

COVID-19: פארמיידן פארגיפטונג און מעדיצין זיכערהייט – בלייבן זיכער בשעת איר בלייבט אינדערהיים

בשעת איר שפענדעט צייט אינדערהיים מיט מער מענטשן, מער רייניגונג פראדוקטן און מער מעדיצין, איז וויכטיג צו וויסן וויאזוי צו האלטן אייער פאמיליע פארזיכערט. די פאלגענדע עצות קענען העלפן:

וויאזוי קען איך האלטן און נוצן הויז פראדוקטן זיכערהייט?

- **לייגט אוועק רייניגונג פראדוקטן אין א זיכערע פלאץ:** לייגט אוועק עסן און נישט-עסבארע פראדוקטן עקסטער אין אייער הויז. האלט די אריגינעלע לעיבל גאנצערהייט אויף די האלדער. נוצט האלדערס וואס זענען פארזיכערט פון קינדער ווען מעגליך און זייט זיכער עס צו האלטן גוט פארמאכט. לערנט מער עצות מיט'ן באזוכן nyc.gov/health און זוכט פאר "poison proof your home" (באשיצט אייער היים פון פארגיפטונג).
- **נוצט רייניגונג פראדוקטן אויף א זיכער'ן אופן:** ווען עס ווערט ריכטיג גענוצט, זענען בליטש און אנדערע רייניגונג פראדוקטן הילפבאר צו פארמיידן די פארשפרייטונג פון באצילן. נוצט נאר איין רייניגונג מאטעריאל אויפאמאל. מישן רייניגונג פראדוקטן, אזויווי אמאניע און בליטש, שאפט א גיפטיגע גאז. עפנט א פענסטער ווען מעגליך צו מאכן זיכער אז עס איז דא א פלייס פון לופט.
- **גיבט אכט מיט האנט סעניטייזער:** האנט סעניטייזער איז מעגליך שווער צו געפונען אין די געשעפטן יעצט. מאכן אליין האנט סעניטייזער איז נישט רעקאמענדירט ווייל, אויב עס ווערט נישט ריכטיג געמאכט, קען עס זיין נישט ווירקזאם מיט קאנטראלירן און פארמיידן אינפעקשן. צו דעם, קען אויך נישט-גוט געמאכטע האנט סעניטייזער מאכן שאדן פאר אייער הויט. טרינקען סיי וועלכע אלקאהאל-באזירטע האנט סעניטייזער און צופיל אויסערליכע באנוץ פון האנט סעניטייזער, ספעציעל פאר קינדער, קען אויך זיין שעדליך. געהעריגע באנוץ פון אויסערליכע האנט סעניטייזער בלויז אויף די הענט אליין דארף נישט צו זיין פראבלעם.

וויאזוי קען איך אוועקלייגן, נוצן און אוועקווארפן מעדיצינען אויף א זיכערע אופן?

- **לייגט אוועק מעדיצינען אויף א זיכערע אופן:** האלט מעדיצינען אין א פארשפארטע שאפע אדער פארשפארטע מעדיצין קעסטל. האלט קיינמאל נישט וויטאמינען און מעדיצינען אויף די קאך טיש אדער אנדערע פלאץ ווי עס איז גרינג צו צוקומען. נוצט האלדערס וואס זענען פארזיכערט פון קינדער. מאכט זיכער אז די באטל איז ריכטיג פארמאכט.
- **מעסט אויס מעדיצינען אויף א זיכערע אופן:** נוצט אלעמאל די מעסטונג כלי (צום ביישפיל, א טראפער, סירינדש, אדער קאפ) וואס קומט מיט דער מעדיצין. נוצט קיינמאל נישט א קאך לעפל צו אויסמעסטן מעדיצין פאר קינדער. ווען מערערע מעדיצינען ווערן גענוצט צו באהאנדלען סימפטאמען, איז וויכטיג צו האלטן קאפ ווען און וויפיל עס ווערט געגעבן. א מעדיצין קאמיוניקאציע צעטל אדער האלטן א ליסטע קען העלפן פארמיידן טאפלע ארויסמעסטונג פון מעדיצינען. הענגט דאס אויף אין א פלאץ וואו אלע פאראנטווארטליכע קענען דאס גרינג זען און ווייזט ווען מעדיצינען ווערן געגעבן דורכאויס דעם טאג.
- **נעמט מעדיצינען אויף א זיכערע אופן:** אויב איר נעמט אדער גיבט מעדיצינען, געדענקט אז אסאך פראדוקטן וואס באהאנדלען פיבער אדער פלו סימפטאמען פארמאגן די זעלבע אקטיווע

באשטאנדטייל. פאלגט אויס די רעקאמענדירטע דאזע אויף די מעדיצין לעיבל. מאכט זיכער מיט די ניו יארק סיטי (NYC) פויזן קאנטראל צענטער צו מאכן זיכער אז איר נעמט נישט צופיל פון איין פראדוקט אדער פראדוקטן מיט די זעלבע אקטיווע באשטאנדטייל.

