

Рекомендации для людей с риском коронавируса (COVID-19)

Известно, что новую коронавирусную инфекцию переносят все по-разному.

От бессимптомного до крайне тяжёлого, порой несовместимого с жизнью состояния. Некоторые люди с большей вероятностью перенесут болезнь в тяжёлой форме.

На сегодняшний день нам по-прежнему необходимо принимать дополнительные меры для защиты тех, кто подвергается наибольшему риску.



КТО НАХОДИТСЯ В ГРУППЕ РИСКА ТЯЖЁЛОГО ТЕЧЕНИЯ COVID-19?

- люди от 65 лет и старше
- перенесшие трансплантацию органов и проходящие курс иммуносупрессивной терапии
- перенесшие пересадку костного мозга за последние 24 месяца
- находящиеся на иммуносупрессивной терапии по поводу лейкоза, лимфомы или миелодиспластического синдрома, диагностированных в течение последних 5 лет
- проходящие химиотерапию или лучевую терапию
- курение увеличивает риск тяжёлого течения COVID-19



КТО НАХОДИТСЯ В ГРУППЕ РИСКА СРЕДНЕТЯЖЕЛОГО ТЕЧЕНИЯ COVID-19?

люди с сопутствующими заболеваниями:

- хроническая почечная недостаточность
- заболевания сердечно-сосудистой системы (ишемическая болезнь сердца, сердечная недостаточность, плохо контролируемое артериальное давление).
- хронические заболевания лёгких
- онкологическое заболевание (диагностированное за последние 12 месяцев)
- сахарный диабет
- ожирение с ИМТ ≥ 40 кг / м²
- хроническое заболевание печени
- неврологические заболевания (инсульт, деменция, другие)
- первичный или приобретённый иммунодефицит



КАК ЗАЩИТИТЬ ЛЮДЕЙ ИЗ ГРУППЫ РИСКА?

Если вы здоровы, но в семье есть пожилой человек или родственник, имеющий хронические заболевания, вам все равно необходимо соблюдать меры профилактики.

Соблюдайте правила гигиены и проявляйте осторожность при общении с другими людьми. Это лучшая защита для вас и вашей семьи от коронавируса:

- чихайте и кашляйте только в салфетку или свой локтевой сгиб
- немедленно выбрасывайте использованные салфетки в мусорное ведро и мойте руки

Важно: частое мытье рук водой с мылом, в том числе до и после еды, и после туалета, а также после посещения магазинов или других общественных мест, использование дезинфицирующих средств для рук на спиртовой основе (60% спирта), по возможности очищение и дезинфекция поверхностей, к которым вы прикасаетесь!

- держитесь на расстоянии 1,5 - 2 метров от других людей
- в общественных местах используйте медицинскую маску
- закажите доставку лекарств и продуктов, если это возможно. Если нет - отдавайте предпочтение ближайшим магазинам и аптекам избегая использования общественного транспорта.

Старайтесь как можно меньше контактировать с родственниками из групп риска, отложите поездки в гости, используйте телефон или видеосвязь.

Если вы заболели - изолируйтесь в отдельной комнате.

Со всеми рекомендациями по профилактике новой коронавирусной инфекции вы можете ознакомиться на нашем сайте в разделе профилактика инфекционных заболеваний, а также на страницах наших социальных сетей.