

Linee guida sul COVID-19 per le persone che fanno uso di droghe

Chi fa uso di droghe ha un rischio maggiore di ammalarsi, di essere ricoverato e morire a seguito di una infezione da COVID-19. Prendersi cura della propria salute può essere difficile, soprattutto se, in ambito sanitario, si hanno avuto esperienze negative. Tuttavia, si dovrebbe sempre comunicare le proprie necessità al proprio operatore sanitario o farsi visitare da un professionista che si occupi di ridurre il danno, per ricevere servizi e prescrizioni specialistiche nel modo giusto.

Nelle seguenti risorse e linee guida potrai trovare un aiuto a scegliere il modo migliore per proteggerti dal COVID-19. Cercare di evitare di ammalarsi di COVID-19 può essere estenuante, ma più misure intraprendi, più sarai in grado di proteggerti dall'infezione e dalla malattia grave.

Prevenzione, test e terapia del COVID-19

- Vaccinati e fai il richiamo. La vaccinazione è il modo migliore per proteggere te stesso dalla malattia grave e dal decesso per COVID-19. Per trovare un centro vaccinale anti-COVID-19 nella tua zona, visita il sito **vaccinefinder.nyc.gov** o chiama il numero 877-829-4692.
- Indossa una mascherina per il viso nei periodi di maggiore trasmissione del COVID-19, quando viene raccomandato dal Dipartimento per la salute e l'igiene mentale della Città di New York (Dipartimento della salute di NYC) e nei luoghi in cui la mascherina è obbligatoria.
- Esegui una corretta igiene delle mani. Lavati spesso le mani con acqua e sapone per almeno 20 secondi. Usa un disinfettante per le mani a base di alcol se acqua e sapone non sono disponibili. Invece delle mani, usa un fazzoletto, o la manica, quando starnutisci o tossisci. Non toccarti gli occhi, il naso, o la bocca con le mani non lavate.
 - Se hai bisogno di sapone o di un disinfettante, contatta il programma locale di assistenza siringhe (syringe service program, SSP), un ambulatorio medico o un centro di accoglienza. Per trovare un SSP vicino a te, visita **nyc.gov/health** e cerca "**syringe service programs**" (programma di assistenza siringhe).
- Fai il test per il COVID-19 se hai sintomi o sei stato esposto al virus recentemente. Evita il contatto stretto con gli altri, anche se non hai sintomi.
 - Usa l' "Isolation and Exposure Guidance Tool" (strumento di orientamento per isolamento ed esposizione) per il COVID-19, che trovi all'indirizzo **a861-health.nyc.gov/covid19help** per sapere cosa fare se ti sei esposto o sei risultato positivo al COVID-19.
 - Per trovare un centro NYC Health + Hospitals Test & Treat, visita

Consigli per un uso sicuro di droghe

- Prepara tu stesso le droghe che vuoi usare.
- Crea un piano di sicurezza in caso di overdose. Considera il tipo di droghe che usi, dove le usi e se qualcuno sarà disponibile ad aiutarti se necessario. Condividi il tuo piano con qualcuno di cui ti fidi che sa dove e quando farai uso di droghe.
- Evita di stare da solo mentre fai uso di droghe. Mantieni una distanza fisica dalle persone con cui ti trovi oppure indossa una mascherina se recentemente sei stato esposto o hai sintomi del COVID-19. Se stai da solo mentre fai uso di droghe, chiama la linea diretta Never Use Alone al numero 800-484-3731 prima di iniziare ad assumerle, così qualcuno può monitorarti al telefono.
- Porta del naloxone con te. Il naloxone è un farmaco sicuro in grado di contrastare gli effetti di un'overdose da oppioidi.
 - Le partite di droga che circolano a NYC contengono fentanyl che aumenta il rischio di overdose da oppioidi. È presente praticamente in tutte le droghe vendute, come l'eroina. È stato anche trovato nelle partite di cocaina, crack, metanfetamine, ketamine e pillole di origine non medicale.
- Se usi droghe tramite iniezione:
 - Lava prima le mani e pulisci l'area dove pensi di eseguire l'iniezione.
 - Evita di condividere, con altre persone, siringhe e attrezzature per l'uso di droghe, compresa l'acqua.
 - Se condividi o usi di nuovo le siringhe o altre attrezzature per fare uso di droghe, sciacquale prima con acqua fredda, poi con varechina e infine di nuovo con acqua.
 - Riempi la siringa di varechina. Lasciala la varechina nel corpo cavo della siringa per almeno 30 secondi. Sciacqua il corpo cavo della siringa, spruzzando fuori l'acqua pulita per tre volte.
 - Prepara e somministra te stesso la tua iniezione, se possibile.
 - Non leccare l'ago.
- Se usi pipette, bong, cannuce o sigarette elettroniche:
 - Evita di dividerle con altri.
 - Pulisci le parti che entrano a contatto con le labbra, il naso o le mani con un batuffolo imbevuto di alcool dopo ogni uso.
- Rifornisciti di materiale sanitario in più, come cerotti, disinfettante per le mani, batuffoli di alcol in caso finissero.

Farmaci per trattare il disordine da uso di oppioidi

- Se assumi farmaci per trattare il disordine da uso di oppioidi, come il metadone o la buprenorfina, parla con il tuo operatore terapeutico della possibilità di fare visite di telemedicina e di medicina domestica.
 - Per ulteriori informazioni sulle opzioni farmaceutiche per trattare il disordine da uso di oppioidi, visita nyc.gov/health/addictiontreatment.

Risorse

- Per ulteriori informazioni sul vaccino anti COVID-19, visita **nyc.gov/health/coronavirus**. Per ricevere avvisi sul COVID-19, invia il messaggio "COVID" al numero 692-692. Con possibile addebito delle tariffe del proprio operatore per l'invio di messaggi e traffico dati.
- I centri di SSP offrono servizi e attrezzature sterili per fare uso di droghe, compreso il programma di prevenzione delle overdosi, il counseling per un uso di droghe in sicurezza, la gestione delle pratiche e le prescrizioni specialistiche presso altri tipi di assistenza sanitaria. Contatta il tuo SSP locale per scoprire che servizi offre.
- Per scoprire chi fornisce il naloxone vicino a te, chiama il **311**, visita **nyc.gov/health/naloxone**, o contatta il programma comunitario o la farmacia locale.
- L'Ufficio per i servizi e il supporto alle dipendenze dello Stato di New York si occupa di sensibilizzare le persone e le famiglie in merito all'uso di sostanze. Per trovare opzioni terapeutiche vicino a te, visita **webapps.oasas.ny.gov/providerdirectory**.

Il Dipartimento di salute di NYC potrà modificare le raccomandazioni in base all'evolversi della situazione.

1.9.23 Italian