

Gid pou Moun ki Itilize Dwòg yo Pandan COVID-19

Moun ki pran dwòg yo gen plis risk pou trape enfeksyon COVID-19 la, pou yo entène lopital epi mouri akòz enfeksyon an. Li kapab difisil pou w jere sante w, sitou si w te fè move eksperyans nan anviwònman medikal yo. Sepandan, ou ta dwe toujou di pwofesyonèl swen sante w la sa w bezwen oswa ale kay yon pwofesyonèl rediksyon risk pou w jwenn sèvis ak referans ki apwopriye yo.

Gid ak resous sa yo kapab ede w chwazi pi bon fason pou w pwoteje tèt ou kont COVID-19. Se yon bagay ki kapab akable w lè ou ap eseye evite COVID-19 la, men tank ou pran plis mezi, se tank ou kapab pwoteje tèt ou kont enfeksyon ak maladi grav.

Prevansyon COVID-19, Tès ak Tretman

- Pran vaksen ak piki rapèl. Vaksinasyon se pi bon mwayen pou pwoteje tèt ou kont maladi grav ak lanmò ki gen pou wè ak COVID-19. Pou w jwenn yon sit vaksinasyon kont COVID-19 toupre lakay ou, ale sou **vaccinefinder.nyc.gov** oswa rele nan 877-829-4692.
- Mete yon mask pou figi pandan peryòd transmisyon COVID-19 la ogmante epi selon rekòmandasyon Depatman Sante ak Ijyèn Mantal Vil New York (Depatman Sante NYC), ak kote yo egzije moun mete mask yo.
- Pratike bon ijyèn men. Lave men ou souvan avèk savon ak dlo pandan omwen 20 segonn. Itilize yon dezenfektan pou men abaz alkòl si pa gen savon ak dlo disponib. Estène oswa touse nan yon mouchwa an papye oswa manch rad ou angiz men w. Pa manyen je ou, nen ou, oswa bouch ou avèk men w san lave.
 - Si w bezwen savon oswa dezenfektan pou men, kontakte pwogram sèvis sereng (syringe service program, SSP), klinik medikal oswa sant san randevou lokal ou a. Pou w jwenn yon SSP toupre lakay ou, ale sou **nyc.gov/health** epi chèche "**syringe service programs**" (pwogram sèvis sereng).
- Fè tès COVID-19 si ou gen sentòm yo oswa si ou te an kontak ak viris la dènyeman. Evite kontak sere avèk lòt moun, menm si ou pa gen sentòm.
 - Itilize Isolation and Exposure Guidance Tool (Zouti Gid pou Izòlman ak Ekspozisyon) COVID-19 (ki disponib sou **a816-health.nyc.gov/covid19help**) pou konnen sa pou fè si w te an kontak ak COVID-19 la oswa teste pozitif pou li.
 - Pou w jwenn yon sit NYC Health + Hospitals Test & Treat, ale sou **nyc.gov/covidtest**, oswa rele nan 212-268-4319 oswa **311**.
 - Ale nan zouti lokalizasyon federal Test to Treat la sou **aspr.hhs.gov/TestToTreat-cr**.
 - Si ou **teste pozitif** pou COVID-19:
 - Separe w ak lòt moun yo epi izole tèt ou (rete lakay ou) tousuit pandan

- omwen senk (5) jou apre ou fin gen sentòm yo oswa fè yon tès ki pozitif pou premye fwa (si w pa gen okenn sentòm).
 - Ou kapab kite lakay ou apre senk (5) jou si sentòm ou yo pa t gen ladan yo souf kout oswa difikilte pou respire, maladi w la amelyore, epi ou pa t gen lafyèv pandan dènye 24 èdtan yo san w pa pran medikaman.
 - Poze pwofesyonèl swen sante w la sou opsyon tretman yo. Si ou pa gen yon pwofesyonèl swen sante, rele **311**.
- Jwenn resous ki pou ede w fè fas ak sitiyasyon an. COVID-19 la kapab fè w santi ou akable, men genyen plizyè resous ki kapab ede w (tankou aplikasyon sipò emosyonèl) ak sèvis pou mete w an kontak ak pwofesyonèl ki resevwa fòmasyon.
 - Pou w jwenn sipò ak resous ki gen pou wè ak konsomasyon dwòg, rele nan 888-692-9355. Anplwaye NYC Well yo disponib 24 sou 24, 7 jou sou 7 epi yo kapab bay konsèy rapid gratis ak referans pou swen nan plis pase 200 lang.

