

# KORONAVIRUS?

**CHRAŇ SEBE, OCHRÁNIŠ OSTATNÍ.  
SPOLEČNĚ TO ZVLÁDNEME!**

## 12 RAD PRO OSOBY, KTERÉ UŽÍVAJÍ DROGY



- 1) **NEPŮJČUJTE SI** ani nepoužívejte společně s ostatními: **PŘI KOUŘENÍ DROG** - jointy a alobal, **PŘI ŠŇUPÁNÍ** - šňupátka (brčka, trubičky), **PŘI APLIKACI DO ŽÍLY** - veškeré pomůcky k injekční aplikaci, včetně sterilní vody.
- 2) **OMEZTE KONTAKT S OKOLÍM NA MINIMUM.** Pokud to jen trochu půjde, dodržujte 1 – 2 metry odstup od ostatních lidí, noste roušku a na nikoho nesahejte. **Koronavirus se přenáší při blízkém kontaktu, líbáním, kašláním, tělními tekutinami.** Minimalizujte blízký kontakt a při sexu používejte kondom.
- 3) **ŠETŘETE DROGAMI,** které užíváte. Je možné očekávat výpadky v dodávkách. Zkuste snížit dávkování, případně si aplikovat drogy v delších časových odstupech. Naplánujte si, co budete dělat, pokud neseženete svou dávku. Ujistěte se, že máte všechny potřebné léky, jídlo a pití.
- 4) **POKUD JSTE KLIENTEM SUBSTITUČNÍHO PROGRAMU,** zeptejte se svého lékaře, zda můžete dostat dávku na delší období s sebou, abyste nemuseli tak často chodit do programu či do lékárny. Je však pravděpodobné, že substituční centra tyto dočasné změny samy zavedou.
- 5) Mějte v zásobě **DOSTATEK MATERIÁLU K BEZPEČNĚJŠÍMU UŽÍVÁNÍ** drog. Mohou nastat omezení služeb. Pokud to jde, domluvte si výměnu injekčního materiálu přes terén nebo kontaktní centrum.
- 6) **SLEDUJTE PŘES INTERNET NEBO SE TELEFONICKY INFORMUJTE,** jak se mění opatření a pravidla pro **PROVOZ VE VÝMĚNNÝCH PROGRAMECH A DALŠÍCH SLUŽBÁCH,** které využíváte. Ptejte se terénních pracovníků na ulici. Požadujte aktuální informace.
- 7) Po nákupu či vyzvednutí drog **OTÍREJTE OBAL,** ve kterém jsou drogy zabaleny (pytlíčky, blistry), **ALKOHOLOVOU DEZINFEKČÍ.** Používejte účinnou dezinfekci – například dezinfekční alkoholový tampon.
- 8) **UMÝVEJTE SI PEČLIVĚ RUCI MÝDLEM** a vodou co nejčastěji po dobu nejméně 20 sekund a vždy po setkání s jinými lidmi, po manipulaci s penězi nebo s balením drog. Vždy před samotnou aplikací drog. Papírový ručník je lepší než textilní, pokud není jiný než textilní, měl by být alespoň čistý.
- 9) **PŘIPRAVUJTE SI SVOU DÁVKU SAMI** a nenechte jiné lidi sahat na vaše nádobíčko a drogy. **NEMANIPULUJTE S NÁDOBÍČKEM A DROGAMI JINÝCH LIDÍ.**
- 10) **CHRAŇTE SEBE I NÁS. POKUD MÁTE PŘÍZNAKY** nákazy koronavirem nebo máte pocit, že jste se mohli nakazit, nejdříve zavolejte do káčka/terénu/substituce a poradte se, co máte dělat. Pracovníci Vám pomůžou situaci řešit. **Poradit se můžete i na Národní lince pro odvykání na tel. 800 350 000 (10.00 – 18.00).**
- 11) Pamatujte, že **LIDÉ S OSLABENÝM IMUNITNÍM SYSTÉMEM, S ONEMOCNĚNÍM PLIC A DALŠÍMI ONEMOCNĚNÍMI** jsou ve vyšším riziku nákazy koronavirem. Ochráníte je tím, že sami sebe budete udržovat v bezpečí a budete dodržovat všechny doporučené postupy, které mohou pomoci snížit riziko nákazy.
- 12) **DROGY SAMY O SOBĚ OSLABUJÍ PLÍCE.** Koronavirus napadá správnou funkci dýchacího systému, tzn. že při užívání drog (kouřením, šňupáním) se **ZVYŠUJE RIZIKO PŘEDÁVKOVÁNÍ.** Člověk s oslabenými plícemi se také jednodušeji nakazí nemocí. V této chvíli je **lepší užívat látky orálně či rektálně než nitrožilně, kouřením či šňupáním.**

**POZOR! ... ! SPÁCHÁNÍ PŘESTUPKU A TRESTNÉHO ČINU** v době nouzového stavu je považováno za přitěžující okolnost, a proto můžete dostat výrazně vyšší trest (např. za šíření nemoci, krádež atd.).

**!! V rámci nouzového stavu dodržujte NAŘÍZENÍ O OMEZENÍ VYCHÁZENÍ A ZÁKAZU POHYBU A POBYTU NA VŠECH MÍSTECH MIMO BYDLIŠTĚ BEZ ZAKRYTÝCH ÚST A NOSU.**

Služba (organizace) / kontaktní telefon



Připraveno ve spolupráci s Národním monitorovacím střediskem pro drogy a závislosti

