולל מידע על התגוננות מפני סטיגמות, בקרו בדף [nyc.gov/coronavirus](https://nyc.gov/coronavirus) או [cdc.gov/covid19](https://cdc.gov/covid19).