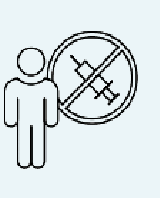
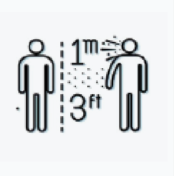
COVID 19 –PARANDALIMI I HIV, TRAJTIMI, KUJDESI DHE MBËSHTETJA PËR NJERËZIT QË PËRDORIN DROGA

Këshilla për përfituesit:

Lani vazhdimisht duart me sapun dhe ujë ose larës me bazë alkooli



Reduktoni rrezikun. Minimizoni ndarjen e mjeteve duke përfshirë të gjitha pajisjet injektuese.



Mbani të paktën 1 metër distancë ndërmjet njëri-tjetrit në çdo kohë.

Shmangni prekjen e syve, hundës dhe gojës.

Kujdesuni për një higjenë të mirë - Kur kolliteni ose teshtini mbuloni gojën dhe hundën me parakrahun ose përdorni shami prej letre, të cilat duhet t'i përdorni vetëm një herë.

Qëndroni në shtëpi nëse nuk ndiheni mirë. Nëse keni ethe, kollë dhe vështirësi në frymëmarrje, telefononi paraprakisht dhe kërkoni kujdes mjekësor.

Nëse merrni ARV (terapi antiretroviral dhe / ose metadon /buprenorfinë, konsultohuni me mjekun për të marrë **dozat për një kohë më të gjatë në shtëpi** në mënyrë që të mos ndaloni terapinë.

Bëhuni pjesë e programeve të shkëmbimit të shiringave në mënyrë që të merrni **mjaftueshëm shiringa dhe mjete injektimi**.

Shmangni udhëtimet

Parapërgatituni për rastet e mbidozës. Sigurohuni që të keni akses në marrjen e naloksonit në përballjen me një rast të tillë.

Ndiqni udhëzimet e autoriteteve shëndetësore. Qëndroni në kontakt me informacionet më të fundit lidhur me COVID-19.