

لا يجوز في أي حال من الأحوال استخدام أي نوع من المواد المُخدِّرة كوسيلة للوقاية من عدوى كوفيد-19 أو علاجها، أو للتغلب على الخوف أو القلق أو الملل أو العزلة الاجتماعية. فتعاطي مواد الإدمان **لن يحميك** من كوفيد-19، ولن يساعدك على مواجهة انفعالاتك وتوترك. كما أن العزلة وتعاطي هذه المواد قد يزيدان من خطر الإقدام على الانتحار، لذلك يُرجى الاتصال بخط النجدة إذا كانت تراودك أفكار انتحارية.

## ما يجب أن تعرفه

**لا تتعاطَ أي نوع من المواد المُخدِّرة،** بما في ذلك الأدوية التي تُصرف بوصفة طبية كالمسكنات الأفيونية (مثل الترامادول) والبنزوديازيبين من دون أن يكون ذلك بناء على مشورة طبيبك وتحت إشرافه المباشر. وساعد غيرك على الالتزام بذلك لأن المواد المُخدِّرة لا تقي من كوفيد-19.



**تجنَّب تعاطي المواد المُخدِّرة** لأنها يمكن أن تزيد من خطر الإصابة بعدوى كوفيد-19 بسبب استخدام أشياء مشتركة (مثل أدوات المائدة والبرجيلة (الشيخة) والمحاقن) وإهمال تدابير الوقاية الصحية مثل نظافة اليدين وآداب السعال والعطس والتباعد البدني.



**لا تُضعِف جهازك المناعي** وصحتك عن طريق تعاطي مواد مُخدِّرة لأنها يمكن أن تؤدي إلى نتائج أسوأ من مرض كوفيد-19 (على سبيل المثال، يمكن أن يؤدي التدخين واستنشاق المواد المُخدِّرة إلى الحد من قدرة الرئة على القيام بوظيفتها، وأن يزيد من تعرضك لخطر العدوى).



**اطلب المساعدة** إذا كنت أنت أو أي شخص قريب منك مِمَّن يتعاطون مواد مُخدِّرة أو يعانون من الاضطرابات الناجمة عن تعاطي هذه المواد (أي يوجد دافع داخلي قوي لتعاطي مادة مُخدِّرة والاستمرار في تعاطيها بغض النظر عن أضرارها).

