

إرشادات حول التخزين الآمن للأدوية والعقاقير الترويحية خلال فترة انتشار مرض (COVID-19)

لقد جعلتنا جائحة فيروس كورونا 2019 (مرض COVID-19) نغير نظام حياتنا اليومي للحفاظ على سلامتنا وسلامة مجتمعاتنا. وبينما نقضي المزيد من الوقت في المنزل، لا بد أن نتذكر أهمية الحفاظ على سلامتنا في المنزل. بهدف تقليل الخروج من المنزل، يشتري العديد من الأشخاص أدوية أو عقاقير ترويحية (مثل المخدرات والكحول) بكميات أكبر. إذا احتفظت بالأدوية أو العقاقير الترويحية في المنزل، فلا بد من تخزينها بأمان بعيداً عن متناول الأطفال. من المحتمل بشكل كبير أن يبقى الأطفال في المنزل أثناء انتشار الجائحة، وقد يتناولون عن طريق الخطأ الأدوية أو العقاقير الترويحية التي يجدونها في المنزل. وقد يؤدي هذا إلى حالات طوارئ طبية مثل التسمم بالمخدرات. فيما يلي بعض النصائح لمساعدتك في تخزين الأدوية والعقاقير الترويحية بأمان.

تخزين الأدوية والعقاقير الأخرى بأمان

- حافظ على تنظيم أدويةك وتأكد من عدم انتهاء صلاحيتها. احتفظ بالأدوية في عبوتها الأصلية وتوخّ الحذر بأن تحقق من الملصقات على العبوات لمعرفة تاريخ انتهاء الصلاحية والتعليمات الخاصة بالجرعات المناسبة قبل تناول الدواء.
- قم بتأمين زجاجات الأدوية وتأكد من إغلاقها بشكل سليم. احفظ الأدوية في خزانة بعيداً عن متناول الأطفال.
- المواد الخاضعة للرقابة مثل المواد الأفيونية والبنزوديازيبينات وأدوية النوم يمكن أن تكون ضارة إذا تم تناولها عن طريق الخطأ، خاصة بالنسبة للأطفال. فاحفظ تلك المواد في مكان مغلق، إذا كان ذلك ممكناً.
 - استخدم مكاناً به قفل مدمج مثل درج المكتب أو خزانة الملفات.
 - قم بتأمين الدرج أو الخزانة بقفل إذا لم يكن بأي منهما قفل مدمج.
 - اشتر صناديق صغيرة ذات أقفال عبر الإنترنت.
 - استخدم أقفال حماية الأطفال على الأدراج أو الخزائن إذا كان هناك أطفال صغار في المنزل.
 - إذا كنت غير قادر على حفظ الأدوية في مكان مغلق، فاحفظها بعيداً عن المناطق المشتركة بالمنزل أو التي يسهل الوصول إليها وحيث يمكن العثور على الأدوية بسهولة.
- إذا كنت تتناول مواداً أفيونية مثل ترامادول أو أوكسيكودون أو هيدروكودون أو ميثادون أو هيروين أو فنتانيل، فتأكد من توافر دواء النالوكسون لاستخدامه في حالة تناول جرعة زائدة عن طريق الخطأ. النالوكسون هو دواء يؤدي بشكل مؤقت إلى وقف آثار المواد الأفيونية، مما يسمح للشخص الذي يعاني من جرعة زائدة بالتنفس والحصول على رعاية طبية إذا لزم الأمر. النالوكسون متوفر مجاناً وبدون وصفة طبية، ويمكن تناوله بسهولة كبخاخات الأنف. تأكد من أن سكان المنزل الآخرين يعرفون مكان حفظ النالوكسون وكيفية استخدامه في حالة الجرعة الزائدة عن طريق الخطأ.
 - إذا لم تكن متأكدًا من مكان شراء النالوكسون أو كيفية استخدامه، فتفضل بزيارة صفحة NYC Well nycwell.cityofnewyork.us/en/naloxone على الرابط التالي.
- إذا كنت تستخدم عقاقير أخرى مثل الكوكايين أو القنب أو الفطر أو الميث البلوري، فتأكد من حفظ تلك المواد في مكان مغلق بعيداً عن متناول الأطفال. إذا كنت تستخدم أدوات إضافية لتناول تلك العقاقير (بما في ذلك الحقن والولاعات والغليون وغيرها من المعدات) فاحتفظ بها في مكان مغلق أيضاً.
- إذا كنت تتناول القنب، فكن على دراية بأنه يمكن الخلط بين منتجات القنب الصالحة للأكل والوجبات الخفيفة العادية أو الحلوى. يمكن أن يكون القنب ضاراً للأطفال إذا تم تناوله عن طريق الخطأ ويمكن أن يؤدي إلى الحجز في المستشفى. حتى الكميات الصغيرة نسبيًا من منتجات القنب الصالحة للأكل قد تحتوي على ما يكفي من مادة THC الكيميائية بحيث تكون ضارة بالأطفال. تأكد من حفظ هذه المنتجات بشكل منفصل وفي مكان مغلق بعيد، خاصة إذا كان الأطفال في المنزل.
- احفظ الكحول في مكان مغلق بعيداً عن متناول الأطفال. وإذا أمكن، احفظ الكحول بشكل منفصل عن المشروبات والمواد الغذائية الأخرى التي يستهلكها الآخرون في المنزل.

