

COVID-19

RECOMMANDATIONS POUR LES USAGERS DE DROGUES

LE RÉSEAU INTERNATIONAL DES USAGERS DE DROGUES (INPUD) ÉMET LES RECOMMANDATIONS SUIVANTES POUR AIDER À RESTER EN BONNE SANTÉ, LIMITER LES RISQUES ET CONTENIR LA PROPAGATION.

1. **NE PARTAGEZ PAS** pipes, bongs, cigarettes électroniques, joints ou tubes nasaux, ainsi que tout le matériel d'injection, y compris l'eau stérilisée.
2. **ESSAYEZ DE FAIRE UN STOCK** de votre drogue de choix avant que les choses ne se détériorent encore.
3. **DEMANDEZ UNE ORDONNANCE PRÉALABLE DE 3 MOIS** à votre médecin si vous êtes en traitement (TSO). Demandez si vous pouvez sauter les rendez-vous et les tests d'urine pendant au moins trois mois.
4. **PRÉPAREZ-VOUS À UN JEÛNE INVOLONTAIRE** et tout plan B si vos fournisseurs tombent malades. Veillez à disposer des médicaments, de nourriture et des boissons nécessaires pour vous désintoxiquer.
5. **FAITES LE PLEIN** d'équipement et de matériel d'injection, assez pour durer au moins 3 ou 4 semaines (plus longtemps si vous êtes à risque élevé d'infection et si les programmes le permettent).
6. **ESSUYEZ LES EMBALLAGES DES DROGUES** avec des nettoyants à base d'alcool (concentration d'au moins 60%) après toute manipulation. Les lingettes antibactériennes ne tuent pas les virus mais c'est mieux que rien.
7. **ÉVITEZ D'INSÉRER LES EMBALLAGES DES DROGUES DANS VOTRE BOUCHE, VAGIN OU ANUS.** Si c'est impossible, nettoyez-les vigoureusement avec un nettoyant à base d'alcool avant et après. Rincez-vous la bouche avec une solution à base d'alcool.
8. **LAVEZ-VOUS LES MAINS** au savon et à l'eau chaude pendant au moins 20 secondes après chaque contact avec d'autres personnes et après chaque manipulation d'argent ou drogues. Pour sécher vos mains, utilisez des serviettes en papier ou au moins une serviette propre.
9. **PRÉPAREZ VOUS-MÊME VOS DROGUES** et ne les faites pas toucher par d'autres personnes. Assurez-vous de ne pas manipuler ou toucher l'équipement/les drogues des autres.
10. **N'ALLEZ PAS À VOS PROGRAMMES RDR LOCAUX** si vous avez ou commencez à avoir des symptômes. Faites-vous livrer et dites que vous êtes malade afin qu'ils prennent les précautions nécessaires.
11. **PRÉPAREZ-VOUS À LA POSSIBLE FERMETURE DES PROGRAMMES D'ÉCHANGES DE SERINGUES ET DE TRAITEMENT** (év. de désintoxication) et suivez les étapes 2, 3, 4 et 5 pour réduire les problèmes liés à la pénurie de doses ou d'équipement.
12. **RAPPELEZ-VOUS** que les personnes qui ont un système immunitaire affaibli, des maladies pulmonaires et d'autres affections préexistantes sont plus à risque de contracter le COVID-19. AIDEZ-LES à rester saines en restant vous-même en santé.

D'autres recommandations sur le site de l'Office fédéral de la santé publique :

www.ofsp-coronavirus.ch