

新型冠状病毒 – COVID-19 70 岁以上人士防护指南

特别是 70 岁以上人士要避免接触冠状病毒传染源。与年轻人相比，老年人感染冠状病毒后，出现严重、须住院治疗，甚至危及生命的症状的风险更高。为了保护 70 岁以上人士的安危，政府出台了防护指南。根据指南内容，70 岁以上人士要自我隔离，尽可能避免与他人接触。

如果您的年龄超过 70 岁

- 不要与他人面对面接触，并避免户外活动。
- 有需要时，请向附近的人和邻居寻得帮助。
- 必要时，请向您的居住地寻求购买食物和药品等事项的帮助。如果您必须亲自去采购、买药，或去健康中心，请在人流量较少的时候前往。
- 您也可以委托他人代您购买处方药。可通过网址 suomi.fi/valtuudet 了解该项服务。
- 为了降低感染风险，请您遵守公共指南的要求。
- 请您尽可能在家中走动。若外出，请避免与他人接触。
- 请通过电话或网络与附近的人保持联系。

在紧急状态下，邻居和附近的人是维持日常生活的重要支持者。每个人都有责任尤为关爱老人和免疫力低下的人。免疫力会因为基础性疾病等因素而降低。

如果您有年龄超过 70 岁的家人或亲属

- 如非必要，请避免探访 70 岁以上人士和其他高危人群的住所。
- 请通过电话或网络等方式保持联络。
- 如果必须探访，请放弃握手、拥抱和其他近距离接触。如果没有口罩，请用一次性纸巾保护您的呼吸道。
- 如果您是护理人员或私人助理，在与他人接触时，请注意潜在的感染风险。请尽可能避免与他人的近距离接触。