

ویروس جدید کرونا COVID-19 دستورالعمل‌ها برای افراد بالای ۷۰ سال

افراد بالای ۷۰ سال باید اکیدا از قرار گرفتن در معرض ویروس کرونا خودداری کنند. در صورت ابتلای افراد مسن به ویروس کرونا، در مقایسه با افراد جوان‌تر، بهمراتب ریسک بروز عارضه‌های جدی بالاتر است یعنی عارضه‌هایی که باعث بستری شدن در بیمارستان بشوند یا حتی جان شخص را تهدید کنند.

هیات دولت کشور فنلاند دستورالعملی را جهت حفاظت از افراد بالای ۷۰ سال صادر کرده است. طبق این دستورالعمل افراد بالای ۷۰ سال موظف هستند تا جایی که ممکن است با اشخاص دیگر ارتباط و تماس نزدیک نداشته باشند، به عبارت دیگر خود را در شرایطی همسان با قرنطینه قرار دهند.

اگر سن شما بیش از ۷۰ سال است

- با افراد دیگر رو در رو ملاقات نکنید و از رفت و آمد در بیرون از منزل خودداری نمایید.
- از نزدیکان و همسایگان خود برای انجام امور روزمره، درخواست کمک کنید.
- در صورت نیاز از مسئولین شهر محل اقامت خود درخواست کمک کنید، برای مثال برای تهیه خوراک و مواد غذایی یا مراجعه به داروخانه. اگر برای تهیه خوراک و مواد غذایی یا مراجعه به داروخانه یا درمانگاه ناچار هستید خودتان شخصا بیرون بروید زمانی را انتخاب کنید که رفت و آمد دیگران در این مکان‌ها کمتر باشد.
- برای تهیه داروهایی که با نسخه پزشک تجویز شده باشند، می‌توانید به شخص دیگری وکالت بدهید. وکالت دادن پس از این که در سامانه Suomi.fi/valtuudet هویت خود را احراز کردید و از طریق همین سامانه امکان‌پذیر است.
- جهت کاهش خطر ابتلا، دستورالعمل‌های عمومی را نیز رعایت کنید.
- به‌خاطر بسپارید که تا جایی‌که برای‌تان ممکن است در داخل منزل تحرک داشته باشید. اما اگر برای قدم زدن و هواخوری از منزل بیرون می‌روید از ارتباط نزدیک با اشخاص دیگر اجتناب کنید.
- با نزدیکان خود تلفنی یا از طریق آنلاین در تماس باشید.

همسایگان و نزدیکان در این شرایط استثنایی، حامیان مهمی هستند تا امور روزمره زندگی خوب پیش بروند. همه افراد وظیفه دارند که مخصوصا اشخاص مسن و کسانی را که مقاومت بدن‌شان ضعیف‌تر از دیگران است مورد توجه ویژه قرار دهند. مقاومت بدن می‌تواند برای مثال به دلیل وجود بیماری‌های زمینه‌ای تضعیف شود.

اگر از خویشاوندان یا نزدیکان فرد بالای ۷۰ سال هستید

- از ملاقات‌های غیرضروری با افراد بالای ۷۰ سال اجتناب کنید و همچنین از تماس با دیگر افرادی که در صورت ابتلا به بیماری، خطرات جدی آنها را تهدید می‌کند.
- برای مثال، تلفنی یا از طریق آنلاین با آنها در تماس باشید.
- اگر هیچ راه دیگری به جز ملاقات حضوری وجود ندارد از دست دادن، در آغوش کشیدن و سایر تماس‌های نزدیک خودداری کنید. اگر ماسک طبی در دسترس نباشد بینی و دهان خود را با دستمال یک‌بار مصرف بپوشانید.
- اگر پرستار خویشاوند خود یا دستیار شخصی فرد دیگری هستید خطر احتمال ابتلا به بیماری را به علت تماس داشتن با افراد دیگر، مد نظر داشته باشید. حتی‌الامکان از تماس نزدیک با افراد دیگر اجتناب کنید.