

Conseils pour stocker les médicaments et substances récréatives en toute sécurité pendant le COVID-19

La pandémie de maladie à coronavirus 2019 (COVID-19) nous a forcés à changer nos habitudes quotidiennes pour assurer notre sécurité et celle de nos communautés. Comme nous passons davantage de temps chez nous, il est important de nous préoccuper de la sécurité à l'intérieur. Pour limiter leurs déplacements hors de chez eux, beaucoup de gens se procurent des médicaments ou substances récréatives (par ex., drogues et alcool) en plus grandes quantités. Si vous conservez vos médicaments ou substances récréatives chez vous, il est important de les ranger dans un endroit sûr et hors de portée des enfants. Pendant la pandémie, les enfants ont tendance à passer davantage de temps à la maison et peuvent ingérer accidentellement des médicaments ou substances récréatives qu'ils trouvent chez eux. Cela peut conduire à des urgences médicales, comme une intoxication aux médicaments. Voici quelques conseils pour conserver vos médicaments et substances récréatives en toute sécurité.

Conserver les médicaments et autres substances en toute sécurité

- Rangez vos médicaments de manière ordonnée et vérifiez qu'ils ne sont pas périmés. Conservez vos médicaments dans leur emballage d'origine, et consultez les notices pour vérifier leur date de péremption et les instructions sur la posologie avant de les consommer.
- Rangez les bouteilles dans un lieu sûr et assurez-vous qu'elles sont correctement fermées. Conservez les médicaments dans une armoire, hors de portée des enfants.
- Les substances contrôlées comme les opioïdes, les benzodiazépines et les somnifères, peuvent être nocives en cas d'ingestion accidentelle, en particulier par des enfants. Si possible, conservez-les dans un meuble fermé à clé.
 - Utilisez un meuble disposant d'une serrure, comme un tiroir de bureau ou une armoire de classement.
 - Verrouillez les tiroirs ou armoires ne disposant pas de serrure à l'aide d'un cadenas.
 - Achetez de petits coffres verrouillables en ligne.
 - Installez des dispositifs de verrouillage sur les tiroirs ou armoires lorsque de jeunes enfants sont présents dans la maison.
 - Si vous ne pouvez pas conserver vos médicaments sous clé, ne les rangez pas dans les espaces communs ou accessibles, où ils sont faciles à trouver.
- Si vous prenez des opioïdes comme le tramadol, l'oxycodone, l'hydrocodone, la méthadone, l'héroïne ou le fentanyl, assurez-vous d'avoir de la naloxone à disposition en cas de surdose accidentelle. La naloxone est un médicament qui bloque temporairement les effets des opioïdes, permettant aux victimes de surdose de respirer et de recevoir une aide médicale si nécessaire. La naloxone est disponible gratuitement

et sans prescription, et peut être administrée facilement à l'aide d'un spray nasal. Assurez-vous que les personnes qui vivent avec vous savent où se trouve la naloxone, et comment l'utiliser en cas de surdose accidentelle.

- Si vous ne savez pas où obtenir de la naloxone et où vous former à son utilisation, consultez la page sur la naloxone de NYC Well à l'adresse nycwell.cityofnewyork.us/en/naloxone.
- Si vous consommez d'autres substances, comme de la cocaïne, du cannabis, des champignons hallucinogènes ou de la méthamphétamine en cristaux, assurez-vous de les conserver sous clé, hors de la vue et de la portée des enfants. Si vous utilisez du matériel pour consommer ces substances (comme des seringues, briquets, pipes et autre matériel) conservez-le sous clé également.
- Si vous consommez du cannabis, sachez que les produits alimentaires à base de cannabis peuvent être confondus avec des collations ou des friandises ordinaires. Le cannabis peut être nocif pour les enfants en cas d'ingestion accidentelle et nécessiter une hospitalisation. Même des quantités relativement faibles de produits alimentaires à base de cannabis peuvent contenir assez de substance THC pour avoir des effets nocifs sur les enfants. Assurez-vous de conserver ces produits séparément et sous clé, en particulier lorsque des enfants sont présents dans la maison.
- Conservez l'alcool dans un lieu sûr fermé à clé ou hors de portée des enfants. Si possible, séparez l'alcool des autres boissons et produits alimentaires consommés par les autres membres de la famille.

Élimination sécurisée

- Si vous devez jeter des substances périmées ou dont vous souhaitez vous débarrasser, regardez d'abord si la notice du médicament comporte des instructions vous indiquant comment le jeter.
- Pour trouver un site d'élimination des déchets près de chez vous, consultez nyc.gov/dsny. Appelez avant de vous rendre sur place pour vous assurer que le site est ouvert et accepte les dépôts.
- Si vous ne pouvez pas vous rendre dans un site d'élimination des déchets, mélangez les substances dont vous souhaitez vous débarrasser avec des substances non comestibles, comme de la terre, de la litière pour chat ou du marc de café. Placez le mélange dans un contenant scellé et jetez-le dans la poubelle à ordures ménagères. Assurez-vous de retirer toutes les informations personnelles figurant sur les étiquettes de prescription lorsque vous jetez les bouteilles.
- Si vous utilisez des seringues pour prendre vos médicaments sur prescription ou des drogues récréatives, assurez-vous de placer les seringues usagées dans un contenant de déchets médicaux sûr et approuvé par la FDA (par ex., un contenant pour objets coupants). Gardez le contenant hors de la portée des autres jusqu'à ce que vous soyez prêt à le jeter. Si vous n'avez pas de contenant pour objets coupants, utilisez un contenant en plastique rigide, comme une bouteille de lessive. Fixez le couvercle avec

du ruban adhésif et écrivez « SHARPS » (OBJETS COUPANTS) de manière lisible sur la bouteille, puis jetez-la dans la poubelle habituelle (pas dans le recyclage). Pour obtenir davantage d'informations sur la manière de jeter un contenant pour objets coupants en toute sécurité, consultez le [site de NYC sur les déchets médicaux](#).

Si vous avez besoin de services en lien avec la consommation de substances, NYC Well est disponible 24h/24 et 7j/7 pour vous offrir un soutien et une orientation vers des soins, y compris pour le traitement de la toxicomanie. Consultez le site nyc.gov/nycwell ou appelez le 888 692 9355.

Les recommandations du Département de la santé de NYC peuvent changer à mesure que la situation évolue.

5.7.20