

Новый коронавирус – COVID-19

Инструкции для людей в возрасте старше 70 лет

Людам в возрасте старше 70 лет в особенности следует избегать контакта с коронавирусом. Пожилые, очевидно, подвержены более высокому риску тяжелого течения коронавирусной инфекции, которое может потребовать госпитализации и представляет угрозу для жизни, по сравнению с молодыми людьми.

Правительство Финляндии подготовило директиву для защиты населения в возрасте старше 70 лет. Согласно директиве, люди старше 70 лет должны по возможности воздерживаться от контактов с другими людьми, то есть соблюдать условия карантина.

Если вам более 70 лет

- Откажитесь от личных встреч и старайтесь не выходить из дома.
- Попросите близких и соседей помочь вам с повседневными делами.
- По мере необходимости запросите помощь у муниципалитета по месту жительства, например, с покупкой продуктов питания и лекарств. Если вам необходимо срочно сделать покупки, сходить в аптеку или обратиться в поликлинику, старайтесь выбрать часы с низкой посещаемостью.
- Вы также можете написать доверенность на другого человека для покупки рецептурных лекарств. Зарегистрироваться для получения услуг можно на сайте suomi.fi/valtuudet.
- Соблюдайте общие инструкции по сокращению риска передачи инфекции.
- Не забывайте как можно больше двигаться дома. Если вы все-таки выходите на улицу, избегайте контактов с другими людьми.
- Поддерживайте связь с близкими в Интернете или по телефону.

Соседи и близкие — важная опора в повседневной жизни во время действия ограничений. Каждый человек обязан уделять особое внимание пожилым и людям с ослабленным иммунитетом. Причиной ослабленного иммунитета могут быть, например, основные заболевания.

Если у вас есть родственник или близкий человек в возрасте старше 70 лет

- Избегайте лишних визитов к людям старше 70 лет и относящимся к группам риска по другим причинам.
- Поддерживайте связь, например, по телефону или в Интернете.
- Если визит невозможно отменить, откажитесь от рукопожатий, объятий и других близких контактов. Если у вас нет респиратора, защитите дыхательные пути с помощью платка.
- Если вы осуществляете уход или являетесь персональным помощником, помните о возможном риске заражения при контакте с другими людьми. По возможности следует избегать близких контактов с другими.