

Anvisningar för droganvändare under coronavirusepidemin

Coronaviruset orsakar en lindrig sjukdom för de flesta. Hög ålder och kroniska sjukdomar ökar risken för allvarlig sjukdom. Coronaviruset sprids som droppsmitta, t.ex. när en person som smittats hostar eller nyser i närheten, men också om man delar med någon annan redskap för droger som man tar i munnen eller näsan

Coronaviruset kan kvarstå på ytor. Man kan alltså få smittan indirekt också av redskap som den som har smittan har rört vid.

God handhygien är det viktigaste man kan göra för att minska risken för smitta. Undvik handskakning och kram, tvätta händerna innan du rör vid ansiktet, äter med händerna, hanterar droger osv.

Undvik stora folkmassor och evenemang. Håll mer avstånd till andra människor än vanligt. Att undvika kollektivtrafik rekommenderas.

Prata med din vårdgivare om behovet av ett influensavaccin och andra vacciner.

--

Under den närmaste tiden är det möjligt att tillgången på droger är exceptionellt låg. Gör en plan för detta. Var försiktig när du köper från okända förmedlare.

Om du blir sjuk, dela upp din dos och använd mindre än vanligt. Använd droger på ett mindre skadligt sätt (t.ex. helst via munnen).

Försök att undvika att använda droger ensam, men samtidigt är det nödvändigt att hålla ett större fysiskt avstånd till andra för att minska risken för smitta.

Hälsorådgivningen Helppi fungerar för närvarande med undantagsarrangemang. Vid behov ska du kontakta servicerådgivningen, tfn 044 369 2260. Tjänsten erbjuds med respekt för anonymitet

--

Om du i dagarna har fått symtom som tyder på en coronavirusinfektion (feber, huvudvärk, hosta, värk), undvik att smitta andra. Om dina symtom är lindriga, stanna hemma i minst 14 dygn. Ofta är vila det bästa läkemedlet mot en luftvägsinfektion. Anvisningar för vården hemma finns på Hälsobyn.

<https://www.terveyskyla.fi/keuhkotalo/tietoa-keuhkosairauksista/hengitystieinfektioit/itsehoito>

Om dina symtom blir värre, kontakta **per telefon** Lojo stads allmänna coronarådgivning, tfn 044 369 2901 och 044 369 2902 kl. 7- 21 mån-sön. Övriga tider Jourhjälp, tfn 116 117.

Det är viktigt att du inte tar dig direkt till hälsovårdscentralsjouren. Följ de anvisningar du får per telefon.

En allvarligare coronavirusinfektion uppträder typiskt med svårare symtom 4-7 dagar efter att man fått symtom. Detta kan till exempel inkludera ökad hosta, högre feber, minskat allmänt välbefinnande och andningssvårigheter. Tillståndet kan vara farligt och då ska du **omedelbart** kontakta hälsovården per telefon.

Om du får substitutionsbehandling, kontakta din vårdenhet **per telefon** för råd.

Servicerådgivning tfn 044 369 2260, mån- tors kl. 8- 15, fre kl. 8-14