



آیا در معرض خطر بالاتری برای ابتلا به COVID-19 قرار دارید؟

چه افرادی در معرض خطر بالاتری برای ابتلا به COVID-19 قرار دارند؟

براساس آنچه اکنون می‌دانیم، این افراد از نظر ابتلا به COVID-19 در معرض خطر بالاتری قرار دارند:

- افراد سنین 65 سال به بالا.
- افرادی که در آسایشگاه سالمندان یا مراکز خدمات مراقبتی طولانی‌مدت، مانند مراکز پرستاری تخصصی کار می‌کنند.
- افراد دارای بیماری‌های زمینه‌ای در هر سنی، به خصوص اگر بیماری آن‌ها به خوبی کنترل نشده باشد، از جمله:
 - افراد مبتلا به بیماری ریوی مزمن.
 - افراد مبتلا به آسم متوسط تا شدید.
 - افراد مبتلا به بیماری‌های قلبی حاد.
- افراد مبتلا به نقص ایمنی:
 - بسیاری از شرایط می‌توانند باعث اختلال در سیستم ایمنی بدن شوند، از جمله درمان سرطان، استعمال دخانیات، پیوند مغز استخوان یا اندام، اختلالات نقص ایمنی، HIV یا AIDS که به خوبی کنترل نشده باشند، و استفاده طولانی‌مدت از کورتیکواستروئیدها و سایر داروهای تضعیف‌کننده ایمنی بدن.
- افراد مبتلا به چاقی شدید (با شاخص توده بدنی [BMI] 40 یا بالاتر).
- افراد مبتلا به دیابت.
- افراد مبتلا به بیماری کلیوی مزمن که تحت دیالیز قرار دارند.
- افراد مبتلا به بیماری کبدی.

اقداماتی که می‌توانید برای محافظت از خودتان انجام دهید:

در صورت امکان در خانه بمانید.



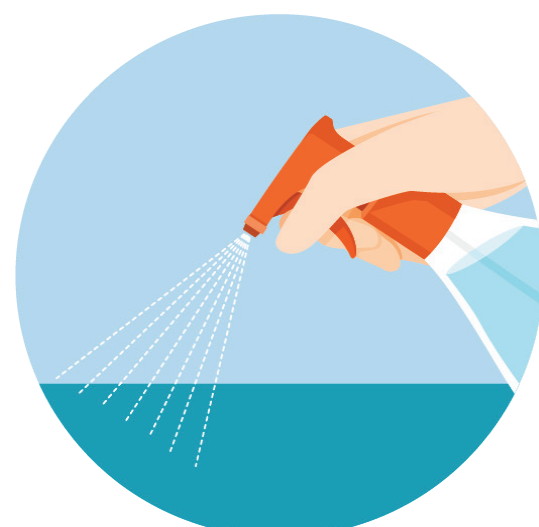
دست‌هایتان را مرتب به مدت حداقل 20 ثانیه با آب و صابون بشویید.



از تماس نزدیک با دیگران خودداری کنید. حداقل 6 فوت (2 متر) فاصله بگیرید.



سطوح «پرتماس» مثل تلفن‌ها، کنترل‌ها، کانتورها و دستگیره درها و سرویس‌های بهداشتی را تمیز و ضدعفونی کنید.



اگر نمی‌توانید فاصله 6 فوت را از دیگران حفظ کنید، ماسک بزنید.



از هر سفر غیر ضروری خودداری کنید.



اگر درباره COVID-19 نگرانی خاصی دارید و تحت شرایط درمانی خاصی قرار دارید یا بیمار هستید، با ارائه‌دهنده خدمات درمانی‌تان (پزشکتان) تماس بگیرید.



آزمایش رایگان COVID-19
اگر فکر می‌کنید شما یا یکی از افراد خانه به بیماری COVID-19 مبتلا هستید و مایلید آزمایش بدهید، با مراجعه به آدرس ohealthinfo.com/covidtest از مکان‌های انجام آزمایش مطلع شوید.

منابع COVID-19
برای کسب اطلاعات بیشتر درباره دریافت کمک در رابطه با بیکاری، از کارافتادگی، و غذا، از together.ocgov.com بازدید کنید.