Vaksinasyon kont COVID-19

- Lè w pran vaksen, sa diminye risk ou menm ak pwòch ou genyen pou nou trape COVID-19 oswa pou nou vin malad grav akòz COVID-19.
- Efè segondè vaksen kont COVID-19 la dire anviwon youn (1) a de (2) jou epi yo gendwa anwiyan. Sepandan, sentòm ak konplikasyon enfeksyon COVID-19 yo jeneralman pi grav epi yo dire pi lontan, sitou si w pa t pran vaksen.
 - Anpil moun ki trape COVID-19 la geri nèt, men gen kèk moun ki gen sentòm ki dire lontan.
 - Pwoblèm sante apre COVID-19, yo rele tou COVID long, fè referans ak sentòm ki pèsiste pandan plizyè semèn oswa mwa apre yon premye enfeksyon COVID-19. Sentòm sa yo gen ladan yo fatig, difikilte pou respire, doule nan misk ak difikilte pou sonje oswa konsantre.
- Vaksen kont COVID-19 yo san danje epi yo efikas. Yo pa chanje ADN ou ni yo pa genyen viris ki bay COVID-19 la ladan yo. Yo aprann selil nou yo rekonèt viris ki bay COVID-19 la, sa ki pèmèt sistèm iminitè nou konbat li.
- Zafè pran vaksen kont COVID-19 la sitou enpòtan pou moun New York ki Nwa ak Ispanik, ki te reprezante to elve pou enfeksyon, ospitalizasyon ak lanmò ki gen pou wè ak COVID-19. Rezilta sa yo, anplis pwoblèm sante ki kapab fè agrave COVID-19 la (tankou dyabèt, obezite ak tansyon wo), se rasis estriktirèl ki alabaz yo.

Ti konsèy pou Itilize Dwòg pi an Sekirite

- Prepare dwòg ou pou kont ou.
- Kreye yon plan sekirite sizoka ou fè ovèdoz. Reflechi ak dwòg ou ap konsome yo, kote w ap konsome yo epi si ap gen yon moun ki disponib pou ede w si sa nesèsè. Pataje plan w lan avèk yon moun ou fè konfyans ki konnen ki kote ak ki lè ou pral konsome dwòg yo.
- Evite pran dwòg poukont ou. Kenbe distans fizik ak moun ki avèk ou yo oswa mete yon mask si w te an kontak ak viris la dènyeman oswa si w gen sentòm COVID-

19. Si w pran medikaman poukont ou, rele liy asistans Never Use Alone lan nan 800-484-3731 anvan w pran l pou yon moun ka kontwole w nan telefòn nan.

- Se pou toujou gen naloksòn (naloxone) avèk ou. Naloksòn se yon medikaman san danje ki ka envèse efè yon ovèdoz opyoyid.
 - Gen Fentanil nan apwovizyonman medikaman NYC epi li ogmante risk ovèdoz opyoyid la. Li prezan nan prèske tout dwòg yo vann kòm ewoyin. Yo jwenn li tou nan kokayin, krak, metanfetamin, ketamin ak grenn ki soti nan sous ki pa sous medikal.
- Si w enjekte dwòg:
 - Lave men ou anvan epi netwaye kote ou prevwa fè enjeksyon an.
 - Evite pataje sereng yo ak ekipman konsomasyon dwòg yo avèk lòt moun, tankou dlo.
 - Si w pataje oswa re-itilize sereng oswa lòt ekipman konsomasyon dwòg, rense yo dabò ak dlo frèt, ansuit ak klowòks, apres a ak dlo ankò.
 - Plen sereng ou an ak klowòks. Kite klowòks la nan silend lan pandan omwen 30 segonn. Flèch silend lan twa (3) fwa ak dlo pwòp pou rense li nèt.
 - Prepare pwòp piki ou epi pran l poukont ou, si sa posib.
 - Pa niche zegwi a.
- Si w itilize pip, bong, chalimo oswa sigarèt elektwonik:
 - Evite pataje yo avèk lòt moun.
 - Siye tout pati ki touche ak po bouch ou, nen w oswa men w avèk yon tanpon ki gen alkòl apre w fin itilize yo.
- Konsève materyèl anplis yo, tankou pansman, dezenfektan pou men ak tanpon ki gen alkòl, sizoka ou pa ta genyen ankò.

Medikaman pou Pwoblèm Konsomasyon Opyoyid

- Si w ap pran medikaman pou pwoblèm konsomasyon opyoyid tankou metadòn oswa biprenòfin, pale ak pwofesyonèl k ap fè tretman pou ou a sou opsyon pou randevou telemèdin ak medikaman pou pote lakay.
 - Pou w jwenn plis enfòmasyon sou opsyon medikaman pou pwoblèm konsomasyon opyoyid, ale sou nyc.gov/health/addictiontreatment.

Resous yo

- Pou w jwenn plis enfòmasyon sou COVID-19, ale sou nyc.gov/health/coronavirus. Pou w resevwa alèt sou COVID-19, voye mesaj tèks "COVID" bay 692-692. Ou gendwa peye frè pou mesaj ak done yo.
- SSP yo bay ekipman dwòg esteril ak sèvis, tankou prevansyon ovèdoz, konsèy pou pi byen konsome yo, jesyon ka ak referans pou ale pran lòt swen sante. Kontakte SSP lokal ou a pou w konnen ki sèvis li bay.
- Pou w jwenn naloksòn toupre lakay ou, rele **311**, ale sou nyc.gov/health/naloxone, oswa kontakte pwogram kominotè lokal ou a oswa famasi a.
- Biwo Sèvis ak Sipò pou Adiksyon Eta New York sansibilize moun yo ak fanmi yo

sou zafè konsomasyon sibstans. Pou w jwenn opsyon tretman toupre lakay ou, ale sou webapps.oasas.ny.gov/providerdirectory.

Depatman Sante NYC gendwa chanje rekòmandasyon yo pandan sitiyasyon an ap evolye.

1.9.23 Haitian Creole