التخلص الآمن

- إذا كنت بحاجة إلى التخلص من المواد منتهية الصلاحية أو غير المرغوب فيها، فتتحقق أولاً لمعرفة ما إذا كانت هناك تعليمات بكيفية التخلص منها على الملصق الموجود على الدواء.
 - للعثور على مكان التخلص من المواد في منطقتك، تفضل بزيارة nyc.gov/dsny. اتصل أولاً للتأكد من أن المكان مفتوح ويسمح بترك المواد به.
 - إذا كنت غير قادر على الذهاب إلى مكان التخلص من المواد، فاخلف المواد غير المرغوب فيها مع مادة غير صالحة للأكل مثل الأوساخ أو فضلات القطط أو بقايا القهوة. قم بتأمين ذلك الخليط عن طريق وضعه في وعاء مغلق وضعه في صندوق القمامة في المنزل. تأكد من إزالة أي معلومات شخصية على الملصقات الطبية عند التخلص من زجاجات الأدوية.
 - إذا كنت تستخدم الحُقن لتناول الأدوية الموصوفة أو العقارات الترويحية، فتأكد من التخلص من الحُقن المستخدمة في وعاء للنفايات الطبية آمن ومعتمد من إدارة الغذاء والدواء (مثل وعاء الأدوات الحادة). احفظ الوعاء بعيداً عن متناول الآخرين حتى يصبح جاهزاً للتخلص منه. إذا لم يكن لديك وعاء للأدوات الحادة، فاستخدم وعاء بلاستيكي صلب مثل زجاجة منظف الغسيل. قم بتأمين الغطاء بشريط واكتب كلمة "SHARPS" (أي "أدوات حادة") بأحرف واضحة على الزجاج، ثم ضعها في سلة المهملات العادية (وليس في سلة إعادة التدوير). لمزيد من المعلومات حول كيفية التخلص من وعاء الأدوات الحادة بأمان، تفضل بزيارة [موقع النفايات الطبية في مدينة نيويورك](#).
- إذا كنت بحاجة إلى خدمات تتعلق بتعاطي المخدرات، فإن خدمة NYC Well متاحة على مدار الساعة طوال أيام الأسبوع لتقديم الدعم والإحالات، بما في ذلك علاج تعاطي المخدرات. تفضل بزيارة nyc.gov/nycwell أو اتصل برقم 888-692-9355.