- **האלט אויף אייערע מעדיצינען אויף א זיכערע אופן:** נוצט א מעדיצין ליסטע צו האלטן קאפ פון אייערע רעצעפטן און נישט-פארשריבענע מעדיצינען, אריינגערעכנט הערביל פראדוקטן, וויטאמינען און סופלעמענטן.
- **פרעגט פראגעס איבער מעדיצינען:** מאכט זיכער מיט די ניו יארק סיטי פויזן קאנטראל צענטער צו פרעגן פראגעס איבער וויאזוי דראגס ארבעטן איינס מיט'ן צווייטן, זייטיגע ווירקונגען, און ריכטיג אויסמעסטן. לערנט מער און דאוולאוד די מעדיצין ליסטע און לאג מיט'ן באזוכן nyc.gov/health און זוכט פאר "**medicine safety**" (מעדיצין זיכערהייט). ריסורסן זענען דא צו באקומען אין ענגליש, שפאניש, כינעזיש, רוסיש, העישן קרעיאול און קארעאן.
- **ווארפט אוועק מעדיצינען אויף א זיכערע אופן:** צו אוועקווארפן מעדיצינען, מישט דאס אויס מיט וואסער און נאכדעם לייגט צו קעצל ליטער, קאפי ברעקלעך אדער אנדערע אומגעוואונטשענע סובסטאנצן צו פארמיידן אומוילנדע אדער ווילנדיגע שעדליכע באנוץ פון דראגס. פלאצירט אלע מעדיצינען אין א פארמאבארע האלטער און באפעסטיגט דאס מיט שטארקע קלעב. ווערט פטור פון מעדיצינען די נענטסע וואס מעגליך צו די טאג וואס מען נעמט צאם די מיסט צו פארמיידן שעדליכע באנוץ.

זייט געווארנט פון פאלשע און אומזיכערע "אנטי COVID-19" אינפארמאציע

- פאלשע אינפארמאציע און מיספארשטענדענישן האבן געפירט צו די אומזיכערע באנוץ פון פראדוקטן און מעדיצינען וואס מען האט בטעות געטראכט אז עס וועט פארמיידן COVID-19 און אנשטאט דעם האט עס געפירט צו ערנסטע קרענק און אפילו טויט.
- פאלגט נאר אויס די אנווייזונגען פון אייער געזונטהייט פראוויידער איבער וויאזוי צו באהאנדלען סיי וועלכע סימפטאמען פון COVID-19.
- סאשעל (פיזישע) צושפרייטונג און אפטע האנט וואשן זענען יעצט די איינציגסטע באשטעטיגעטע פארמיידונגס מיטל פאר COVID-19.
- טרינקט נישט פארוואסערטע בליטש. דאס קען צוברענגען צו שאדן אין אייער מויל, האלז און בויך און וועט נישט באהאנדלען אדער פארמיידן COVID-19.

רופט די ניו יארק סיטי פויזן קאנטראל צענטער אויף 212-764-7667. רעגיסטרירטע פארמאסיסטן און נורסעס זענען עוועילעבל 24/7 צו ענטפערן פראגעס איבער די זיכערע באנוץ פון פראדוקטן, מעדיצינען און אנדערע פאטענציעלע גיפטן. אלע רופן זענען געהיים און פריי פון אפצאל. דאלמעטשער סערוויסעס זענען עוועילעבל.

צו לערנען מער, באזוכט nyc.gov/health און זוכט פאר "**Poison Control**" (פויזן קאנטראל).

פאר אלגעמיינע אינפארמאציע אויף COVID-19, אריינגערעכנט וויאזוי זיך צו באשיצן פון סטיגמע, באזוכט nyc.gov/coronavirus אדער cdc.gov/covid19.

די ניו יארק סיטי געזונטהייט אפטיילונג וועט מעגליך טוישן רעקאמענדאציעס געוואנדן לויט וויאזוי די מצב טוישט זיך. 3.31.20